

DIRECTORIO DE CONTACTOS EN SALUD MENTAL

El Directorio de Contactos en Salud Mental incluye tanto contactos de organizaciones gubernamentales como no gubernamentales de Costa Rica, las cuales ofrecen servicios en salud mental, en materia de promoción, prevención y atención.

Aquí encontrarás asociaciones que promueven el bienestar social y velan por el cumplimiento de los derechos humanos fundamentales, considerando al ser humano como un ser integral.

En cada uno de los contactos, podés hacer “clic” sobre sus teléfonos, correos, redes sociales y página web para que te redirija a los enlaces de interés.

Podés usar este directorio para tu uso personal, o bien, si considerás que puede ser un insumo importante para otras personas, podés compartirlo.

IMPORTANTE

Es posible que los datos de contacto que ofrece cada lugar varíen a lo largo del tiempo, por lo que si vos o las instituciones y asociaciones aquí mencionadas requieren actualizarlos, lo pueden comunicar al correo: psicologia.obs@ucr.ac.cr

Última actualización: Mayo 2026

Créditos:

Área de Psicología

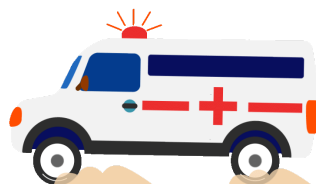
Oficina de Bienestar y Salud

Universidad de Costa Rica



EN CASO DE EMERGENCIA, LLAMÁ AL **9-1-1**

Si tenés una urgencia psicológica, acudí al Servicio de Emergencias del Hospital o de la Clínica más cercana a tu localidad.



ATENCIÓN HOSPITALARIA EN SALUD MENTAL

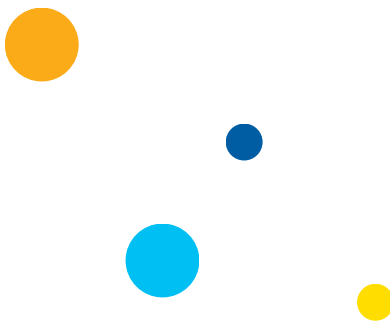
HOSPITAL NACIONAL DE SALUD MENTAL MANUEL ANTONIO CHAPUÍ

- Contacto: 2242-6300 / 2232-2155
- Correo: he_hnp@ccss.sa.cr
- Ubicación: Pavas, San José

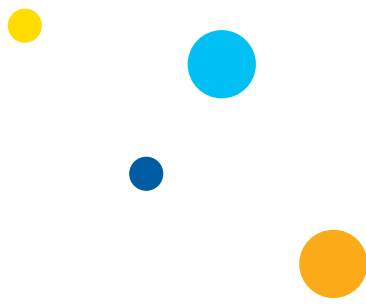


HOSPITAL PSIQUIÁTRICO ROBERTO CHACÓN PAUT

- Contacto: 2216-6402 • 2216-6400
- Correo: he_chaonp@ccss.sa.cr
- Ubicación: Tres Ríos, Cartago



PROMOCIÓN PREVENCIÓN Y ATENCIÓN EN SALUD MENTAL



LÍNEA "AQUÍ ESTOY"

Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (CPPCR)

Línea telefónica **GRATUITA** para la atención de crisis emocionales, siendo un espacio de escucha activa, contención emocional y orientación.

800 -AQUÍ ESTOY (800-2737869)

Se ofrece **intervención en crisis** ante situaciones como: crisis de ansiedad, signos de depresión, situaciones de violencia, dificultades en las relaciones interpersonales (con amistades o familia), así como atención a la población que presenta lesiones autoinfligidas o riesgo por tentativa de suicidio.

Horario de atención: Lunes a Viernes de 2 p. m. a 10 p. m. - Sábados de 9 a. m. a 4 p. m.



----- O -----
Para estudiantes del MEP y sus familiares:
2459-1598 y 2459-1599

Horario de atención:
Lunes a Viernes de 7:00 a. m. a 3:00 p. m.

ACEPS

Asociación Costarricense de Estudio y Prevención del Suicidio

Ofrece capacitación a través de talleres, conferencias y charlas para la prevención del riesgo suicida y de conductas autodestructivas.

- **Contacto:** 2250-1508
- **Correo:** acepscostarica@gmail.com
- **Facebook:** [acepscostarica](https://www.facebook.com/acepscostarica)



Prevención y duelo por suicidio

Ofrece grupos de apoyo mensuales para personas que han perdido a un ser querido por suicidio (supervivientes) y para personas que han tenido ideación o intentos suicidas (sobrevivientes). son grupos gratuitos virtuales, y algunos presenciales.

- **Contacto:** 8348-6365 • 8963-0644 (WhatsApp)
- **Correo:** marycielosupervivientes@gmail.com
- **Instagram:** [asociacion_mar_y_cielo](https://www.instagram.com/asociacion_mar_y_cielo)
- **Facebook:** [marycielo.prevencion](https://www.facebook.com/marycielo.prevencion)



ASOCIACIÓN MI NUEVA AURORA

Brinda charlas únicamente a personas que se encuentran en duelo por el suicidio de un ser querido (supervivientes) y temáticas afines, las charlas son gratuitas, sin embargo otras poseen un costo simbólico.

- **Contacto:** 8899-9625 (WhatsApp).
- **Correo:** info@minuevaaurora.com
- **Facebook:** MiNuevaAurora



FUNDACIÓN SONRISA AMARILLA

Fundación enfocada en la prevención y en el acompañamiento de duelo por suicidio. Brinda charlas y capacitaciones en la temática.

- **Contacto:** 8665-3665 (WhatsApp)
- Lunes a Sábado de 9:00 a.m. a 6:00 p.m.
- **Localidad:** San Ramón.
- **Correo:** fundacionsonrisaamarilla@gmail.com
- **Web:** linktr.ee/suicidiopreencion_cr
- **Instagram:** sonrisaamarilla_cr

DAME UNA OPORTUNIDAD (DÜO)

Asociación de bienestar social enfocada en la prevención del suicidio. Ofrecen talleres, charlas, capacitaciones y conversatorios.

