

GUÍA DE RECURSOS DE INFORMACIÓN FAMILIARES 2011–2012



Organizado por:

**Twin Rivers Unified School District
Special Education, Student Services &
Early Childhood Education Division**

La guía de recursos familiares ha sido diseñada para conectar a las familias de nuestra comunidad escolar con recursos que ayudan en momentos de necesidad. La GUÍA se encuentra disponible por intermedio del distrito unificado de Twin Rivers. Hay a su disposición muchos servicios adicionales en el condado de Sacramento y sus alrededores a los cuales los residentes pueden acudir en busca de ayuda. Para más opciones, favor de comunicarse con *InfoLine Sacramento* al **498-1000**.

Antes de llamar para un servicio particular sería importante estar listo con lo siguiente:

- ¿**Con** quién le gustaría hablar?
- ¿**Qué** información quiere saber? o
- ¿**Por qué** necesita esta clase de servicio?
- **RECUERDE**, si este servicio en particular no puede ayudar, tal vez se pueda solicitar ayuda de alguien capacitado.

Algunos programas en esta guía tal vez han limitado sus servicios debido a los recortes de presupuesto. Si usted no encuentra a su disposición un servicio en particular publicado o si el número telefónico ha cambiado, favor de comunicarse con el departamento de servicios estudiantiles al 566-1615, así es posible implementar las correcciones antes de la próxima publicación de esta guía.

Nota: La información de recursos publicados en esta guía solo son referencias. No son recomendaciones.

Números telefónicos de uso frecuente

Nombre

Número

ÍNDICE

Números telefónicos de emergencia	Page 4
Números telefónicos de menos importancia	Page 4
Recursos de comida	Page 5, 6
Armario público de ropa	Page 7
Tiendas de artículos de segunda	Page 7
Vivienda asequible	Page 8
Vivienda de emergencia/ Albergues	Page 9, 10
Clínicas de salud	Page 11,12
Continuación de lista de suministradores de Medi-Cal	Page 13
Información adicional de Medi-Cal	Page 14
Clases para padres	Page 15
Asesoría / Apoyo/ Terapia	Page 16, 17
Ayuda legal/ clínicas	Page 18
Transporte público	Page 19
Asistencia de emergencia de servicios públicos	Page 19
Distritos escolares	Page 20
Cuidado infantil subsidiado/ Preescolar	Page 20, 21
Referencias para cuidado de niños	Page 22
Programas de tutoría	Page 22
Programas de patrocinadores	Page 22
Asistencia de empleo y entrenamiento	Page 23
Recreación y parques	Page 24
Bibliotecas	Page 24

*Todos los números telefónicos se encuentran en el código de área (916)
A menos que se indique lo contrario.*

NÚMEROS TELEFÓNICOS DE EMERGENCIA



<u>POLICÍA, ALGUACIL, BOMBEROS, AMBULANCIA</u>	<u>911</u>
<u>POLICÍA DEL DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO TWIN RIVERS</u>	<u>286-4971</u>
<u>Servicios de protección para adultos</u>	<u>874-9377</u>
<u>Oficina de maltrato de niños (Sac County Sheriff)</u>	<u>874-5191</u>
<u>Línea directa para la búsqueda de niños perdidos</u>	<u>1-800-426-5678</u>
<u>Servicios de protección infantil (CPS)</u>	<u>875-KIDS (5437)</u>
<u>Línea de crisis de salud mental del condado (24 horas)</u>	<u>732-3637</u>
<u>Crisis Infantil (Ayuda para padres y familias en crisis)</u>	<u>394-2000</u>
<u>Línea telefónica directa para crisis de Diógenes de la juventud (adolescentes)</u>	<u>363-0063</u>
<u>Centralita nacional telefónica para los niños fugados del hogar</u>	<u>1-800-786-2929</u>
<u>Línea de apoyo para padres (Crisis)</u>	<u>1-888-281-3000</u>
<u>Centro de control de envenenamiento</u>	<u>1-800-222-1222</u>
<u>Línea telefónica directa para mujeres embarazadas</u>	<u>451-2273</u>
<u>De voz a voz (Servicio de asistencia de comunicación)</u>	<u>711</u>
<u>Línea de crisis de prevención del suicidio</u>	<u>368-3111</u>
<u>Línea de crisis de la juventud</u>	<u>1-800-843-5200</u>
<u>WEAVE Línea directa (Abuso doméstico)</u>	<u>920-2952</u>

NÚMEROS TELEFÓNICOS DE MENOS IMPORTANCIA

<u>LÍNEA INFORMATIVA DE SACRAMENTO</u> Recomendaciones para : viviendas de bajo costo, programas de alimentos, programas para personas de la tercera edad, servicios para niños, salud pública, asistencia financiera, educación, empleo y capacitación laboral.	<u>498-1000</u>
<u>Alcohólicos anónimos</u>	<u>454-1100</u>
<u>Alanon / Alateen (Familia o amistades de alcohólicos) Línea de información</u>	<u>334-2970</u>
<u>Consejo de prevención de abuso infantil</u>	<u>244-1900</u>
<u>Servicios para la juventud Diógenes</u>	<u>369-5447</u>
<u>Distrito uno de la división noroeste</u> (Reportes que no son de emergencia) (Vigilancia del vecindario, vigilancia de apartamentos, Funcionamiento de identificación, Conocimiento de drogas, seguridad para los niños, seguridad para el hogar)	<u>332-7794</u>
<u>Nar-Anon (Familia o amistades de una persona que abusa las drogas) Línea de información</u>	<u>646-6534</u>
<u>Narcóticos anónimos</u>	<u>1-800-600-4673</u>
<u>Línea de ayuda para fumadores de California ¿Quiere dejar de fumar?</u> Servicios gratuitos: materiales de autoayuda, lista de servicios de recomendación de otros programas y conserjería individual por teléfono.	<u>1-800-662-8887</u>
<u>Número de menos importancia del alguacil</u>	<u>874-5115</u>
<u>Centro de servicio comunitario del alguacil</u>	<u>332-7794</u>
<u>Centro de víctimas y testigos</u>	<u>874-5701</u>
<u>WEAVE (violencia doméstica)</u>	<u>448-2321</u>

RECURSOS DE ALIMENTACIÓN

Food Stamps/ Asst.

