

May is Mental Health Awareness Month

In May, we recognize that persons living with mental illnesses, and their families, face many challenges and show how our faith leads us to create communities where all are welcome.

Everybody Belongs...

In Baptism, we become *equal in dignity* as necessary members of the Body of Christ. Because everybody belongs, we provide support and accommodations so that all may worship, grow in faith and celebrate the sacraments. Such access is a baptismal right of every Catholic, including persons with mental illnesses.

Ministry with Persons with Disabilities
Archdiocese of Galveston-Houston
713-741-8730

Info on Mental Illnesses

- 1 in 5 Americans; or 500,000 adults and 150,000 children in Harris County live with a diagnosable mental illness (2010 Census).
- Mental Illness is an illness of the brain, just like a heart attack is an illness of the heart.
- Mental Illnesses are not visible. People with mental illness are often exceptionally bright and creative.
- 6.9% or 16 million American adults live with major depression.
- A lack of awareness and stigma often causes people to withdraw rather than ask for help.
- 90% of those who die by suicide have an underlying mental illness. Suicide is the 10th leading cause of death in the U.S.
- Mental Illnesses can be effectively treated.

Catholic Resources

NCPD (National Catholic Partnership on Disability)
www.catholicswithmentalillness.org

National Catholic Council on Addictions
<http://nccatoday.org>

For I Am Lonely and Afflicted - Catholic Bishops of New York State
<http://tinyurl.com/mqra6c8>

Mayo es el mes de Concientización sobre la Salud Mental

En mayo, reconocemos que las personas que viven con enfermedades mentales, y sus familiares, enfrentan muchos desafíos y mostramos como nuestra fe nos lleva a crear comunidades donde todos son bienvenidos.

Todos Pertenece...

Por el bautismo, nos convertimos en miembros del Cuerpo de Cristo con una misma dignidad. Debido a que todos pertenecemos, brindamos apoyo y alojamiento para que todos adoren, crezcan en la fe y celebren los sacramentos. Este acceso es un derecho bautismal de todos los católicos incluyendo las personas con enfermedades mentales

Ministerio con Personas con Discapacidades
Arquidiócesis de Galveston-Houston
713-741-8730

Información sobre la Salud Mental

- 1 en 5 estadounidenses; o 500,000 adultos y 150,000 niños en el Condado de Harris viven con una enfermedad mental diagnosticable (Censo del 2010).
- La enfermedad mental es una enfermedad del cerebro, al igual que un ataque al corazón es una enfermedad del corazón.
- Las enfermedades mentales no son visibles. Las personas con enfermedades mentales suelen ser excepcionalmente brillantes y creativas.
- 6.9% o 16 millones de estadounidenses adultos viven con alta depresión.
- La falta de concientización y estigma a menudo hace que la gente se retire en lugar de pedir ayuda.

Tips for Creating Faith Communities Where All are Welcome

Since all people are created in the image of God, their dignity and worth cannot be diminished by any condition including mental illness.

- Use *people first* language by referring to a “person with mental illness,” rather than “a mentally ill person.”
- If a person is experiencing a psychotic episode or mania; remain calm. Listen with compassion. Use “I” statements” not “you” statements.
- When calling 911 is necessary request a “Crisis Intervention Team” or “CIT Officer.”
- Invite speakers from the medical community, mental health field, or advocacy groups to offer presentations or assistance.
- Include Mass intercessions for persons with mental illness, and their families.
- Continue learning more about the “real lives” of others in your faith community and in the world. Be Christ to someone with mental illness; they seek hope and understanding.

“Respect for persons with disabilities and including them equally in the life of the Church is crucial for our understanding of the human person.”

Daniel Cardinal DiNardo
Archbishop of Galveston-Houston

Contact the Ministry with Persons with Disabilities
in the Office of Evangelization and Catechesis
at 713-741-8730.

“Every parish should seek out its parishioners with...disabilities, support them with love and concern, and ensure that they have ready access to a catechetical program suited to their needs and abilities.”

-National Directory for Catechesis, 61

Other Resources

NAMI (National Alliance on Mental Illness) Greater Houston
www.namigreaterhouston.org 713-970-4419

American Psychiatric Association Foundation
www.psychiatry.org/faith

Consejos para la creación de comunidades de fe donde todos son bienvenidos

Puesto que todas las personas son creadas a imagen de Dios, su dignidad y valor no pueden ser disminuidas por ninguna condición incluida la enfermedad mental.

- Usar primero la palabra persona al referirse a una "persona con enfermedad mental", en lugar de "una persona mentalmente enferma."
- Si una persona está experimentando un episodio o manía psicótica; Mantener la calma. Escucha con compasión. Utilice declaraciones "Yo" y no "usted."
- Al llamar al 911 es necesario solicitar un "Equipo de Intervención en Crisis" o "Oficial CIT."
- Invitar a los oradores de la comunidad médica, el campo de la salud mental o los grupos de apoyo para ofrecer presentaciones o ayuda.
- Incluya intercesiones en misa para las personas con enfermedades mentales y sus familiares.
- Continué aprendiendo más sobre la “vida real” de otros en su comunidad de fe y en el mundo. Sé Cristo a alguien con una enfermedad mental; ellos solo buscan esperanza y entendimiento.

“El respeto a las personas con discapacidad y su inclusión por igual en la vida de la iglesia es fundamental para nuestra comprensión de la persona humana.”

Daniel Cardenal DiNardo
Arzobispo de Galveston-Houston

Comuníquese con el Ministerio con Personas con Discapacidades en la oficina de Evangelización y Catequesis al 713-741-8730.