

**Contacto Con Los Medios De Comunicación E  
Información Pública:**

Suzanne Grimesey, MFT  
PIO/ Jefe de Calidad, Atención y Estrategia  
desk: 805.681.5289; cell: 805.886.5403

**COMUNICADO DE PRENSA  
30 de septiembre de 2021**

**COUNTY BEHAVIORAL WELLNESS LANZA UN NUEVO PROYECTO HEADSPACE**

*El Departamento de Bienestar de la Conducta del Condado Help@Hand se une al esfuerzo de colaboración a nivel estatal para aumentar el acceso a la atención de Salud Mental y Bienestar*

**(SANTA BARBARA, Calif.)** - El equipo de Healp@Hand del Departamento de Bienestar del Comportamiento del Condado de Santa Bárbara se une a un proyecto de colaboración estatal administrado por la Autoridad de Servicios de Salud Mental de California para lanzar Headspace en todo el condado. Headspace es una aplicación tecnológica creada con una misión en mente: mejorar la salud y la felicidad del mundo. Con un alcance de 70 millones de usuarios en 190 países, Headspace fue una de las primeras aplicaciones de meditación del mundo y sigue siendo un líder en la atención plena y el entrenamiento mental.

Dentro de Behavioral Wellness, se trata de un proyecto de cinco años financiado por la Mental Health Services Act Innovations. El objetivo principal del proyecto es aumentar el acceso a la atención de la salud mental, apoyar el bienestar, promover la detección temprana de las enfermedades mentales y permitir la intervención temprana.

Pam Fisher, PsyD, Directora Interina para el Bienestar del Comportamiento dice: "Estamos contentos de anunciar el lanzamiento de 5,000 licencias de Headspace en todo nuestro condado, a partir del 2 de octubre de 2021." "Headspace ofrece meditación y atención plena a través de su aplicación y puede beneficiar a sus usuarios a aliviar el estrés, ayudar a aumentar el movimiento, el sueño, el enfoque y mucho más", dice Fisher.

El lanzamiento de Headspace será dirigido por los consumidores dentro del equipo de Behavioral Wellness Help@Hand y ofrecerá licencias sin costo alguno a las poblaciones clave identificadas en todo el condado, que en este momento incluyen: las personas dadas de alta de una hospitalización psiquiátrica, los beneficiarios de los servicios de crisis, los jóvenes en edad de transición inscritos en colegios y universidades y los adultos que reciben servicios del sistema de Behavioral Wellness que están geográficamente aislados.

Los miembros del equipo de Help@Hand ayudarán a proporcionar educación sobre el uso de Headspace y cómo inscribirse en la aplicación. El objetivo del equipo es ayudar a proporcionar una atención integral a la persona dentro de una plataforma digital para empoderar a los individuos; y proporcionar apoyo a los esfuerzos de bienestar y recuperación a través de la tecnología.

Para obtener más información sobre el proyecto Help@Hand Headspace, póngase en contacto con María Arteaga en [marteaga@sbcbswell.org](mailto:marteaga@sbcbswell.org)

Para saber más sobre el Departamento de Bienestar Conductual del Condado de Santa Bárbara, visite <http://countyofsb.org/behavioral-wellness>. F Para obtener ayuda para acceder a los servicios de Bienestar del Comportamiento del Condado de Santa Bárbara, llame a la Línea de Acceso a los Servicios y Respuesta a las Crisis, que es gratuita y funciona las 24 horas del día, al (888) 868-1649.