

DALLAS COUNTY MENTAL HEALTH & SUBSTANCE USE RESOURCE GUIDE

Support for mental health and substance use is always within reach whether you're looking for everyday wellness tools or urgent help.

SAFE



Access free mental health support, online groups, resources, and education.



DCHHS
Dallas County Health and Human Services
Healthy People Healthy Communities
Health and Social Equity



Visit the DCHHS Alcohol and Substance Use Prevention website for resources available to you.



**find
help**



Find resources available to you in Dallas County. Topics include: mental health, housing, food, transportation, work, etc.



**NORTH TEXAS
POISON CENTER**



Contact the Overdose Prevention Hotline at 214-590-4000 to discuss recovery centers and other resources best fit for your needs.

IN CRISIS



NTBHA
North Texas Behavioral Health Authority



Mental health crisis services in-person & by phone 24/7, at 866-260-8000 or 844-672-5700.



24/7 CALL, TEXT, CHAT



A suicide and crisis lifeline that offers mental health crisis counseling by phone, text, or chat, 24/7 at 988.

MENTAL HEALTH MATTERS

GUÍA DE RECURSOS DE SALUD MENTAL Y CONSUMO DE SUSTANCIAS DEL CONDADO DE DALLAS

El apoyo para la salud mental y el uso de sustancias siempre está a tu alcance, ya sea que busques herramientas de bienestar diario o ayuda urgente.

SEGURO



Acceda a apoyo gratuito en materia de salud mental, grupos en línea, recursos y educación.



DCHHS
Dallas County Health and Human Services
Healthy People Healthy Communities
Health and Social Equity



Visite el sitio web de Prevención del consumo de alcohol y sustancias del DCHHS para obtener recursos disponibles para usted.



**find
help**



Encuentre recursos disponibles en el condado de Dallas. Temas: salud mental, vivienda, alimentación, transporte, trabajo, etc.



**NORTH TEXAS
POISON CENTER**



Comuníquese con la línea directa de prevención de sobredosis al 214-590-4000 para hablar sobre los centros de recuperación y otros recursos que mejor se adapten a sus necesidades.

EN CRISIS



NTBHA
North Texas Behavioral Health Authority



Servicios de crisis de salud mental en persona y por teléfono las 24 horas, los 7 días de la semana, en 866-260-8000 o 844-672-5700.



24/7 CALL, TEXT, CHAT



Una línea de vida en caso de suicidio y crisis que ofrece asesoramiento en caso de crisis de salud mental por teléfono, mensaje de texto o chat, las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 988.

LA SALUD MENTAL IMPORTA