Cupones de alimentos y asistencia

Dept. of Human Assistance
Departamento de asistencia humana
 1725 28th St
 Sacramento

874-2072

Las familias de bajos ingresos, la mayoría de idiomas, CALWORKS, asistencia general y continuación de servicios de no asistencia de cupones de alimentación



Friendship Park

1300 North C Street
 Sacramento

443-7378

Desayuno gratuito para mujeres y niños a las 8am de lunes a viernes

HillHaven Community Outreach

Ministries *Ministerios para la participación de la comunidad*

5811 Westfield Ct
 Carmichael 95608

338-5946

De lunes a viernes a las 9AM hasta las 12 PM, sirve a los siguientes códigos: 95608, 95610, 95660, 95841. Llame para confirmar los horarios y servicios.

Liberty Towers

The Way Ministries

5132 Elkhorn Blvd.
 Sacramento

838-2080

Food give away.
 Tuesday 11:00 am to 12:00 pm
 Sundays 12:00 pm to 1:00 pm
 No income requirement or address verification needed.

Loaves & Fishes

Dinning Room *Comedor*
 1321 North C Street
 Sacramento

446-0874

Almuerzo caliente gratis con boleto obtenido en el Service Center en Friendship Park. Se sirve el almuerzo 7 días a la semana de 11:30 AM- 12:30 PM

Sacramento Food Bank &

Family Services *Banco de alimentos y Servicios familiares*

3333 Third Avenue
 Sacramento 95817

456-1980

Proporciona raciones de víveres para 3 o 4 días. Zip codes: 95815, 95817, 95818, 95820, 95833, 95834, 95835, 95836, 95837, 95838.

North Highlands Food Ministry

First Baptist Church
 6125 Watt Avenue
 North Highlands

331-1510

Repartición de alimentos los lunes, martes y miércoles desde las 9:30 AM hasta las 12 PM. Una canasta de alimentos al mes. Comprobante de domicilio (Factura de la electricidad o teléfono) es necesario cada vez que se presente. Sirve a los códigos: 95660, 95842, 95843

Our Lady of Lourdes

1951 North Ave.
 Sacramento 95838

925-5313

Debe registrarse los martes a las 10:30 AM para recoger los alimentos entre las 11 AM y 12 PM. Se requiere comprobante de domicilio e identificación. Sirve a los siguientes códigos: 95673, 95626, 95838.



RECURSOS DE ALIMENTACIÓN continuación...

<p>Rio Linda/Elverta Food Closet 6800 Sixth St. Rio Linda 95673</p>	<p>NA</p>	<p>Una canasta de alimentos al mes. Necesita presentar identificación y comprobante de domicilio. Jueves de 10 AM s 12 PM</p>
<p>River City Food Bank <i>Servicios comunitarios</i> 1319 27th Street until October 2011 Sacramento 1800 28th St. As of October 2011 Sacramento</p>	<p>446-2627</p>	<p>Una vez al mes se ofrece un suministro de emergencia de comida para tres días. Esto incluye alimentos para bebés y fórmula, si es necesario Horas 11:30 am - 3 pm de lunes a viernes</p>
<p>Salvation Army 1200 North B St. Sacramento 95814</p>	<p>678-4010</p>	<p>Una canasta de alimentos al mes. Se requiere comprobante de domicilio (factura de SMUD o PGE) e identificación . Martes, miércoles y jueves 9:00 AM a 11:30 AM y 1:00 PM a 3:00 PM (Cerrado durante almuerzo).</p>
<p>Saint Lawrence Church 4325 Don Julio Blvd. North Highlands</p>	<p>332-4777</p>	<p>Jueves por la noche hay cena gratis. Las puertas se abren a las 5 de la tarde. Abierto para todas las personas. No hay requisitos de ingresos, verificación de domicilio ni límites de edad.</p>
<p>WIC 5655 Hillsdale Blvd. North Highlands</p>	<p>326-5830</p>	<p>El programa para mujeres, infantes y niños proporciona alimentos para embarazadas y madres lactantes. Únicamente con cita para bebés y niños menores de 5 años Lunes a viernes de 8:00 AM a 4:30 PM.</p>
<p>Carmichael Food Closet 5645 Marconi Ave Carmichael, CA 95608</p>	<p>483-9232</p>	<p>Abierto de lunes a viernes. Llame para ordenar alimentos entre las 10:00 AM y 12:00 PM. Recoger las órdenes de alimentos entre las 2:00 PM y 3:30 PM. Sirviendo los códigos postales siguientes: 95608, 95610,95621,95660,95825,95841,95842, 95843 Cerrado los días de fiesta</p>



ARMARIO PÚBLICO DE ROPA

First Baptist Church *Iglesia*
2601 Del Paso Blvd.
Sacramento 95815

922-9365

Proporciona ropa a personas necesitadas.
Lunes y miércoles 9 AM a 11:30 AM

New Testament Baptist Church
Iglesia
6746 34th Street
North Highlands 95660

344-0440

Armario público de ropa;
llamar para más detalles.
9 am every 2nd Saturday

Sacramento Clothes Closet
Ropa de segunda
3333 Third Avenue,
Sacramento

456-1980

Lunes, martes, jueves y viernes - 10 AM a 1:30 PM
Miércoles de 4 PM a 7 PM
Limita a una vez, mensual. Gratis.



