

GUÍA DE RECURSOS PARA LA FAMILIA 2020—2021



Organizado por:

**Distrito Escolar Unificado de Twin Rivers
Departamento de Servicios para Estudiantes
Bienestar Infantil y Asistencia**



La guía de recursos para la familia 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 a través del Distrito Escolar Unificado de Twin Rivers. Hay 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 **(916) 498-1000 o al 211**.

Antes de llamar para un servicio en 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 le puede ayudar, ellos podrán dirigirlo con alguien que sí le pueda ayudar.

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 para Estudiantes al (916) 566-1615, así podremos hacer las correcciones en 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	Página 4
Números telefónicos que no son de emergencia	Página 4
Recursos de alimentos	Página 5, 6
Armario público de ropa	Página 7
Tiendas de artículos de segunda	Página 7
Vivienda asequible	Página 8
Vivienda de emergencia/ Albergues	Página 9, 10
Clínicas de salud	Página 11,12
Profesionales de servicios médicos de Medi-Cal, continuación	Página 13
Información adicional de Medi-Cal	Página 14
Clases para padres	Página 15
Asesoría / Apoyo/ Terapia	Página 16, 17
Ayuda legal/ clínicas	Página 18
Transporte público	Página 19
Asistencia de emergencia de servicios públicos	Página 19
Distritos escolares	Página 20
Cuidado infantil / preescolar subsidiado	Página 20, 21
Referencias para cuidado de niños	Página 22
Programas de tutoría	Página 22
Programas de consejería	Página 22
Asistencia de empleo y entrenamiento	Página 23
Recreación y parques	Página 24
Bibliotecas	Página 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 DE TWIN RIVERS USD</u>	<u>(916) 566-2777</u>
<u>Servicios de protección para adultos</u>	<u>(916) 874-9377</u>
<u>Oficina de maltrato de niños (Sac County Sheriff)</u>	<u>(916) 874-5191</u>
<u>Línea directa para la búsqueda de niños perdidos</u>	<u>(800) IAMLOST (426-5678)</u>
<u>Servicios de protección infantil (CPS)</u>	<u>(916) 875-KIDS (5437)</u>
<u>Línea de crisis de salud mental del condado (24 horas)</u>	<u>(888) 881-4881</u>
<u>Crisis Infantil (Ayuda para padres y familias en crisis)</u>	<u>(916) 394-2000 (sur)</u> <u>(916) 979-9400 (norte)</u>
<u>Centralita nacional telefónica para niños que se fugan del hogar</u>	<u>(800) RUNAWAY (786-2929)</u>
<u>Centro de control del envenenamiento</u>	<u>(800) 222-1222</u>
<u>Línea telefónica directa para mujeres embarazadas</u>	<u>(916) 451-2273</u>
<u>De voz a voz (Servicio de asistencia de comunicación)</u>	<u>711</u>
<u>Línea de crisis de prevención de suicidio</u>	<u>(916) 368-3111</u>
<u>Línea directa WEAVE (Abuso doméstico)</u>	<u>(916) 920-2952</u>
<u>Well Space– Línea de apoyo al padre (crisis)</u>	<u>(888) 281-3000</u>
<u>Servicios para jóvenes <i>Wind</i> (adolescentes)</u>	<u>(916) 628-1492</u>