- **Correo:** occidenteduo@gmail.com
- **Web:** www.dameunaoportunidad.org
- **Facebook:** DameUnaOportunidadCR
- **Instagram:** Dameunaoportunidadcr



ATENCIÓN PSICOLÓGICA CAP - UCR

Centro de Atención Psicológica de la UCR

Atención psicológica para personas de escasos recursos económicos, brindada por estudiantes avanzados de la carrera de Psicología de la Universidad de Costa Rica.

En el I ciclo se atienden personas adultas y en el II ciclo a personas menores de edad, familias y parejas.

- **Contacto:** 2511-5776 • 2511-5982
- **Web:** CAP UCR
- **Correo:** cap.ep@ucr.ac.cr
- **Horario:** Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 p.m. - 1:00 p.m. a 5:00 p.m.



CLÍNICA DE PSICOLOGÍA U LATINA •

Clínica de Psicología de la Universidad Latina de Costa Rica

Atención psicológica **gratuita** para toda población de escasos recursos económicos, brindada por estudiantes avanzados de psicología. Se ofrece atención individual a niños, adolescentes, adultos y adultos mayores; así como de pareja o familiar. Se reciben asimismo referencias de instituciones como: Poder Judicial - PANI - INAMU, entre otros.

- **Contacto:** 2207-6142 • 7127-1727 (Recomendable primer contacto por Whatsapp)
- **Correo:** clinica.psicologia@ulatina.cr
- **Web:** <https://www.ulatina.ac.cr/servicios-a-la-comunidad>
- **Horario:** Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 12:00 p.m. - 1:00 p.m. a 6:00 p.m. - Sábados de 8:00 a.m. a 12:00 p.m.
- **Ubicación:** San Pedro, Montes de Oca. Contiguo al Campus Creativo de la Universidad Latina.

CENTRO DE ATENCIÓN NEUROPSICOLÓGICA - UNIBE

Centro de Atención Neuropsicológica de la Universidad Iberoamericana

Atención gratuita que es realizada por estudiantes de maestría y bachillerato en Psicología, se abre cada cuatrimestre y se maneja por medio de lista de espera. Se realizan intervenciones breves y evaluaciones psicológicas.

- **Contacto:** 2240-0401 (Central telefónica) • 8487-7385 (WhatsApp)
- **Correo:** centroneuro@unibe.ac.cr
- **Web:** www.unibe.ac.cr/can/



ACOTAR

Asociación Costarricense de Trastornos Anímicos Recurrentes

Ofrece talleres y terapia grupal e individual en modalidad presencial y/o virtual a personas mayores de 17 años. La primera visita es presencial para una entrevista. Afiliación (3,000 colones)* y mensualidad (15,000 colones)*

*precios pueden variar.

- **Contacto:** 2233-7869 (Central telefónica) • 8374-4542 (WhatsApp de coordinación)
- **Lugar:** San José Centro, y en San Ramón de Alajuela
- **Correo:** acotarcostarica@gmail.com
- **Web:** <https://acotarcostarica.org>
- **Instagram:** acotar_cr
- **Facebook:** Acotar Costa Rica

APROSAM COSTA RICA

Asociación Pro-Salud Mental

Brinda apoyo a personas dentro del espectro de la esquizofrenia y a sus cuidadores(as), a través de actividades y talleres.

- **Contacto:** 8512-2003 (WhatsApp)
- **Correo:** aprosam.cr@gmail.com
- **Ubicación:** Salón Comunal de Barrio Luján, San José.
- **Facebook:** Aprosam Costa Rica

ASOCOTTA

Asociación Costarricense de Tourette - TOC y Afines

Ofrece charlas, talleres participativos y capacitaciones acerca de condiciones como Síndrome de Tourette, Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) y trastornos afines, a niños(as), adolescentes y personas adultas. Ciertas actividades son gratuitas y otras tienen un costo simbólico

- **Contacto:** 8590-8484 (WhatsApp Gratuito para información)
- **Web:** <http://asocotta.com/>
- **Correo:** info@sindromedetourette.com • orientacion@asocotta.com
- **Ubicación:** Heredia, Flores, San Joaquín.
- **Facebook:** Asociación Costarricense de Tourette - TOC y Afines
- **Instagram:** asocotta



CODA COSTA RICA

Codependientes Anónimos Costa Rica

Grupos de apoyo, presenciales y virtuales, para el desarrollo de relaciones sanas y amorosas.

- **Web:** <https://coda.org/es/>
- **Facebook:** CodependietesAnonimosCR
- **Correo:** codasanpedro2000@gmail.com
- **Instagram:** coda_costarica

Grupos:

- **Grupo “Un día a la vez”** (San Pedro) 8455-2836 (WhatsApp)
- **Grupo “Fortaleza”** (San José) 8325-5775 (WhatsApp)
- **Grupo “Sólo por hoy”** (Heredia) 8325-5775 (WhatsApp)
- **Grupo “Aprendiendo a vivir”** (Moravia) 8325-5775 (WhatsApp)



CENTRO COSTARRICENSE DE LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL

Brinda acompañamiento y apoyo individual, grupal, familiar a personas menores de edad, adultas y adultas mayores a partir del enfoque de la Logoterapia y el Análisis Existencial, desde diferentes disciplinas, incluyendo psicología, educación y orientación. Modalidad virtual.

- **WhatsApp:** 7189-6610 (WhatsApp)
- **Correo:** info@centrodelogoterapiacr.org
- **Web:** www.centrodelogoterapiacr.org
- **Facebook:** Centro Costarricense de Logoterapia y Análisis Existencial
- **Instagram:** centrodelogoterapiacr

FUNDACIÓN SER Y CRECER

Orientada a la prevención del abuso sexual, y a sobrevivientes de abuso sexual y sus familias, por medio de charlas, talleres y capacitaciones. Ofrece información preventiva y de divulgación para niños y niñas, adolescentes y adultos.