TIENDAS DE ARTÍCULOS DE SEGUNDA

Deseret Industries
3000 Auburn Blvd.
Sacramento

482-1480

Goodwill Industries
5705 Hillsdale Blvd
&

339-2137

2502 Watt Ave @ El Camino

480-9002

8031 Watt Ave., Antelope

723-0137

Salvation Army Thrift
6510 Antelope Road

729-8399



Vivienda para personas de bajos ingresos

CHOC (Community Housing Opportunities Corporation)

Danbury Park Apartments
7840 Walerga Road
Antelope 95843

725-7385

Ingresos bajos, apartamentos asequibles por intermedio de CHOC. Las familias necesitan comunicarse directamente con la oficina de los apartamentos *Creek Apartments* para obtener más información

Mercy Housing of Sacramento
www.mercyhousing.org

414-4400

Llamar para obtener información de disponibilidad y de programa.

Sacramento Self Help Housing
www.sacselfhelp.org

341-0593

Llamar para completar el proceso de toma. Asesoría de vivienda y recomendación para las personas despojadas. Sin cargo. Horario de 9 AM - 5 PM

Sacramento Mutual Housing Association
8001 Fruitridge Rd.
Sacramento 95820

453-8400

Proporciona ayuda en la búsqueda de vivienda asequible o de acuerdo a los ingresos.

Salvation Army
Rental Assistance Program

678-4050

Must have a 3 day pay or quit notice and be on the rental agreement.

Shelter Plus Care

874-4304

Ofrece recomendaciones a programas de vivienda para los despojados y personas con discapacidades y familias en el condado de Sacramento.

SHRA
(Sacramento Housing & Redevelopment)
www.shra.org

440-1317

Vales de elección de vivienda (anteriormente la sección 8) Llame para obtener más información

YWCA
1122 17th Street
Sacramento 95811

264-8066

Programa de vivienda para mujeres de bajos ingresos. Alquiler de cuartos. No se admiten niños. No necesita cita para aplicar. Hay posibilidad de lista de espera.



VIVIENDA DE EMERGENCIA Y REFUGIOS

Diogenes Youth Services
9719 Lincoln Village Dr. Ste 110
Sacramento 95827

Office: 369-5447
Línea directa
: 1-800-339-7177
(24 horas)

Vivienda de emergencia hasta 30 días para jóvenes de 12 a 17 años de edad quienes han huido de sus hogares, han sido expulsados de sus hogares o simplemente necesitan unos días para “calmarse”. También hay programas de vivienda transitoria para personas de 16 a 18 años de edad.

Francis House
1422 C Street
Sacramento 95814

443-2646

Asesoría, recomendaciones, ficha para el uso del autobús, asistencia de empleo, etc. Lunes, martes y miércoles de 9:30 AM a 11:30 PM y 1:00 PM a 3:00 PM. Jueves y viernes de 1:00 PM a 3:00 PM

Friendship Park
1321 North C Street
Sacramento

443-7378

Desayuno, actividades de recreación, teléfonos, duchas y mucho más

INFOLINE SACRAMENTO

498-1000

Para recomendaciones a programas de vivienda en la zona de Sacramento.

Loaves & Fishes
1321 North C Street
Sacramento

446-0874

Ayuda para los despojados en la búsqueda de refugio, comida y cuidado de la salud. Servicios sin cita. Cerca de la vía del autobús, tren, aparcamiento disponible durante el horario de las 7:00 de la mañana hasta alas 2:30 PM.

Lutheran Social Services
3734 Broadway Ave
Sacramento 95817

453-2900

Servicios de vivienda y manejos de casos para las familias despojadas, vivienda de transición y apoyo de vivienda para los jóvenes que ya nos son acogidos en un hogar temporal y jóvenes en edad de transición.

Maryhouse
1321 North C Street
Sacramento

446-4961

Un centro de acogida únicamente para mujeres sin hogar y para niños. Programa de desayuno caliente.

Sacramento Area Housing

455-2160
Refugio familiar

Alojamiento temporal. Un albergue que únicamente acepte familias monoparentales, papás solteros e hijos varones mayores de 14 años de edad. Entrevistas telefónicas únicamente . Posiblemente hay lista de espera.

Sacramento Area Housing

455-0415
Refugio para mujeres

Alojamiento temporal, hasta 30 días de alimentación y transportación para las mujeres solteras. Entrevistas telefónica. Posiblemente hay lista de espera.

**VIVIENDA DE EMERGENCIA Y
REFUGIOS**
(continuación)



Salvation Army Shelter

1200 B Street
Sacramento 95814
www.salvationarmysacramento.org

442-0331
(Linea disponible 24 horas)

Los servicios incluyen albergue, alimentos y otros servicios para los hombres y mujeres despojadas (de 18 años o más). Por teléfono o en persona.