NÚMEROS TELEFÓNICOS QUE NO SON DE EMERGENCIA

<u>LÍNEA INFORMATIVA DE SACRAMENTO</u>	<u>(916) 498-1000</u>
<u>Equipo <i>Access</i> para niños y adultos</u>	<u>(916) 875-1055</u>
<u>Alcohólicos anónimos</u>	<u>(916) 454-1100</u>
<u>Línea de información Al-Anon / Alateen (familia o amistades de alcohólicos)</u>	<u>(916) 334-2970</u>
<u>Línea de ayuda para fumadores de California ¿Quiere dejar de fumar?</u>	<u>(800)NOBUTTS</u> <u>(662-8887)</u>
<u>Consejo de prevención de abuso infantil</u>	<u>(916) 244-1900</u>
<u>Línea de información Nar-Anon (familia/amistades de personas que abusan de drogas)</u>	<u>(800) 477-6291 (nar-anon.org)</u>
<u>Narcóticos anónimos</u>	<u>(877) 623-6363</u>
<u>Número del alguacil que no son emergencias</u>	<u>(916) 874-5115</u>
<u>Centro de víctimas y testigos</u>	<u>(916) 874-5701</u>
<u>WEAVE (violencia doméstica)</u>	<u>(916) 448-2321</u>
<u>Servicios para jóvenes <i>Wind</i></u>	<u>(916) 561-4900</u>

Asian Community Services (ARI)
5720 Sunrise Blvd., Suite 100
Citrus Height 95610

(916) 745-4313 Llame para mas detalles

Asianresources.com

Cal Fresh
Cupones de alimentos y asistencia
Dept. of Human Assistance
Departamento de asistencia humana
1725 28th St
Sacramento
piar@dssca.gov

(916) 874-3100 Familias de bajos ingresos, asistencia general en la mayoría de idiomas, *CALWORKS*, asistencia y continuidad en servicios que no son de cupones de alimentación

Carmichael Food Closet
5645 Marconi Ave.
Carmichael 95608
Carmichaelpres.org

(916) 483-9232 Abierto de lunes a viernes. Hable con ordenes de comida entre 10:00 am y 12:00 pm. Recoja ordenes de comida entre 2:00 pm y 3:30 pm. Sirve a los códigos postales del condado de Sacramento. Se requiere una tarjeta de identificación y comprobante de dirección.



Cerrado los días festivos

Salvation Army Family Services
3213 Orange Grove Ave.
North Highlands 95660
Sacramento.salvationarmy.org

(916) 678-4010 Una canasta de comida al mes. Prueba de residencia. Es necesario (recibo de *SMUD* o *PGE*) e identificación. Martes y jueves de 9am-4pm y viernes de 9am a 11:30 am. Debe proveer prueba de ingresos del hogar.

Friendship Park
1300 North C Street
Sacramento 95811

(916) 443-7378 Desayuno gratis solo para adultos de lunes a viernes de 8-9 am.
Sac.loaves.org

Loaves & Fishes
Dinning Room Comedor
1321 North C Street
Sacramento

(916) 446-0874 El almuerzo se sirve los 7 días de la semana, de 11:30 am – 12:30 pm
Sac.loaves.org

Mary's House
1351 North C St.
Sacramento 95811

(916) 446-4961 Desayuno gratis solo para mujeres y niños; lunes a viernes de 8:00 a 9:00 am.
Sac.loaves.org

North Highlands Christian Food Ministry
6007 Watt Ave.
North Highlands 95660
Networks.whyhunger.org

(916) 955-1010 Se da comida los lunes, martes y miércoles de 9:30 am - medio día. Una canasta de comida al mes. es necesario presentar identificación y comprobante de domicilio (recibo de utilidades o teléfono) cada vez que valla. Sirve a los códigos: 95660, 95842, 95843

(916) 771-0963

Our Lady of Lourdes
1951 North Ave.
Sacramento 95838

(916) 925-5313 Se debe registrar los martes a las 10:30 para recoger los alimentos entre las 11:00 am y 1:00 pm. Es necesario un comprobante de domicilio e identificación. Debe traer sus propias bolsas. Sirve a los códigos: 95673, 95626, 95838.



RECURSOS DE ALIMENTACIÓN continuación...