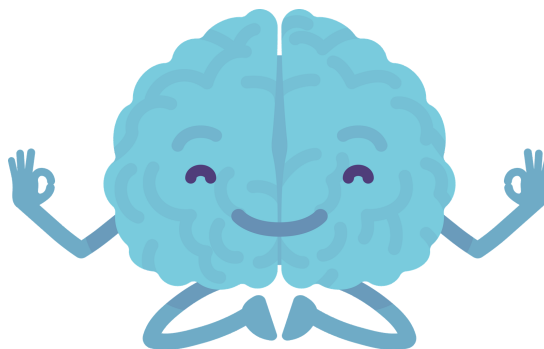
- **Contacto:** 2280-2302 • 2280-6427 (Centrales Telefónicas) • 8984-9944 (WhatsApp)
- **Correo:** info@serycrecer.com
- **Ubicación:** Sabanilla de Montes de Oca.
- **Web:** www.serycrecer.com
- **Instagram:** funserycrecer
- **Facebook:** serycrecer

APROSAM PALMARES

Asociación para la Promoción de la Salud Mental

Crear recursos de apoyo comunitario para las personas con discapacidad y realiza acciones para la promoción de la salud mental de la población de Palmares.

- **Contacto:** 2452-1428 • 8666-7575 (WhatsApp para información general)
- **Correo:** aprosam2001@gmail.com
- **Ubicación:** Santiago, Palmares
- **Facebook:** Aprosam
- **Instagram:** aprosampalmares



TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA



AMATEA

Asociación Manos Amigas Trastorno del Espectro Autista

Ofrece charlas, talleres y capacitaciones virtuales y presenciales sobre sensibilización, información y educación acerca del Trastorno del Espectro Autista (TEA).

Costo simbólico de actividades: ₡1000 para asociados y ₡2000 para público general.

- **Contacto:** 6148-4925 (WhatsApp)
- **Correo:** amateacartago@gmail.com
- **Web:** amateacartago.wordpress.com
- **Ubicación:** Cartago
- **Facebook:** Amatea Cartago

ASCOPA

Asociación Costarricense de Padres y Amigos de personas con Autismo

Ofrece actividades informativas, de orientación, terapéuticas, educativas, recreativas y culturales a familias. Divulgan información sobre TEA

- **Contacto:** 2281-2813 (principal) • 8505-6951 (WhatsApp)
- **Correo:** socovargasa@yahoo.com
- **Facebook:** Caipad Ascopa

ASOCIACIÓN AUTISMO BARRILETEA

Asociación activista social de defensa de los derechos de las personas autistas en Costa Rica.

Haz clic aquí para el enlace directo al canal de WhatsApp 📲

- **Correo:** info@barriletea.org
- **Facebook:** Organización Autismo BarrileTea

UCR

OBS

Oficina de
Bienestar y Salud



ALZHEIMER Y DEMENCIAS ASOCIADAS



ASCADA

Asociación Costarricense de Alzheimer y otras Demencias Asociadas

Asesora y capacita a las familias y/o cuidadores de personas con la enfermedad de Alzheimer y otras demencias en cuanto la enfermedad en sí misma como al manejo de cambios de conducta. Ofrece orientación, cursos, talleres, y eventos presenciales y virtuales gratuitos y/o pagos.

- **Contacto:** 8803-3535 (WhatsApp)
- **Correo:** ascada.de@gmail.com
- **Web:** ascadacr.wordpress.com
- **Facebook:** Asociación Costarricense de Alzheimer y Otras Demencias Asociadas (ASCADA)
- **Instagram:** ascadacr



FUNDALZHEIMER

Fundación Alzheimer Costa Rica

Su misión es incidir positivamente en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas con demencia, mediante procesos de educación, formación y aprendizaje para familiares, cuidadores y voluntarios. Asimismo, promueve y divulga resultados de investigaciones sobre esta enfermedad.

Modalidad virtual o presencial en Biblioteca de UNA, Heredia.

- **Contacto:** 2560-8446 • 8919-8582
- **Correo:** info@fundalzheimier.com • apoyo@fundalzheimier.com
- **Web:** www.fundalzheimier.com
- **Facebook:** FundAlzheimer Costa Rica

ATENCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA HACIA LA MUJER

INAMU

Instituto Nacional de las Mujeres

Ente rector que promueve y tutela los derechos humanos de las mujeres en Costa Rica.

- **Contacto:** 2527-8401
- **Horario:** L-V de 8:00 AM a 4:00 PM
- **Instagram:** inamu_cr
- **Facebook:** inamu.costarica
- **Web:** www.inamu.go.cr

LÍNEA 800-INAMUCR (800 - 4626827)

o 1125 línea telefónica GRATUITA

para atender consultas en los siguientes temas: Orientación en Derechos Humanos de las Mujeres: Derecho de Paternidad Responsable, Pensiones alimentarias, Derechos Laborales entre otros, información de Servicios Institucionales: Bonos de Vivienda, subsidios, Empresariedad, y Orientación Psicosocial

DELEGACIÓN DE LA MUJER

Brinda atención legal, social y psicológica a mujeres que enfrentan situaciones de violencia.

El **contacto es únicamente presencial** con horario de atención: 8 a.m. a 4 p.m.

- **Correo:** delegacion@inamu.go.cr
- **Dirección:** Centro de Atención del INAMU, situado de la entrada principal del Museo Nacional, 75 metros al sur, sobre el Bulevar del Circuito Judicial.

MUSADE

Asociación Mujeres Unidas en Salud y Desarrollo

Organización en defensa y tutela de los derechos de las mujeres.
Poseen sistema de subsidio parcial para las asesorías legales, en psicología o trabajo social.

Teléfono 2445-4885

(Para agendar cita con psicología, asesoría legal o trabajo social)

- **Contacto:** 8543-3777 (WhatsApp)
- **Correo:** musade1986@gmail.com
- **Web:** musade.org
- **Facebook:** Musade
- **Instagram:** musade_occidente
- **Horario de atención:** Lunes a Sábado de 8 a.m. a 5 p.m.
- **Ubicación:** San Ramón, Alajuela.



DEFENSORÍA CONTRA EL HOSTIGAMIENTO SEXUAL UCR

Brinda acompañamiento psicológico y asesoría legal gratuita únicamente a la comunidad universitaria (estudiantes, docentes, administrativos y personal en general), a todas aquellas personas que han sufrido de hostigamiento sexual en la Universidad de Costa Rica.