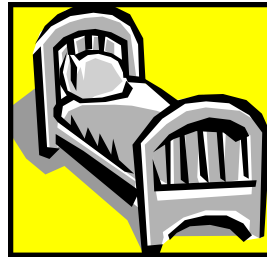
St. John's Shelter

4410 Power Inn Rd.
Sacramento
www.stjohnsshelter.org

453-1482
24 horas al día
7 días a la semana

Albergue para mujeres despojadas y niños; varones hasta los 14 años de edad. Por teléfono o en persona diariamente. Abierto hasta las 3 PM.

Travelers Aid



WEAVE
Services for men,
Women, teens and
Children.

www.weaveinc.org

399-9646

Presta ayuda de emergencia durante el día y después de horas de labor a las familias despojadas a través de vales para motel, alimentos y servicios de manejo de casos. Llame para una entrevista; no necesita una recomendación de fuente exterior. 9 to 5 Monday thru Friday.

920-2952
(Linea disponible 24 horas)

Refugio temporal para víctimas de violencia doméstica y sus hijos. Proporciona un lugar seguro donde quedarse, comida, transportación de emergencia y promociona servicios sociales. Llame a la línea directa 24 horas al día para recibir ayuda.

Wind Youth Center

701 Dixieanne Ave
Sacramento, CA 95815

561-4900

628-1492
De emergencia después de horas

Ayuda para los jóvenes despojados que han huido del hogar y viven en las calles. Albergue durante la noche, comidas calientes, ducha, lavandería, vestimenta y correo. Directivos de casos en la instalación y recomendación médica y dental si es necesario. De lunes a viernes desde las 8:30 AM hasta las 4:30 PM. (edades de 11 a 22)

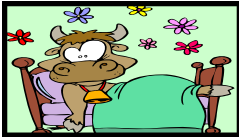
YWCA


1122 17th Street
Sacramento

264-8066

Programa de residencia para mujeres de bajos ingresos. Alquiler de cuartos. En persona. No admiten niños. Posiblemente hay lista de espera

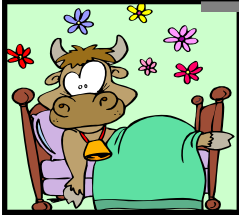
CLÍNICAS DE SALUD



Instituto de la Niñez y Familiar	736-1720	Ofrece servicios de consejería a niños que posiblemente hayan sido testigos o han sido víctimas de acoso emocional/físico/sexual o han sufrido abuso, violencia domestica, o problemas de alcohol / drogas en su familia, u otros traumas.
CHDP	875-7151	Exámenes físicos y dentales gratuitos para niños de familias de bajos ingresos y sin Medi-Cal.
Del Paso Health Center (Sacramento County)	648-0970	3950 Research Drive, Sacramento Horario: martes 8 AM-5 PM (cerrado durante el almuerzo 12pm a 1pm)
Medi-Cal	874-2215	Llame para más información y requisitos.
Mercy Clinic (Healthcare for the Homeless Program) <i>Programa de salud para los despojados</i>	446-3345	1321 North C Street, Sacramento En persona sin cita, servicios de salud pública grave y atención primaria para las personas despojadas. Horario: 7:30 AM - 2:20 PM
MercyClinic North Highlands	349-1568 Una cita es necesaria	6060 Watt Ave. (FC Joyce Elementary School) North Highlands, CA 95660 Mercy Clinic sirve a los necesitados de atención primaria de salud, sin seguro de salud quienes tienen bajos ingresos y viven en la zona de North Highlands y sus alrededores.
*Free Family Clinic <i>Clínica familiar gratuita</i>		
Planned Parenthood <i>Planificación de la familia</i>	332-5715	5700 Watt Ave., North Highlands Mon—Fri 8 am to 6 pm Fri 8:15 am to 4:30 pm Sat 8:15 am to 12:30 pm y 201 29th St., Ste. B, Sacramento 95816 De lunes a jueves desde las 7 AM a 6:30 PM Viernes de 7 AM a 4:30pm Sábado 8 AM—1 PM
	446-6921	
Primary Care Center (Sacramento County) <i>Centro de atención primaria</i>	874-9670	4600 Broadway Ste. 1100/1200 Sacramento 95820 Horario de la clínica : de lunes a viernes de 8 AM-5 PM
Sacramento Family Medical Clinic Inc.	339-2229	5735 Watt Ave., North Highlands Horario: 8 AM a 5:30 PM
Watt Ave Med Clinic	344-8866	5735 Watt Ave., North Highlands Horario: 8 AM a 5 PM

COVER THE KIDS
SACRAMENTO CHILDREN'S HEALTH INITIATIVE
CTK cree que TODOS los niños merecen tener acceso a cobertura económica de la salud.
Llame gratis 1-866-850-4321
www.coverthekids.com

CLÍNICAS DE SALUD



Las Palmas Clinic
577 Las Palmas Ave.
Sacramento, CA 95815

924-6703 Salud para todos

Mercy Del Paso Clinic
3911 Norwood Ave.
Sacramento CA 95838

929-8575

Molina Medical Center
4215 Norwood Ave.

564-0521

y
3234 Marysville Blvd
Sacramento, CA 95838

646-1200

Sacramento Family Medical Clinic
3441 Marysville Blvd.
Sacramento, CA 95838

563-7200

Sacramento Community Clinic
2200 Del Paso Blvd.
Sacramento, CA 95815

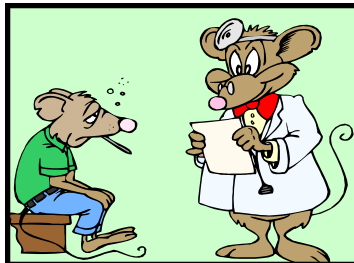
924-7092

Dental Clinic
4600 Broadway, Ste 210
Sacramento, CA 95820

874-8300

Dr. Karrin Vallin
Optometrist
Oculista

349-2006 5732 Watt Avenue, North Highlands
Excepto
Medi-Cal
Se Habla Español



THE HEALTHY FAMILIES PROGRAM / MEDI-CAL FOR CHILDREN

Cobertura de salud para NIÑOS. California ofrece ahora seguro de salud integral para niños y adolescentes (desde el nacimiento hasta los 18 años) a un precio accesible.