Rio Linda/Elverta Food Closet (916) 991-1638 Una canasta de alimentos al mes. Necesita presentar identificación, comprobante de domicilio y de ingresos.
151 Delano Ave. Jueves de 9:30 am a 11:30 am.
Elverta, 95626 Presta servicios a los residentes de Rio Linda y Elverta

River City Food Bank (916) 446-2627 Comida de emergencia con un contenido de tres días, se ofrece una vez al mes. Esto incluye comida de bebe y formula, si es necesario. Debe presentar identificación.
1800 28th St. Lunes – viernes
Sacramento 95816 11:30 am – 3 pm

Rivercityfoodbank.org

Sacramento Food Bank & Family Services (916) 456-1980 Llame para horario y ubicación. Debe mostrar identificación (ID) con foto y comprobante de domicilio. Productos agrícolas disponibles.
Banco de alimentos y Servicios para las familias



Sacramentofoodbank.org

The Way Ministries (916) 470-0408 Hable para obtener la información y detalles.
5501 Dewey Dr. Thewaytribe.com
Fair Oaks 95628

Union Gospel Mission (916) 447-3268 Se sirve cena todas las noches a partir de las 7:00 pm.
400 North Bannon St. Donaciones de comida:
Sacramento, 95811 Recoja su orden el martes/jueves.

Ugmsac.com Llame el lunes/miércoles para obtener información sobre como programar una cita. Tiene que proporcionar una identificación con foto y comprobante de dirección.

WIC (916) 876-5000 Programa para mujeres, infantiles y niños proporciona alimentos para embarazadas y madres lactantes. Para bebes y niños menores de 5 años. Llame para más obtener mas información
811 Grand Ave., Ste. 1 Lunes a jueves de 8:15 am — 5:00 pm
Sacramento 95838 Viernes de 8:15 am — 4:30 pm

Dhs.saccounty.net



ARMARIO PÚBLICO DE ROPA

**First Baptist Church of
North Sacramento**
2601 Del Paso Blvd
Sacramento 95815

(916) 922-9365 Llame para información y detalles
Viernes 9:30 am – 12 pm

Food Bank and Family Services
3333 Third Ave.
Sacramento 95817
Sacramentofoodbank.org

(916) 456-1980 Martes/Viernes – 10 am a 1:00 pm
Miércoles – 4 pm a 7 pm
Limite a una vez por mes. Gratis.

Union Gospel Mission
400 North Bannon Street
Sacramento 95815
Ugmsac.org

(916) 447-3268 Llame para información y detalles
Ropa para mujeres y niños
Martes/Jueves a las 9:00 am



**TIENDAS DE ARTÍCULOS
DE SEGUNDA**

Deseret Industries
3000 Auburn Blvd.
Sacramento 95821

(916) 482-1480

Goodwill Industries
5400 Date Ave., Sac 95841

(916) 678-5700

4401 Elkhorn Blvd., Sac 95842

(916) 332-2294

2040 Alta Arden Expy., Sac 95825

(916) 779-7468

2502 Watt Ave. @ El Camino

(916) 480-9002

Goodwillsacto.org

Pacific Thrift Store
6101 Watt Ave.
North Highlands, 95660
Watt & Don Julio

(916) 514-0154

Pacificthriftstore.com



**Vivienda para personas
de bajos ingresos**

FPI Management

Danbury Park Apartments
7840 Walerga Road
Antelope 95843
Fpimgt.com

(916) 725-7385

Apartamentos accesibles a través de
CPP.
FPI Management

Family Promise

Familypromisesacramento.org

(916) 443-3107

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

Mercy Housing of Sacramento

www.mercyhousing.org

(916) 414-4400

Llamar para obtener información de disponibilidad y del programa.

Mutual Housing California

8001 Fruitridge Rd.
Sacramento 95820

(916) 453-8400

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

www.mutualhousing.com

Sacramento Self Help Housing

www.sacselfhelp.org

(916) 341-0593

Llamar para completar el proceso de posesión. Consejería de vivienda y referencias para los indigentes. Sin cargo. Horario de 9 am - 5 pm

**Salvation Army
Rental Assistance Program**

Www.financialhelpresources.com

(916) 678-4010

Debe tener un pago equivalente a 3 días o aviso de terminación de contrato de renta y tener este contrato Vigente
Lunes de 9 a 11 am y 1 a 4 pm.

