

IMPORTANTE

Horario de atención:

Todos los martes
Desde el 1 de octubre de 2026
De 12:30 a 14:30 h y de 15:00 a
18:30 h

La atención se realiza **únicamente**
con **cita previa**, en **sesiones**
individuales presenciales de
aproximadamente 30 minutos.

Ubicación:

Avda. Virgen de Loreto, 2
(Centro de Servicios Sociales)

Si existe un riesgo inminente para
la vida, una tentativa de suicidio
reciente o la persona no puede
garantizar su seguridad, no esperes
a la cita.

Acude inmediatamente al servicio
de Urgencias o llama al

112

Ayuda frente al suicidio:



¿Qué ofrecemos?

El Punto de Escucha y Contención ofrece **información y orientación puntual** ante el malestar relacionado con la conducta suicida

Si estás viviendo una situación de sufrimiento emocional relacionada con pensamientos de suicidio, o si te preocupa una persona cercana, no tienes por qué afrontarlo en soledad.

Los Servicios Sociales ponen en marcha un servicio de **información y orientación psicológica breve** que ofrecerá un primer apoyo emocional, facilitará la contención de la situación, **informando** sobre los recursos especializados disponibles.

Está dirigido a favorecer que la persona pueda sentirse escuchada, comprendida y acompañada en un momento de especial dificultad, informándola de los recursos de apoyo longitudinal adecuados a su situación.

Se trata de un espacio de atención presencial, confidencial y gratuito.

- Escucha activa y apoyo emocional inmediato.
- Intervención breve y **puntual** de contención.
- Valoración inicial de necesidades.
- Información y orientación sobre los recursos disponibles para continuar la atención (Atención Primaria, Salud Mental, asociaciones especializadas y otros recursos).

Este servicio NO SUSTITUYE la atención sanitaria ni la atención psicológica longitudinal especializada

¿A quién va dirigido?

Este recurso está pensado para personas **mayores de edad** y **empadronadas en Torrejón de Ardoz**:

- Que estén atravesando una situación de sufrimiento emocional relacionada con pensamientos o conducta suicida, y necesiten un primer espacio de escucha y orientación.
- Familiares, personas allegadas o profesionales preocupados por una persona con riesgo suicida que necesiten información y pautas de actuación.
- Personas que **NO** estén en atención en los servicios de Salud Mental.

Antes de solicitar cita...

- ¿Tu consulta está relacionada con pensamientos de suicidio, una conducta suicida o la preocupación por una persona en esta situación?
- ¿Buscas un espacio de escucha, apoyo inmediato e información sobre los recursos disponibles?
- ¿Eres la persona afectada, un familiar, una persona allegada o un/a profesional que necesita orientación?

Si has respondido SÍ a estas preguntas, este recurso puede ayudarte.

¿Cómo solicitar una cita?

Presencialmente, en los Servicios Sociales (horario: Lunes a Jueves 8.30h-18.30h y Viernes 8:30h-13:30h).

Por **teléfono** (horario: 10.00h-13.00h):

91 656 69 12

Por **correo electrónico**:

sumasvidaescucha@ayto-torreon.es