Llame gratis 1-888-747-1222

SERVIDORES DE MEDI-CAL

Si necesita ayuda para hacer una cita con quien ofrece Medi-Cal, favor de llamar al departamento del condado de servicios humanos y de salud (*Sacramento County Department of Health and Human Services*) y al programa de salud infantil y prevención de discapacidad (*Child Health and Disability Prevention Program, Conocido en inglés como CHDP*). Usted recibirá atención personalizada de lunes a viernes entre las 8:00 AM y 5:00 PM.

Sacramento Co. Dept. of Health & Human Services/CHDP	916-875-7151
Medi-Cal (Llame para obtener más información y los requisitos)	916-874-2215
Medi-Cal/Healthy Families (Familias saludables)	1-888-747-1222

OTHER LOCAL MEDI-CAL PROVIDERS:

Health Clinics:

Sacramento Family Medical Clinic, Inc.	916-339-2229
Watt Avenue Medi-Cal Clinic	916-344-8866

Counseling (Consejería)

ACCESS Team-Children	916-875-9980
ACCESS Team-Adults	916-875-1055

(Información y recomendaciones de servicios de salud mental.
Debe ser elegible para Medi-Cal)

Child & Family Institute	916-736-0828
--------------------------	--------------

(Servicios de consejería para niños maltratados, padres no culpables, adultos a cargo de niños y hermanos de niños que han sido maltratados.)

Servicios de consejería que aceptan Medi-Cal por intermedio de una referencia de ACCESS:

Adult Outpatient Clinic <i>Clinica para pacientes adultos ambulatorios</i>	916-875-0599
The Effort	916-368-3080
Catholic Social Services of Sacramento - New Pathways	916-452-7481

-Dental:

Denti-Cal (Recomendación de servicios para los dentistas que aceptan Medi-Cal) 1-800-423-0507

Favor de recordar que no todos los médicos pueden aceptar nuevos pacientes todo el tiempo

:

THE HEALTHY FAMILIES PROGRAM / MEDI-CAL FOR CHILDREN

Cobertura de salud para NIÑOS. California ofrece ahora seguro de salud integral para niños y adolescentes (desde el nacimiento hasta los 18 años) a un precio accesible.

Llame gratis 1-888-747-1222



Aquí están las buenas noticias...

Más niños califican para recibir cuidado de salud gratuito

¿Sabía que usted o su hijo podría calificar para Medi-Cal si su hijo es menor de 19 años de edad o si usted está embarazada? Recientemente, más niños de familias con ingresos altos han calificado para recibir Medi-Cal sin costo. Niños que vienen de familias donde ambos padres trabajan pueden ser elegibles.

Medi-Cal ofrece muchas ventajas de cuidado de salud:

- Salud integral sin costo, dental, y beneficios de visión para niños.
- No hay cuotas mensuales .
- No hay cuota fija para ningún beneficio .

Elección de planes de seguro médico en la mayoría de los centros más poblados.

- La propiedad familiar no cuenta para la elegibilidad (como carros o ahorros) .

La aplicación puede ser enviada por correo.

.

Documentos necesarios para poder solicitar :

- Comprobante de ingresos (talón de pago; declaración firmada por el empleador o copia de la declaración de impuestos).
- Acta de nacimiento o prueba de estatus migratorio (en caso de embarazo, esto no es necesario) Prueba de residencia en California

Consulte la enfermera escolar o el asistente de salud, ellos tendrán la solicitud e información acerca de la elegibilidad y los documentos necesarios para el proceso de la solicitud. Para más información, también puede comunicarse con la oficina de servicios estudiantiles en el distrito unificado de Twin Rivers al 916-566-1617.

¡Mantengamos a nuestros niños saludables y en la escuela! Llámenos, le podemos ayudar.

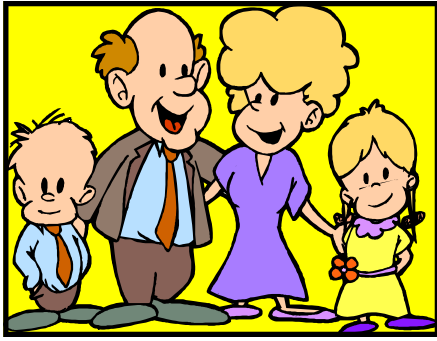


CLASES PARA PADRES / APOYO

(Gratis o a bajo costo)



The Effort/Family Services Agency 8912 Volunteer Lane, #100 Sacto 95826	368-3080
The Effort/Birth & Beyond 6015 Watt Ave., Suite 2, N.H. 95660	679-3925
North Sacramento Family Resource Center 1217 Del Paso Blvd., Suite B, Sacto 95815	679-3743
Child Action (Clases sobre crianza de los hijos por orden judicial)	369-0191
Changing Courses 3355 Myrtle Ave., #265, N.H. 95660	332-5056
Child Protective Services Parenting Classes	875-6140
Area 4 Agency on Aging Proporciona enlaces e información sobre ayuda para grupos de abuelos .	486-1876 www.a4aa.com
Sacramento Crisis Nursery Servicios de asesoramiento y apoyo 24 horas al día	394-2000 or 679-3600
Mutual Assistance Network Firehouse Community Center 810 Grand Ave., Sacto 95838 Para los padres de niños en el preescolar y la primaria	567-9567 927-7694—main office
Fathers Resource Center Resources and Support for Fathers Proporciona a los padres recursos internos para convertirse en la clase de padres que los hijos necesitan.	739-0894
People Reaching Out Preocupaciones de los padres con el comportamiento de los niños, especialmente con respecto al uso de drogas y alcohol. Evaluación gratuita y servicios de recomendación.	576-3300



ASESORAMIENTO y APOYO

ACCESS Team-Children

875-9980 Información y recomendación para servicios de salud mental. Debe cumplir los requisitos del Medi-Cal.