- **Contacto:** 2511-1909 • 2511-1909 (Defensoría) • 2511-4898 (Comisión)
- **Correo:** defensoriahs@ucr.ac.cr
- **Instagram:** ucrlibredeacososexual

ATENCIÓN Y APOYO PARA EL HOMBRE

INSTITUTO WÊM

Instituto Costarricense de Masculinidad, Pareja y Sexualidad

Ofrece grupos terapéuticos para adultos y adolescentes.
Trabaja temas como género, masculinidades, paternidades, sexualidad y pareja.

- **Contacto:** 22342730 • 8893-6936 (WhatsApp)
- **Correo:** info@weminstituto.org
- **Dirección:** San Pedro de Montes de Oca, 25 metros al sur de Servicentro El Higuerón, casa amarilla dos plantas.
- **Facebook:** Instituto Wem (Masculinidad, sexualidad y pareja)
- **Web:** <http://www.institutowemcr.org/>

LÍNEA DE APOYO PARA HOMBRES

2234-2730

Lunes a Viernes de 10:00am a 4:00pm

WÊM JOVEN

Espacio para la población masculina adolescente y joven (14 años a 19 años), enfocado en la construcción de un modelo positivo de masculinidad, promover la equidad de género y los derechos humanos, prevenir el machismo y la violencia.

- **Contacto:** 8893-6936 (WhatsApp)

FUNDIAPHO

Fundación Instituto de Apoyo al Hombre

Ofrece servicios legales especializados en derecho de familia, pensiones, divorcios, problemas domésticos, cobros judiciales y derecho laboral.

Precios subvencionados: ₡20000 – 25000 la hora.

- **Contacto:** 2222-0614
- **Correo:** fundiapho@gmail.com
- **Facebook:** FUNDIAPHO
- **Dirección:** Única oficina en Guadalupe, Goicoechea, San José.
- **Horario:** L-V 8am a 5pm



ATENCIÓN COMUNIDAD LGTBIQA+



RED DE ACOMPAÑAMIENTO LGTBIQA+ COSTA RICA

Red de personas voluntarias que brindan espacios de acompañamiento emocional o apoyo socioeconómico a población LGBTIQ+ residente en Costa Rica.

- **Correo:** redlgbtiqoccidente@hotmail.com
- **Facebook:** redlgbtiqcr

ASOCIACIÓN CIUDADANA ACCEDER

Organización que ejecuta acciones estratégicas por los Derechos Humanos y en contra la violencia basada en género, orientación e identidad de género

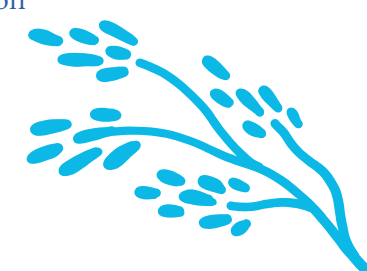
- **Correo:** accedercr@gmail.com
- **Facebook:** accedercr

BESO DIVERSO

Organización que promueve los derechos humanos y lucha contra la violencia y la discriminación por identidad de género y orientación sexual.

Ofrece información sobre actividades y espacios recreativos para población LGBTIQ+

- **Correo:** besodiverso@gmail.com
- **Instagram:** besodiverso
- **Facebook:** BesoDiverso



ASOCIACIÓN TRANSVIDA

Servicios gratuitos de apoyo psicológico individual y grupal, prevención, educación, apoyo jurídico y participación activa en política nacional para lograr incidencia en el tema de respeto a los Derechos Humanos de las personas trans.

- **Contacto:** 2100-8309
- **Ubicación:** El Carmen, San José.
- **Correo:** monitoreotransvida@gmail.com • asociaciontransvida@gmail.com
- **Facebook:** Transvidacr



SÍWO ALÂR HOMBRES TRANS COSTA RICA

Organización conformada por hombres trans y transmasculinos, donde se ofrece un espacio de acompañamiento y crecimiento personal, en un lugar seguro.

- **Correo:** siwoalarhombrestrans@gmail.com
- **Facebook:** SiwoAlar



DETRÁS DEL ARCOÍRIS

Fundación que brinda acompañamiento a juventudes LGBTQIA+ entre los 12 a 35 años, por medio de programas de educación, salud sexual, espacios comunitarios y herramientas para existir con dignidad.

- **Contacto:** 7086-5058 (WhatsApp)
- **Correo:** detrasdelarcoiriscr@gmail.com
- **Instagram:** [detras.delarcoiris_](https://www.instagram.com/detras.delarcoiris_)
- **Web:** linktr.ee/detrasdelarcoiris



FUNDACIÓN VIHDA COSTA RICA

Fundación sin fines de lucro que se dedica a la promoción de la salud sexual, la prevención del VIH y de otras enfermedades de transmisión sexual. Brinda acompañamiento a personas que viven con VIH. Se dedican a la divulgación de información y de productos y recursos para la salud sexual.

- **Contacto:** 8438-0305 (WhatsApp)
- **Correo:** vihdacr@gmail.com
- **Facebook:** VIHDA-Costa Rica Fundación
- **Instagram:** vihda.c.r

GAFADIS

Grupo de Apoyo a Familiares y Amigxs de la Diversidad
Sexual Costa Rica.

- **Contacto:** 8833-3611
- **Correo:** gafadis.grupo@gmail.com
- **Facebook:** Gafadis

IRCA CASABIERTA

Servicios gratuitos dirigidos exclusivamente a personas extranjeras en condición de refugiadas, solicitantes de refugio y migrante y que formen parte de la comunidad sexualmente diversa (LGBTIQ).

Se ofrece una ruta integral de: Veeduría Social, Trabajo Social, Asesoría Legal y Atención en Psicología.

- **Contacto:** 8448-7128 • 2234-1007
- **Correo:** info.irca1@gmail.com
- **Página Web:** <https://ircacasabierta.org>
- **Ubicación:** Zapote, San José.
- **Horario:** L-V 8:00 am – 5:00 pm.

