



# Free Mental Health Services During COVID19

## Student Assistance Program (SAP)

Although school sites are closed, essential mental health services through your school districts' SAP are still available by phone and/or video conferencing systems such as FaceTime, Messenger, or Skype.

If you are concerned about how your child is emotionally responding to COVID19 or other issues, please contact your local SAP for more information:

**Attention parents and caregivers!  
Are you anxious over COVID19 too?  
The San Bernardino County Dept. of Behavioral Health (DBH) can help.**

Call or text to connect with specially trained staff who can listen and provide you with support and behavioral health resources.  
**Confidential and free of charge.**

East Valley (Fontana to Yucaipa)  
Call (909) 421-9233 | Text (909) 420-0560

West Valley (Rancho Cucamonga to Chino)  
Call (909) 458-1517 | Text (909) 535-1316

Desert Regions  
Call (760) 956-2345 | Text (760) 734-8093



# Servicios gratuitos de salud mental durante COVID19

## Student Assistance Program (SAP)

(SAP por sus siglas en inglés)

Aunque los sitios escolares están cerradas, los servicios esenciales de salud mental a través de SAP de sus distritos escolares todavía están disponibles por teléfono y/o sistemas de videoconferencia como FaceTime, Messenger o Skype.

Si le preocupa cómo su hijo responde emocionalmente a COVID19 u otros problemas, comuníquese con su SAP local para obtener más información:

**¡Atención padres y cuidadores!  
¿Estás ansioso por el COVID19? El Departamento de salud mental (DBH) puede ayudar.**

Llame o envíe un mensaje de texto para conectarse con personal especialmente capacitado que puede escucharlo y brindarle apoyo y recursos de salud mental.  
**Confidencial y gratuito.**

Valle Este (Fontana to Yucaipa)  
Llame (909) 421-9233 | Texto (909) 420-0560

Valle Oeste (Rancho Cucamonga to Chino)  
Llame (909) 458-1517 | Texto (909) 535-1316

Desierto  
Llame (760) 956-2345 | Texto (760) 734-8093