ACCESS Team-Adults

Adult Outpatient Clinic
Sacramento County

875-0599 Asesoramiento para los beneficiarios de Medi-Cal .

*LÍNEA DE CRISIS PSIQUIÁTRICAS:
732-3637*

Stanford Settlement
450 W. El Camino Ave.
Sacramento, CA 95833

927-1303 Servicios para niños en los grados K- 6 por intermedio de actividades de socialización, recreación y académicas. *Tarifa variable*
Centro para adolescentes para la prevención de la delincuencia y el desarrollo social.. La juventud de 7 ° grado al 12.

Catholic Social Service of Sacramento

452-7481 Proporciona asesoría individual, de grupo, parejas, familia y niños; asesoría en español

Child and Family Institute

736-0828 Servicios de consejería para niños que han sido maltratados, padres no culpables y los hermanos de los niños maltratados.

Diogenes Youth Services

369-5447 Resolución de crisis; orientación individual, en grupo y para jóvenes de 12-17 años de edad.

*LÍNEA DE CRISIS PARA JÓVENES :
1-800-339-7177*

The Effort
6015 Watt Avenue, Ste 2
North Highlands

679-3925 Terapia breve par las familias, niños parejas e individuos.

368-3080

8233 E. Stockton Blvd., Ste. D
Sacramento

ASESORAMIENTO, APOYO y TERAPIA

Family Study Center	452-3008	Terapia de juego para niños; terapia artística, Entrenamiento para padres, talleres de comunicación, asesoramiento individual, de parejas y familiar. Hay tarifa reducida para algunos servicios, dependiendo de los ingresos.
La Familia Counseling Center	452-3601	Asesoramiento de uno a uno, intervención en crisis y servicios de apoyo para los jóvenes. (Desde el nacimiento hasta los 21 años de edad) y sus familias. Sin costo.
Parent Support Line	1-888-281-3000	La línea de 24 horas al día proporciona apoyo emocional, información y recursos.
People Reaching Out	576-3300	Trata los problemas de abuso de alcohol y drogas y la violencia entre los jóvenes. Se concentra en la prevención e intervención. Sin costo.
Speech-to-Speech Un servicio de comunicación asistencial Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana	711	Servicio gratuito de asistencia telefónica para las personas con discapacidades del habla.
Stanford Settlement Neighborhood Center 450 West El Camino Ave. Sacramento Ca 95833	927-1303	Programa para los ancianos, ayuda de emergencia, intervención de crisis, desarrollo de actividades comunitarias, canastas navideñas para individuos y preparación gratuita para la declaración de impuestos.
Stanford Settlement Neighborhood Center—Children and Youth Program 450 West El Camino Ave. Sacramento Ca 95833	927-1303	Métodos de trabajo social para promover la adaptación social, de autoestima, asistencia escolar y la prevención de la delincuencia. Servicios de apoyo para las familias y escuelas locales.



ASISTENCIA LEGAL y CLÍNICAS

Better Business Bureau 3075 Beacon Blvd. West Sacramento, CA	443-6843	Proporciona información sobre las prácticas comerciales de empresas; ofrece servicios de quejas para los consumidores y conflictos donde hay un tercer grupo o persona involucrada. No hay tarifa.
Family Law / Self Help Center Superior Court of California 3341 Power Inn Road, Sacramento, CA	875-3400	Ayuda legal gratuita para personas de bajos ingresos quienes necesitan ayuda en las siguientes áreas: pensión alimenticia, divorcio, custodia de menores, visitas y paternidad. Se ofrecen talleres y clínicas en las áreas de derechos de familia y sucesiones.
Pacific McGeorge School of Law 3200 Fifth Avenue Sacramento, CA 95817	340-6080	Proporciona servicios legales a personas de ingresos bajos. Asistencia en violencia doméstica, asuntos entre propietario y arrendatario, bancarrota, derechos de familia, inmigración y problemas de personas de la tercera edad. Solicitar por teléfono.
Senior Legal Hotline	551-2140 <i>Or</i> 1 (800) 222-1753	Para las personas mayores de 60 años. Asesoramiento legal gratuito en materia de derecho civil, incluyendo: Seguro social, SSI, Medical, Medicare, testamentos y sucesiones, derechos de familia, poder notarial, vivienda, abuso de ancianos y derechos de abuelos.
State Bar Association	(415) 538-2219	Para obtener información sobre abogados de tarifa reducida o abogados que ofrecen servicios sin cobrar honorarios profesionales.
Superior California Legal Clinics 3220 El Camino Avenue Sacramento, CA	972-1188	Asistencia legal en caso de divorcio, separación, custodia de los hijos, bancarrota, testamentos, órdenes de restricción y o otras cuestiones de derechos de familia. Tarifas de escala flexible.
Victim-Witness Assistance Program 901 G Street Sacramento, CA	874-5701	Ayuda en la presentación de una demanda, proporciona consejería de crisis y ayuda a las víctimas de un crimen a encontrar apoyo emocional, físico y recuperación financiera. No se cobra por servicios.