**SHRA
(Sacramento Housing & Redevelopment)**

Www.shra.org
www.sacwaitlist.com

(916) 444-9210

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

**YWCA
1122 17th Street
Sacramento 95811**

www.ywcaccc.org

(916) 264-8066

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



**VIVIENDA DE EMERGENCIA Y
REFUGIOS**

Family Shelter—VOA
470 Bannon St.
Sacramento CA 95811

dhaservices.saccounty.net/efs

Francis House/Next Move
1422 C Street
Sacramento 95814
info@francishousecenter.org

Friendship Park
1321 North C Street
Sacramento

Loaves & Fishes
1351 North C Street
Sacramento
Sacloaves.org

Lutheran Social Services
4390 47th Ave.
Sacramento 95824
www.lssnorcal.org

Maryhouse
1321 North C Street
Sacramento
Sacloaves.org

My sister's House

www.my-sisters-house.org

Next Move

dhaservices.saccounty.net
Nextmovesacramento.org

(916) 443-4688 Albergue para familias con niños menores de 18 años. Comidas, servicios de apoyo, educación e información en búsqueda de trabajo.

(916) 443-2646 Consejería, identificaciones, boletos de autobús, asistencia con empleo, etc. Llame para mas detalles.

(916) 443-7378 Desayuno, actividades recreativas, teléfonos, biblioteca, duchas, lavandería y más.

(916) 446-0874 Ayuda a los indigentes en la búsqueda de refugio, comida y cuidado de la salud. Servicios sin cita. Cerca de la vía del autobús, tren, estacionamiento disponible
Horario de: 7:00 am— 2:30 pm

(916) 453-2900 Servicios de vivienda y manejo de casos para familias sin hogar, programas de vivienda de transición y apoyo de vivienda para jóvenes que por su edad ya nos son acogidos en un hogar temporal y jóvenes que por su edad están en esta transición.
L-V 8:30 - 4:30

(916) 446-4961 Un centro de acogida únicamente para mujeres sin hogar y para niños. Programa de desayuno caliente.
Horario: L-Mar.-J-V 8 - 2 / Mier.: 8-12

(916) 428-3271 Un refugio seguro para personas que quieren escaparse de la violencia doméstica, asalto sexual y tráfico de seres humanos. Llámenos para más información.
*Linea de 24 hrs.
Multilingüe*

(916) 455-2160 Albergue de 30 días, que acepta a familias con ambos padres, padres varones solteros e hijos varones mayores de 14 años de edad. Entrevistas telefónicas únicamente . Posible lista de espera.
Refugio familiar



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

Overcomers Program
671 Plaza Ave.
Sacramento CA 95815

**Programa
Para mujeres**
(916) 924-3113

Llame para obtener los detalles de los programas de residencia.

2731 Branch St.
Sacramento, CA 95815

**Programa
Para hombres**
(916) 920-3082

Overcomersprogram.org

Salvation Army Shelter
1200 N. B Street
Sacramento 95814

(916) 442-0331
(línea de 24 horas)

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

Sacramentosalvationarmy.org

Lunes a viernes de 8 a 1.

Se necesita tarjeta de tuberculosis (TB)

Women's Safe House

916-443-2009

St. John's Shelter
4410 Power Inn Rd.
Sacramento 95826
www.stjohnsshelter.org

(916) 453-1482
24 hrs./7 días a la semana

Albergue para mujeres sin hogar y niños; niñas hasta 17 años de edad. Albergue vocacional (Únicamente por teléfono, no se presente)

Travelers Aid Emergency Assistance Agency

(916) 399-9646

Ofrece asistencia de emergencia durante el día y después de horas laborables a familias desamparadas con vales para motel, alimentos y asistencia para alquiler, SMUD y servicios de gestión de casos. Llame para una entrevista; no es necesario una referencia.



Lunes a viernes de 9— 4 pm.

Union Gospel Mission
400 North Bannon St.
Sacramento, 95811

(916) 447-3268

Vivienda solo para hombres.