ATENCIÓN Y APOYO A ADOLESCENTES Y JÓVENES

FUNDACIÓN AMY: ALAS ABIERTAS

ACOMPañAR

Adolescentes y jóvenes entre 13-24 años con depresión y prevenir el suicidio.

EDUCAR

Familiares, cuidadores y docentes de adolescentes y jóvenes en temas de detección y tratamiento de los trastornos afectivos.

SENSIBILIZAR

A la población general sobre los trastornos afectivos y sus implicaciones en la calidad de vida del afectado.

- **Correo:** dchinchilla@fundacionamy.org • funding@fundacionamy.org
- **Página Web:** www.fundacionamy.org
- **Facebook:** Fundación Amy: Alas Abiertas
- **Instagram:** fundacionamy

Haz clic aquí para el enlace directo a historias destacadas de IG con información de programas 📱

JOVEN SALUD



Plataforma educativa virtual que brinda servicios gratuitos a jóvenes, para la promoción de hábitos saludables y liderazgo personal en edades entre los 10 y los 24 años.

- **Web:** jovensalud.net
- **Instagram:** joven.salud
- **Facebook:** Jovensalud.net
- **Correo:** info@teensmart.net

FUNDACIÓN FUNDAMENTES

Desarrolla programas en el campo de la salud mental comunitaria mediante el modelo EscuchArte, para la población infanto-juvenil de alto riesgo psicosocial en distintas localidades de San José.

- **Contacto:** 8774-0467
- **Correo:** direccion@fundamentales.com
- **Horario:** L-V de 8:00 AM a 4:00 PM
- **Web:** www.fundamentales.org
- **Instagram:** fundamentescr
- **Facebook:** Fundacion Fundamentales



DERECHOS DE LAS PERSONAS MENORES DE EDAD

LÍNEA 1147 - PANI

Línea gratuita en la cual se le ofrece a los niños, las niñas y los adolescentes un espacio para expresar sus inquietudes, opiniones y denuncia de situaciones que vulneren sus derechos, siendo a su vez un medio a través del cual se acciona la defensa y garantía de los mismos.

Línea de Apoyo para Adolescentes Madres: 800-226-2626

- **Contacto:** 8989-1147 (WhatsApp)
- **Web:** pani.go.cr
- **Horario:** Lunes a viernes de 7:00 a.m. a 10:00 p.m.
- **Facebook:** PANI
- **Instagram:** [panicostarica](https://www.instagram.com/panicostarica)



FUNDACIÓN PANIAMOR

Trabaja con enfoque de derechos y responsabilidades de las personas menores de edad, el enfoque de curso de vida y el enfoque de género.

Además, desarrolla programas como: "Niñez Ciudadana", "Seguras y Fuertes", "Adolescencias Plenas" y "Cultura Tecnológica", que están dirigidos a las figuras parentales y buscan prevenir violencias, abusos y riesgos en el entorno físico y digital.

- **Contacto:** 2234-2993
- **Correo:** info@paniamor.org
- **Web:** paniamor.org
- **Instagram:** Fundación Paniamor
- **Facebook:** [paniamor.org](https://www.facebook.com/paniamor.org)
- **Ubicación:** Barrio La California.
- **Horario:** Lunes a Viernes de 8am a 5pm



DERECHOS DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES

CONAPAM

Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor

Ente rector en envejecimiento y vejez. Promueve el mejoramiento en la calidad de vida de las personas adultas mayores.

- **Contacto:** 2223-8283
- **Correo:** info@conapam.go.cr
- **Web:** conapam.go.cr
- **Facebook:** CONAPAM
- **Horario de atención:** Lunes a Viernes de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.
- **Dirección:** 350 metros al oeste de Casa Presidencial, Edificio Mira, I planta, Yoses Sur.

Línea Telefónica Dorada (24/7)

1165

PIAM-UCR

Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM)

Unidad de la Universidad de Costa Rica destinada a la población adulta mayor. Ofrece talleres, cursos regulares académicos, y cursos específicos que se agrupan en 8 módulos, según su orientación temática: tecnologías de la información y la comunicación, nuevos idiomas, artesanías y manualidades, movimiento humano, estilos de vida saludable, arte y cultura, conocimientos generales, y grupos artísticos.

Funciona por medio de periodos de matrícula con cupos definidos.

- **Contacto:** 2511-1500
- **Correo:** piam.vas@ucr.ac.cr
- **Dirección:** De la Fuente de la Hispanidad 100m este y 175m norte. Sede Universitaria Rodrigo Facio.
- **Web:** piam.ucr.ac.cr
- **Facebook:** Piam UCR





DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

CONAPDIS

Consejo Nacional de Personas con Discapacidad

Ente rector en discapacidad en Costa Rica. Promueve y fiscaliza el cumplimiento de los derechos humanos de la población con discapacidad.

- **Contacto:** 4036-1300
- **Correo:** info@conapdis.go.cr
- **Horario de atención:** L-V de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.
- **Dirección:** La Valencia, 200 metros norte del Cementerio Jardines del Recuerdo, carretera a Heredia
- **Facebook:** Conapdis Costa Rica
- **Web:** conapdis.go.cr



CAIPADS

Centro de Atención Integral para Personas Adultas con Discapacidad

Los CAIPAD son centros privados con estímulo estatal del MEP, que funcionan a partir de cupos y/o matrículas. Los apoyos que ofrecen se enfocan en favorecer la inclusión social, la independencia en la cotidianidad, la estimulación en habilidades sociales y el mejoramiento de la calidad de vida de las personas con discapacidad. Su **cobertura es a nivel nacional** en distintas sedes y organizaciones.