DISTRITOS ESCOLARES



TWIN RIVERS UNIFIED SCHOOL DISTRICT 5115 Dudley Blvd., McClellan	<i>Oficina del distrito : 566-1600</i>
CENTER UNIFIED SCHOOL DISTRICT 8408 Watt Ave., Antelope	<i>Oficina del distrito 338-6330</i>
ELVERTA JOINT SCHOOL DISTRICT 8920 Elwyn Ave., Elverta CA	<i>Oficina del distrito 991-4726</i>
NATOMAS UNIFIED SCHOOL DISTRICT 1901 Arena Blvd., Sacramento 95834	<i>Oficina del distrito 567-5400</i>
ROBLA SCHOOL DISTRICT 5248 Rose Street, Sacramento CA 95838	<i>Oficina del distrito 991-1728</i>
SAN JUAN UNIFIED SCHOOL DISTRICT 3738 Walnut Ave., Carmichael	<i>Oficina del distrito 971-7700</i>
SACRAMENTO CITY UNIFIED SCHOOL DISTRICT 5735 47th Ave., Sacramento	<i>Oficina del distrito 643-7400</i>

CUIDADO INFANTIL SUBSIDIADO Y PREESCOLARES

BEANSTALK 344-6259 (Para información)	566-1820	Dry Creek Elem. 1230 G St., Rio Linda CA 95673
CHILD CARE CENTERS	566-1930	Orchard Elem. 1040 Q St., Rio Linda CA 95673
	566-1660	Regency Park Elem. 5901 Bridgecross Dr. Sacramento, CA 95835
	566-1950	Ridgepoint Elem. 4680 Monument Dr. Sacramento, CA 95842
HEAD START (SETA)	274-6196	6015 Watt Ave. # 5, North Highlands
	263-5333	3829 Stephen Dr., North Highlands
	263-1031	5665 Hillsdale Blvd. # 4, Sacramento
	263-0266	Vineland Elem 6450 20th St., Rio Linda CA 95673
STATE & FIRST 5 SACRAMENTO PRE- SCHOOL a.m. o p.m. 566-1600	566-3415	Babcock Elem. 2400 Cormorant Way, Sacto CA 95815
	566-3420	Castori Elem. 1801 South Ave., Sacto CA 95839
	566-3425	Del Paso Elem 590 Morey Ave., Sacto CA 95838
	566-1840	Frontier Elem 6691 Silverthorne Cr., Sacto 95842
	566-3475	Hagginwood Elem. 1418 Palo Verde Ave., Sacto CA 95815
	566-1880	F.C. Joyce Elem. 6050 Watt Ave., N.H. CA 95660

CUIDADO INFANTIL SUBSIDIADO Y PREESCOLARES

STATE PRESCHOOL

Preescolar Estatal

- 566-3435** Fairbanks Elem.
227 Fairbanks Ave., Sacto CA 95838
- 566-3460** Garden Valley Elem.
3601 Larchwood Dr., Sacto CA 95834
- 566-1850** Kohler Elem.
4004 Bruce Way, N.H. CA 95660
- 566-3485** Morey Ave. Elem.
155 Morey Ave., Sacto CA 95838
- 566-2700** Noralto Elem.
477 Las Palmas Ave., Sacto CA 95815
- 566-2705** Northwood Elem.
2630 Taft. St., Sacto CA 95815
- 566-1910** Oakdale Elem.
3708 Myrtle Ave., N.H. CA 95660
- 566-1960** Sierra View Elem.
3638 Bainbridge Dr., N.H. CA 95660
- 566-2740** Smythe Elem.
2781 Northgate Blvd., Sacto CA 95833
- 566-2745** Strauch Elem.
3141 Northstead Dr., Sacto CA 95833
- 566-2755** Woodlake Elem.
700 Southgate, Sacto CA 95815
- 566-1670** Woodridge Elem.
5761 Brett Dr., Sacto CA 95842

FULL-DAY PRESCHOOL

566-1600 *Preescolar de tiempo completo*

- 566-1900** Madison Elem.
5241 Harrison St., N.H. CA 95660
- 566-2700** Noralto Elem.
477 Las Palmas Ave., Sacto CA 95815
- 566-2705** Northwood Elem.
2630 Taft. St., Sacto CA 95815

TRUSD HEADSTART

- 566-3485** Morey Ave. Elem.
155 Morey Ave., Sacto 95838
- 566-1850** Kohler Elem.
4004 Bruce Way, N.H. CA 95660
- 566-1670** Woodridge Elem.
5761 Brett Dr., Sacto CA 95842

REFERENCIA DE CUIDADOS DE NIÑOS

- CHILD ACTION** 369-0191 Información y recomendaciones para el cuidado gratuito infantil, hogares para cuidado de niños durante el día, jardín infantil y programas para antes y después de la jornada escolar.
- FAMILY CHILD CARE PROVIDERS, INC.** 362-4453 Referencias gratuitas para el público sobre suministradores acreditados de cuidado infantil.
- InfoLine Sacramento** 498-1000 Información de acuerdo a la ubicación del preescolar o centro de cuidado infantil