WEAVE's Safehouse
Servicios para hombres, mujeres, trans, jóvenes y niños

(916) 920-2952
(línea de 24 horas)

Refugio temporal para víctimas de violación, asalto sexual, trafico sexual, abuso domestico y sus hijos. Proporciona un lugar seguro donde quedarse, comida, ropa, transporte de emergencia y ayuda en servicios sociales. Llame a la línea directa de 24 horas para recibir ayuda.

www.weaveinc.org

WIND Youth Services
815 S St.
Sacramento, CA 95811

Oficina:
(916) 561-4900

Vivienda de emergencia para adolescentes de edades 12 a 17 que se han ido de su casa, sacados de su casa o simplemente necesiten tiempo para "tranquilizarse" por unos días.

www.windyouth.org

YWCA
1122 17th St
Sacramento

(916) 264-8066

Programa de residencia para mujeres de bajos ingresos. Cuartos de renta. Ir sin previa cita. No niños. Posiblemente habrá una lista de espera. Lun. a Jue. 8:00 am – 4:30 pm
Vier. 8:00 am – 2:00 pm
Cerrado 12 – 12:30 pm diariamente

Ywcacc.org



CHDP

9616 Micron Ave.
Ste. 670
Sacramento 95827
Saccounty.net

(916) 875-7151 Exámenes físicos y dentales gratuitos para niños de familias de bajos ingresos y sin Medi-Cal. Solo entrevistas telefónicas.
Lunes a Viernes de 8:00am - 5:00 pm

Eye 2 Eye Optometry Dr. Karrin allin & Dr. Mark Waldmire

Oculista
4633 Whitney Ave., Ste. A
Sacramento, CA 95821

(916) 487-1717 Se habla español
Lunes – viernes
9 am – 5:30 pm

www.eyeyeoptometry.com

Medi-Cal

Medi-cal.ca.gov

Mercy Clinic

1321 North C St.
Sacramento

(Programa de asistencia médica para los indigentes)

(916) 874-2215 Llame para recibir información y requisitos

(916) 874-2811 Solo examen de Tuberculosis. Llame para programar una cita.
Horario: 7:30 am – 3:00 pm
CERRADO de 11:30-12:00pm

Sacloaves.org

Norwood Community Health

3946 Norwood Ave.
Sacramento, CA 95838
Wellspacehealth.org

(916) 564-0521 Lunes – viernes
8:30 am – 5:00 pm

Primary Health Services

4600 Broadway, Ste. 1100
Sacramento, CA 95820
Dhs.saccounty.net

(916) 847-9670 Se acepta Medi-cal
lunes - viernes
8 am - 4:30 pm
Por cita solamente

Dental Health

4600 Broadway, Ste. 2100
(2^{ndo} piso)
Dentalclinicdirectory.com

(916) 874-8300

Sacramento Community Dental Clinic

2138 Del Paso Blvd.
Sacramento 95815

(916) 642-1890 Lunes-viernes
8 am - 5 pm
Freeclinicdirectory.com

Sacramento Family Medical Clinic

3441 Marysville Blvd.
Sacramento, 95838

(916) 563-7200 Lunes – viernes
8 am – 5 pm
Healthgrades.com



5735 Watt Ave.
North Highlands, 95660

(916) 339-2229 8 am - 5 pm
Healthgrades.com

Uplift Family Services

3951 Performance Dr. Suite G
Sacramento, 95838
Uplift.org

(916) 921-0828 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 doméstica, o problemas de alcohol / drogas en su familia, u otros traumas.
No se acepta Medi-Cal

Clínicas que sirven el área de Twin Rivers USD

Actualizado junio 2020—Asegúrese de llamar a las clínicas para información actualizada

El primer y mayor recurso para las inmunizaciones de la infancia y todo cuidado de salud es su proveedor médico primario (siglas en inglés PCP). Si usted necesita inmunizaciones inmediatas para la matrícula escolar, contacte a su PCP para hacer una cita el mismo día o consulta sin cita previa. Si usted no tiene un PCP, vea la lista a continuación para recursos adicionales. Favor de no dudar en comunicarse con la enfermera escolar si usted necesita ayuda adicional.