CAIPADs en Alajuela

- Caipad A.T.P.A (Centro de Alajuela) 2440-2428 • 7265-3047 (WhatsApp)
- Caipad APRODISA (Atenas, Alajuela) 2446-8088 • 8353-0040 (WhatsApp)
- Caipad Fundación Servio Flores Arroyo (Río Segundo, Alajuela) 2442-9624 • 2442-9629
- Caipad APAMAR (Centro de Zarcero, Alajuela) 2463-3674 • 894-42291 (WhatsApp)
- Caipad Asociación Talita Cumi (Naranjo, Alajuela) 2451-2012
- Caipad ASADIS (Centro de Sarchí, Alajuela) 2454-3895
- Caipad FUNDAE (Ciudad Quesada, San Carlos) 2460-3001 • 8768-3030 (WhatsApp)
- Caipad El Sol Brilla para Todos (San Ramón, Alajuela) 2445-1406

CAIPADs en Cartago

- Caipad Asociación ATJALA (Tejar El Guarco, Cartago) 2573-6122 • 6403-4427 (WhatsApp)
- Caipad ASODEPA (Paraíso, Cartago), 2575-1672
- Caipad Asociación de Apoyo a la Unidad de Rehabilitación Profesional de Turrialba (La Guaria, Turrialba), 2556-0007 • 8399-4570 (WhatsApp).

CAIPADs en San José

- Caipad AFIACE (Desamparados Centro, San José) 2101-5555
- Caipad APRIOPEDA (San Ignacio de Acosta, San José) 2410-7097 • 2410-0834
- Caipad ASOPAFAM (Perez Zeledón, San José) 2772-1218 • 2771-2700 • 8967-8632 (WhatsApp)
- Caipad Fundación Andrea Jiménez (San Francisco de Dos Ríos, San José) 2218-0192 • 2250-5047 • 8936-2888 (WhatsApp)
- Caipad ACOPECONE (El Alto, Guadalupe, San José) 2234-0831
- Caipad FUNPROJOPACE (Barrio Don Bosco, San José) 2221-3411 • 2222-3833
- Caipad AIPAD (San Juan, Tibás, San José) 2236-5118
- Caipad FUNADIS (Centro Guadalupe, San José) 2234-9267 • 8733-3629 (WhatsApp)
- Caipad ACOCONE (Vásquez de Coronado) 2292-0930

CAIPADs en Heredia:

- Caipad ACIOSA (Barrio Socorro, Santo Domingo, Heredia) 2101-2538 • 8909-2333 (WhatsApp)
- Caipad ANAMPE (Santo Domingo, Heredia) 2244 9189 • 8983-6932 (WhatsApp)
- Caipad ASCOPA (Santo Domingo, Heredia) 2281-2813 • 8505-6951 (WhatsApp)
- Caipad APNAE (San Pablo, Heredia) 2238-1782 • 6475-5331 (WhatsApp)

ATAICA

Asociación Taller de Atención Integral y Capacitación

Asociación sin fines de lucro para la educación especial. Es un centro de bienestar que atiende a personas adultas con discapacidad.

Ofrece actividades, talleres, y charlas a personas con diversas discapacidades (auditivas, visuales, intelectuales-cognitivas), donde pueden socializar, aprender habilidades y fortalecer valores personales. Las actividades son por cupo limitado y gratuitas.

- **Contacto:** 2494-2120
- **Correo:** ataica.grecia@hotmail.com
- **Ubicación:** Grecia, Alajuela.



PROIN-UCR

Programa Institucional de Inclusión de Personas con Discapacidad Cognitiva a la Educación Superior

Programa de la Universidad de Costa Rica destinada a la población de personas mayores de edad con discapacidad cognitiva que cumplan con las características de autonomía personal, comprensión y expresión verbal y/o escrita, buenas relaciones interpersonales y orientación en el entorno.

Ofrece formación académica, cursos libres y actividades de desarrollo integral. Se requiere de un determinado proceso de admisión para entrar al programa, este puede consultarse en su página web.

- **Contacto:** 2511-4486
- **Correo:** proin@ucr.ac.cr
- **Ubicación:** Finca 1, Universidad de Costa Rica, San Pedro, San José.
- **Horario:** Lunes a Viernes: 8 a.m. a 5 p.m.
- **Web:** www.proin.ucr.ac.cr



AYUDA SOCIO-ECONÓMICA

IMAS

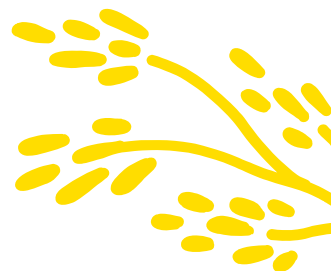
Instituto Mixto de Ayuda Social

Aporte económico dirigido a personas víctimas de violencia intrafamiliar, de género, entre otras.

- **Contacto:** 2202-4000
- **Horario de atención:** L-V de 7:00 a.m. a 4:00 p.m.
- **Dirección:** Calle 29, avenida 2 y 8, de KFC La California 75 sur, San Pedro.
- **Instagram:** [imascostarica](https://www.instagram.com/imascostarica)
- **Facebook:** [InstitutoMixtodeAyudaSocial](https://www.facebook.com/InstitutoMixtodeAyudaSocial)
- **Web:** www.imas.go.cr

Línea telefónica gratuita 800-000-4627

Para personas con discapacidad, mujeres en estado de embarazo o personas adultas mayores



APOYO PARA PERSONAS CON CÁNCER

FUNDESO

Fundación en lucha abierta contra el cáncer de mama

Organización sin fines de lucro que brinda apoyo a mujeres con problemas en sus mamas, con programas de concientización del cáncer de mama, la detección temprana y la rehabilitación.

- **Contacto:** 2233-1692 (central telefónica) • 8675-1406 (WhatsApp)
- **Correo:** info@fundeso.or.cr
- **Horario:** L - J: 9:00 a.m. a 5:00 p.m. • V: 9:00 a.m. a 2:00 p.m.
- **Instagram:** fundesocostarica
- **Facebook:** FUNDESO
- **Web:** www.fundeso.or.cr
- **Dirección:** 150 mts Oeste de la entrada de Emergencias del Hospital Nacional de Niños. Calle 22/24, Avenida 2, Casa #2259



• ASOCIACIÓN PROYECTO DANIEL

Organización no gubernamental que ayuda a las y los jóvenes entre 13 y 25 años de edad diagnosticados con cáncer, para el mejoramiento de su calidad de vida.