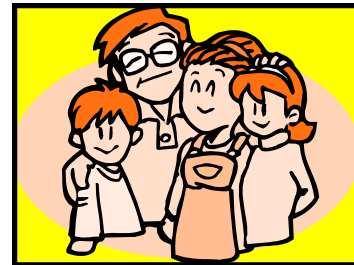


Huntington Learning Center

PROGRAMAS DE TUTORÍA

- 728-2981 8091 Greenback Lane, Citrus Heights
- Kumon Math and Reading Center** 574-9810 4321 Truxel Rd., Ste F3, Sacramento
- Greater Sacramento Urban League** 286-8600 3725 Marysville Blvd., Sac CA 95838

PROGRAMAS DE PATROCINIO



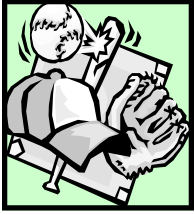
- Big Brothers/Big Sisters** 646-9300 Un servicio de prevención que proporciona a los niños de familias monoparentales con ayuda individualizada y amistad continua de una calidad madura compuesta de adultos capacitados voluntarios.
- People Reaching Out** 576-3300 Encuentra tutores voluntarios de organizaciones empresariales compatible con alumnos de la secundaria en riesgo académico para animarlos en el rendimiento académico, personal y el desarrollo de carrera profesional.

ASISTENCIA DE EMPLEO Y PREPARACIÓN

Center for Employment Training 6853 65th Street Sacramento	393-7401	Preparación laboral y asistencia de habilidades básicas (incluye la preparación para la prueba de desarrollo de educación general (conocida en inglés como GED) para solicitantes de empleo de bajos ingresos.
Greater Sacramento Urban League 3725 Marysville Blvd., Sacramento	286-8600	Preparación laboral, capacitación en computación y preparación para el GED.
Mutual Assistance Network of Del Paso Heights 811 Grand Ave., Suite A-3 Sacramento CA 95838	927-7694	Asistencia de empleo, desarrollo profesional y preparación preliminar de empleo.
Pride Industries 3608 Madison Ave., Ste. 43 North Highlands, 95660	334-5415	Rehabilitación vocacional y servicios de empleo.
Sacramento Works One-Stop Career Center 5655 Hillsdale Blvd., Ste. 8 Sacramento, 95842	263-4100	Prestaciones por desempleo, preparación laboral, ayuda para la búsqueda de empleo y CAL-JOBS
Twin Rivers Adult School 3222 Winona Way North Highlands, CA 95660	566-2785	Clases de educación básica para adultos, preparación para el GED, pruebas, etc. A costo bajo o gratuito.
Winterstein Adult Center 900 Morse Ave Sacramento, CA 95864	971-7414	Educación básica para adultos, clases para estudiantes de inglés (conocida en inglés como ESL), preparación para el GED, preparación vocacional, laboral y clases de computación.

PARQUES Y RECREACIÓN

<p>Arcade Creek Recreation & Park Dist 4855 Hamilton Street Sacramento, CA</p>	<p>482-8377</p>	<p><i>Cerca:</i> A las escuelas primarias de Madison y Oakdale</p>
<p>Gibson Ranch 8552 Gibson Ranch Road, Elverta, CA</p>	<p>991-7592</p>	<p>Un rancho amplio ubicado en un parque del condado. Los niños pueden observar los caballos, llamas, patos, gansos, chivos y muchos más animales.</p>
<p>No. Highlands Recreation & Park Dist 6040 Watt Avenue North Highlands, CA</p>	<p>332-7440</p>	<p><i>Cerca:</i> a las escuelas primarias Allison, Hillsdale, Joyce, Kohler, Larchmont, Ridgepoint, Sierra View, y Village.</p>
<p>Rio Linda Elverta Recreation & Park Dist 810 Oak Lane Rio Linda, CA</p>	<p>991-5929</p>	<p><i>Cerca:</i> a las escuelas primarias Dry Creek, Orchard, Vineland y Westside</p>
<p>City of Sacramento Park & Recreation 915 I Street., 5th Floor, Sacramento CA</p>	<p>808-5200</p>	<p>Ofrece cientos de clases, talleres y programas por toda la ciudad.</p>
<p>Sunrise Recreation & Park Dist 7801 Auburn Blvd. Citrus Heights, CA</p>	<p>725-1585</p>	<p><i>Cerca:</i> de las escuelas primarias Foothill Oaks, Frontier, Pioneer y Woodridge</p>



BIBLIOTECAS

<p>Del Paso Hieghts 920 Grand Ave. Sacramento, CA</p>	<p>264-2700</p>	<p>Llamar para obtener el horario de funcionamiento</p>
<p>No. Highlands-Antelope Library 4235 Antelope Road Antelope, CA</p>	<p>264-2700</p>	<p>Llamar para obtener el horario de funcionamiento</p>
<p>No. Sacramento Hagginwood Library 2109 Del Paso Blvd., Sacramento CA</p>	<p>264-2700</p>	<p>Llamar para obtener el horario de funcionamiento</p>
<p>Rio Linda Neighborhood Library (M & 10th Streets) 902 Oak Lane Rio Linda, CA</p>	<p>264-2700</p>	<p>Llamar para obtener el horario de funcionamiento</p>
<p>Books-by-Mail</p>	<p>575-3450</p>	<p>La biblioteca envía los libros por correo para las personas confinadas a casa.</p>
<p>Dial-A-Story</p>	<p>(English) 441-1234 (Spanish) 264-2987</p>	<p>Cuentos cortos grabados para los niños de edades de 3 a 6 años. Acceso telefónico 24 horas al día.</p>
<p>Dial-A-Book</p>	<p>264-2726</p>	<p>Capítulos cortos grabados para niños de edades de 7 a 12 años. Acceso telefónico 24 horas al día.</p>

