



No Estás Solo *You Are Not Alone*

Counseling Program

Any Baby Can offers mental health counseling services provided by licensed, bilingual counselors. Our counselors help families develop skills in communication, problem solving, conflict resolution, and self-advocacy.

We use a sliding scale to determine the cost of sessions, and accept some types of insurance, so that cost will not keep you or your family from receiving counseling.

No Estás Solo Provides:

- Individual, group, family and couples counseling
- Regularly scheduled sessions offered virtually, in the client's home, or other safe space
- Sessions for children and teens that are geared towards their age and developmental level
- Specialized maternal mental health for clients who are pregnant or have a child younger than 18 months old
- Support groups and connections to other wellness resources

Eligibility Criteria:

- Must be currently enrolled in a program with Any Baby Can, and expected to remain with Any Baby Can for at least two months after counseling begins
- Any household member of a parent or child enrolled in Any Baby Can services is eligible
- Free, online support groups are open to clients and the general public

About Any Baby Can:

Any Baby Can partners with families to overcome obstacles and achieve well-being. With programs that meet clients where they are – at home, work or school – Any Baby Can helps build stability, develop skills and navigate systems so children and families reach their full potential.



PROGRAM BENEFITS:

Address individual and family stressors.

Improve relationships with your child, partner or other family members.

Get screenings and professional assessments to improve your mental health.

FOR IMMEDIATE HELP:

If your situation is life-threatening, call 911 or visit your nearest emergency department.

Any Baby Can

6207 Sheridan Ave.
Austin, TX 78723

512-454-3743

anybabycan.org



No Estás Solo

Programa de consejería

Any Baby Can ofrece servicios de salud mental para toda la familia proporcionados por consejeros autorizados bilingües. Nuestros consejeros ayudan a las familias a desarrollar destrezas de comunicación, solución de problemas y conflictos y a autodefenderse.

Usamos una escala móvil para determinar el costo de las sesiones y aceptamos algunos seguros de salud, para que el costo no impida que usted y su familia reciban los servicios.

No Estás Solo proporciona:

- Asesoramiento individual, en grupo, familiar y de pareja
- Sesiones programadas regularmente ofrecidas virtualmente, en el hogar del cliente o en otro espacio seguro
- Sesiones para niños y adolescentes que están orientadas a su edad y nivel de desarrollo
- Salud mental maternal especializada para clientes embarazadas o que tienen un hijo menor de 18 meses
- Grupos de apoyo y conexiones con otros recursos de bienestar

Criterio de Elegibilidad:

- Debe estar actualmente inscrito en un programa de Any Baby Can y se espera que permanezca en Any Baby Can durante por lo menos dos meses después de que comience el asesoramiento
- Miembros del hogar de un padre o un niño inscrito en cualquier servicio de Any Baby Can también es elegible
- Grupos de apoyo en línea están disponibles a los clientes y al público en general de forma gratuita

Acerca de Any Baby Can:

Any Baby Can colabora con las familias para superar los obstáculos y lograr su bienestar. Con programas que atienden a los clientes donde se encuentran: en casa, en el trabajo o en la escuela, Any Baby Can ayuda a generar estabilidad, a desarrollar destrezas y gestionar sistemas para que los niños y las familias alcancen su máximo potencial.



BENEFICIOS DEL PROGRAMA:

Aborde los factores de estrés individuales y familiares.

Mejore las relaciones con su hijo, pareja u otros miembros de la familia.

Obtenga exámenes y evaluaciones profesionales para mejorar su salud mental.

PARA AYUDA INMEDIATA:

Si su situación es potencialmente mortal, llame al 911 o vaya al departamento de emergencias más cercano.

Any Baby Can

6207 Sheridan Ave.
Austin, TX 78723

512-454-3743

anybabycan.org