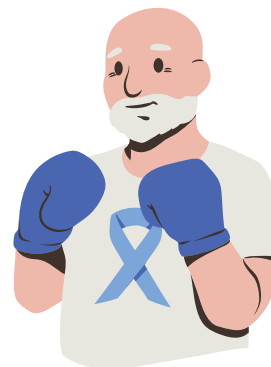
Realiza abordajes psicoterapéuticos con personas cuidadores niños(as) o jóvenes con diagnóstico positivo de cáncer. Brinda talleres, charlas y acompañamiento general.

- **Contacto:** 2227-8371 • 8386-9082 (WhatsApp)
- **Correo:** info@proyectodaniel.org
- **Ubicación:** De la Escuela República Dominicana, 200 mts Oeste y 100 mts Norte, Oficina contiguo a la Biblioteca Rafael Ángel Arias Gómez, San Francisco de Dos Ríos.
- **Web:** www.proyectodaniel.org/
- **Facebook:** proyectodaniel
- **Instagram:** proyectodaniel

ASOCIACIÓN RESURGIR

Brinda alimentación y hospedaje **GRATUITO** a pacientes con cáncer provenientes de zonas lejanas mientras reciben sus tratamientos en la GAM.

- **Contacto:** 2440-3342 • 8351-1001 (WhatsApp)
- **Correo:** info@asociacionresurgir.org • resurgircostarica@gmail.com
- **Ubicación:** Residencial El Rey, Alajuela
- **Web:** <https://asociacionresurgir.org>
- **Instagram:** asociacionresurgir
- **Facebook:** Asociación Resurgir Alajuela



FUNCAVIDA

Fundación Calidad de Vida para Personas con Cáncer

Trabajan en la reincorporación sociolaboral y en el Turismo de Salud Integral y Turismo Social en pacientes, supervivientes y su núcleo familiar.

- **Contacto:** 2445-3173 • 8775-2908 (WhatsApp)
- **Correo:** info@funcavida.org • directora@funcavida.org
- **Horario:** Lunes a Viernes de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.
- **Ubicación:** San Ramón, Alajuela
- **Facebook:** Funcavida
- **Web:** www.funcavida.org

FUNDACIÓN GIÁMALA

Es una fundación que da hospedaje, transporte, apoyo psicológico, emocional, social y educativo a pacientes jóvenes diagnosticados con cáncer que no tienen la red de apoyo adecuada.

La referencia se realiza únicamente por medio de hospitales estatales a partir de diagnóstico médico.

- **Contacto:** 8938-7070 (WhatsApp)
- **Horario:** Todos los días de 9:00 a.m. 6:00 p.m.
- **Correo:** fabiola@giamala.org
- **Ubicación:** 275 mts al norte de la Toyota de Paseo Colón, entre avenida 3 y 5.
- **Web:** www.giamala.org
- **Instagram:** giamalacr
- **Facebook:** Fundación Giámala

ACOMPañAMIENTO EN EL DUELO DE PADRES QUE HAN SUFRIDO LA PÉRDIDA DE SUS HIJOS



GRUPO DE APOYO PARA PADRES Y MADRES CON ÁNGELES Y ANGELITOS

“Somos consolados para consolar”

Grupo de apoyo para padres y madres que están sobrellevando el duelo tras la muerte de sus hijos (bebés, niños, adolescentes, y adultos), ante cualquier tipo de muerte (enfermedad, suicidio, accidente, repentino, homicidio, neonatal, perinatal, etc.). Elaboran y transitan el duelo por medio de la sanidad física, espiritual y emocional.

Sesiones de grupo

Reuniones los lunes, una semana virtual por zoom y otra presencial de 6 p.m. - 9 p.m.

- **Contacto:** 8367-5411 (para grupo de WhatsApp)
- **Ubicación:** Salón del Segundo piso de las aulas de la Parroquia de la Inmaculada en Heredia (Diagonal a la municipalidad, Esquina NorOeste).
- **Correo:** somosconsoladosparaconsolar@gmail.com
- **Facebook:** Grupo Apoyo Ángeles, Heredia CR.

GRUPO DE APOYO RENACER

Grupo de apoyo **GRATUITO** para padres y madres que están sobrellevando el duelo tras la muerte de sus hijos.

Los grupos de apoyo tienen diferentes ubicaciones dentro y fuera de la GAM.

- **Contacto:** 8684-2745 (solo WhatsApp, para información sobre los grupos a largo del país).
- **Correo:** info@renacer-cr.com

Para conocer más acerca del “Grupo Renacer” ingresar al siguiente enlace:

<https://gruporenacer.wordpress.com/direcciones/costa-rica-2/>



Contactos de grupos de apoyo “Renacer”, a lo largo del país:

Grupo de Liberia, Guanacaste

Solo reuniones virtuales, cada 15 días.

- **Contacto:** Anayubel (8992-3908).

Grupo de Heredia (centro)

Las reuniones son el primer y tercer miércoles de cada mes de 7 pm a 9pm.

- **Ubicación:** 50 mts oeste del parque de Barva, enfrente de Gollo.
- **Contacto:** Miguel (8817-8684) o Auria (8615-8007).

Grupo de Ciudad Quesada, San Carlos

Las reuniones son el tercer domingo de cada mes, 1:30 pm a 4pm.

- **Ubicación:** Aulas de catequesis, Parroquia San Roque.
- **Contacto:** Pamela (8658-1716, sólo whasapp) o Mary Quiros (8704-3482).

Grupo de San Pedro

Las reuniones son el segundo miércoles de cada mes, 7pm a 9pm.

- **Ubicación:** Colegio Calasanz, 300 mts norte del Más X Menos.
- **Contacto:** Cynthia (8830-0050).

Grupo de Escazú

Las reuniones son el tercer miércoles de cada mes, 7pm a 9pm.

- **Ubicación:** Verdeza - Residencia para Adulto Mayor.
- **Contacto:** Adelia (8816-1368)

Grupo de Cartago

Las reuniones son los primeros sábados de cada mes, 12md a 4pm.

- **Ubicación:** Centro Salesiano Santo Domingo Savio.
- **Contacto:** Carmen (7011-567).

Grupo de Pérez Zeledón

Las reuniones son los últimos sábados de cada mes.

- **Ubicación:** Barrio Santa Cecilia.
- **Contacto:** María (6100-2022).

