



5 MANERAS LA IGLESIA PUEDE

APOYAR EL BIENESTAR MENTAL

Lleven los unos las cargas de los otros, y cumplan así la ley de Cristo.
- Galatas 6:2

1. Hablar abiertamente

Rompa el silencio. Normalice conversaciones sobre la salud mental y el abuso de sustancias desde el pulpito y en grupos pequeños.

2. Educar regularmente

Ofrezca breves entrenamientos, talleres o conciencia de salud mental en su Sabbat para ayudar a miembros entender señales, estigma y apoyo.

3. Ofrecer apoyo

Crear espacios seguros sin juicio para la oración, conversación, y conexión. Ofrezca recursos para la consejería y servicios locales.

4. Celebrar la recuperación y resiliencia

Destacar testimonios de miembros que han experimentado sanación y crecimiento. Muestra que la recuperación y la fe van mano a mano.

5. Colaborar con fe y cuidado

Trabajar con profesionales de la salud mental que entienden y respetan los valores espirituales de su congregación. La sanación es muy fuerte cuando se une la fe y el cuidado.



Cada vez que hablamos sobre el bienestar mental hacemos más fácil que alguien pida ayuda.

Juntos podemos romper el estigma.

Para entrenamiento, consultoría o apoyo ministerial de salud conductual en inglés:

Dr. Rose Jackson-Beavers



www.rosejacksonbeavers.com



beavers_rose@yahoo.com



CREANDO UNA IGLESIA QUE SANA

Él sana a los quebrantados de corazón,
Y venda sus heridas. - Salmo 147:3

Propósito: Un resumen enfocado en inspirar y dar simple pasos a seguir

Ver la necesidad: 1 de 5 adultos experimentan de desafíos de la salud mental cada año.

Comenzar la conversación: Hablar del bienestar mental como parte del discipulado.

Entrenar tu equipo: Empodera a miembros para responder con empatía y no juicio.

Asociar para impacto: Colaborar con profesionales de la salud mental que respetan la fe.

Seguir aprendiendo: Conciencia + acción = transformación.



Para entrenamiento, consultoría o apoyo ministerial de salud conductual en inglés:

Dr. Rose Jackson-Beavers

www.rosejacksonbeavers.com

Email me: beavers_rose@yahoo.com