ABRAZOS DE ESPERANZA

Es una comunidad de apoyo dirigida a padres y madres que enfrentan la pérdida de un hijo/a. Cuenta con un canal de YouTube donde se publican videos que aborda temas, testimonios y herramientas específicas para transitar este tipo de duelo.

Además de generar contenido semanal, apoya a personas que soliciten ayuda para encontrar un grupo que les pueda escuchar y acoger.

Haz click aquí para ingresar al canal de YouTube 🖱️

ATENCIÓN DE ADICCIONES

IAFA

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia

Cuenta con diferentes proyectos y programas que buscan mejorar las condiciones de vida de las personas mediante la modificación de hábitos relacionados con el consumo de drogas y alcohol.

LÍNEA GRATUITA 800-4232-800

- **Contacto:** 2224-6122
- **Horario:** Lunes a viernes de 7:00 a.m. a 3:00 p.m.
- **Correo:** iafateayuda@iafa.go.cr
- **Web:** www.iafa.go.cr
- **Instagram:** iafacr
- **Facebook:** iafacr

RENACE UCR

Grupo de Alcohólicos Anónimos de la Universidad de Costa Rica (UCR) y
Programa de Manejo de Adicciones

Ofrecen fortaleza y esperanza a personas que trabajan en la Universidad de Costa Rica que se ven afectadas por el consumo de sustancias. Además, en el II ciclo lectivo se brinda acompañamiento psicológico por estudiantes avanzados de psicología de la UCR

- **Contactos:**
 - 8334-3216 (Manuel Ulate)
 - 2511-1072 • 2511 4980 (Sección de Desarrollo Humano ORH)
 - 2511-5861 (Programa de Manejo de Adicciones ORH)
- **Correo:** victor.ulate@ucr.ac.cr

PRECID - UCR

Unidad de Prevención, Consejería e Investigación en Drogas de la UCR

Creada por la Escuela de Enfermería de la UCR con el objetivo de prevenir el consumo de sustancias psicoactiva. Realiza abordajes grupales (talleres informativos) únicamente para la prevención del consumo a toda la comunidad universitaria.
La solicitud para se realiza por medio del correo electrónico.

- **Contacto:** 2511-2101 • 2511 3831
- **Correo:** precid.ee@ucr.ac.cr
- **Horarios:**
 - L: 8:00–16:30 / M y K: 8:00–15:00 / J: 7:00–16:00 / V: 8:00–14:00
- **Dirección:** Calle de la Amargura, San Pedro de Montes de Oca.
- **Facebook:** Unidad Precid UCR - Escuela de Enfermería

NARCÓTICOS ANÓNIMOS

Grupos de apoyo para abandonar el consumo de drogas en distintas partes del país.

- **Contacto:** 8712-9880 (WhatsApp)
- **Correo:** junta@nacostarica.org
- **Web:** narcoticosanonimoscr.org
- **Facebook:** NarcóticosanónimosCR
- **Instagram:** narcoticosrcr



GRUPOS DE FAMILIA AL-ANON Y ALATEEN COSTA RICA

Al-Anon es un programa de apoyo mutuo para personas cuyas vidas se han visto afectadas por el consumo de alcohol y/o abuso de sustancias de otra persona.

Mientras que **Alateen** es el grupo específico para adolescentes.

La oficina de Servicios Generales de Al-Anon de Costa Rica se encuentra en San José centro, pero tienen grupos en diversas áreas (debe consultar al WhatsApp por la más cercana y su horario).

Las reuniones son tanto presenciales como virtuales.

- **Contacto:** 2222-8259 • 8957-8456 (WhatsApp)
- **Correo:** al_anoncr@hotmail.com
- **Web:** al-anon.org
- **Facebook:** Grupos de Familia Al-Anon y Alateen de Costa Rica
- **Instagram:** alanoncr





EXPLOTACIÓN SEXUAL COMERCIAL O TRATA DE PERSONAS



FUNDACIÓN RAHAB

La Fundación Rahab es una organización que trabaja en contra de la explotación sexual. Brinda apoyo a personas víctimas de la Explotación Sexual Comercial o de Trata de Personas.

Entre sus servicios ofrecen atención psicológica, tanto grupal como individual, para las personas beneficiarias y sus familias. Se coordina con instituciones gubernamentales y organizaciones privadas para ofrecer servicios especializados. Además, se apoya en los procesos de denuncia contra ofensores, proxenetas y sitios vinculados al comercio sexual.

Se ofrece un programa de alfabetización y capacitación laboral que promueve la independencia económica.

- **Contacto:** 2248-0929 • 2248-2095 • 8403-7444 (WhatsApp)
- **Correo:** info@fundacionrahab.org
- **Web:** www.fundacionrahab.org
- **Facebook:** Fundación Rahab

POBLACIÓN EN CONDICIÓN MIGRANTE / REFUGIADA

SERVICIO JESUITA COSTA RICA

Acompañamiento a personas en movilidad humana forzada en situaciones de alta vulnerabilidad.

- **Contacto:** 8729-0521 (WhatsApp)
- **Correo:** info@serviciojesuitacr.org
- **Páginas Web:**
redjesuitaconmigranteslac.org
jmcentroamerica.org
linktr.ee/sjmcr
- **Instagram:** [serviciojesuitacr](https://www.instagram.com/serviciojesuitacr)
- **Facebook:** [servjesuitacr](https://www.facebook.com/servjesuitacr)

CENDEROS SAN JOSÉ

Fundación Centro de Derechos Sociales de la Persona Migrante

Brinda asesoría legal con respecto a la situación migratoria, y ofrece atención psicológica gratuita a personas en movilidad humana forzada y en situaciones de alta vulnerabilidad.

La cita para la atención en psicología se solicita al WhatsApp.

- **Contacto:** 2248-0424 • 8885-0196 (WhatsApp).
- **Ubicación:** Torre Mercedes (Paseo Colón) 100 mts norte y 100 oeste, calle sin salida, penúltima casa de dos plantas.
- **Horario:** Lunes a Viernes: 7 a.m. a 3 p.m.
- **Correo:** cenderos@cenderos.org
- **Web:** <https://cenderos.org/>
- **Facebook:** cenderos.org