¿Necesita seguro de salud? Comuníquese con Sacramento Covered - una guía para conectar a personas en la región de Sacramento a servicios de cuidado médico/dental y cobertura si la necesitan (916) 414-8333 o (866) 850-4321.

<p>Elica Health Centers www.elicahealth.org</p> <p>(855) 354-2242 (todas las clínicas) 3701 J Street #201, Sacramento, CA 95816 (incluye dental) 3234 Marysville Blvd, Sacramento, CA 95815 (incl. Dental) 1750 Wright Street, Sacramento, CA 95825 5708 Watt Ave., North Highlands, CA 95660</p>	<p>Se acepta seguro privado, Medi-Cal, escala de tarifas variables (sin seguro). Citas - consulta sin cita 8:00 am - 3:00 pm Horario de clínica lunes-viernes 8 –5 pm El van de Health on Wheels (HOW) acepta pacientes sin cita. para horarios y lugares actualizados ver: www.elicahealth.org</p>
<p>Peach Tree Clinic www.pickpeach.org</p> <p>3810 Rosin Ct, Suite 100, Sacramento, CA 95834 (916) 779-7656</p>	<p>Se acepta seguro privado, Medi-Cal, escala basada en ingreso para personas sin seguro. Por cita solamente. Horario de la clínica– lunes-viernes de 8-5pm</p>
<p>Planned Parenthood www.plannedparenthood.org</p> <p>(877) 855-7526 (principal)</p> <p>5700 Watt Ave., North Higlands, CA 95660 (916) 332-5715 201 29th St. Suite B, Sacramento, CA 95816 (916) 446-6921</p>	<p>Se acepta seguro privado, Medi-Cal, programas especiales para personas sin seguro. Se prefiere que tenga cita. Consulta sin cita. Horario de la clínica 8-4 pm</p>
<p>Sacramento County Clinic www.halocares.org</p> <p>2200 Del Paso Blvd., Sacramento, CA 95815 (916) 924-7988 (incluye dental) 7275 E. Southgate Dr. Suite 204 Sacramento, CA 95823 (916) 428-3788 (incluye dental)</p>	<p>Se acepta seguro privado, Medi-Cal, sin seguro. Se prefiere que tenga cita. Consultas sin cita entre 8:30 - 10:30 a.m., 1:30 - 3:30 pm (si no tiene cita no hay garantía de que tendrá consulta). Horario de la clínica lunes-viernes de 8-5 pm</p>
<p>Sacramento County Immunization Clinic</p> <p>4600 Broadway, Suite 1500, Sacramento, CA 95820 (916) 875-7468</p>	<p>Se acepta Medi-Cal y personas sin seguro. Citas solamente. No hay consulta sin citas. Citas disponibles cada otro viernes. Horario de la clínica lunes-viernes de 8-5 pm</p>
<p>Sacramento Native American Health Center (SNAHC) www.SNAHC.org</p> <p>2020 J Street, Sacramento, CA 95841 (916) 341-0575</p>	<p>Se acepta Medi-Cal y personas sin seguro. Medi-Cal: necesita cita. Sin seguro: Consulta sin cita solamente los lunes a Viernes de 9:30 - 10:45 am, 12:45 - 2:45 pm</p>
<p>San Lucas Pediatric Clinic www.sanlucaspeds.com</p> <p>4100 E. Commerce Way Ste. 100, Sacramento, CA 95834 (916) 575-9090</p>	<p>Se acepta Medi-Cal, seguro privado, escala de tarifas variables. Citas solamente. Lunes-viernes de 8:30 –5:30 pm</p>
<p>WellSpace Health www.wellspacehealth.org</p> <p>(916) 737-5555 (todas las clínicas) 2433 Marconi Avenue, Sacramento, CA 95821 3441 Marysville, Blvd., Sacramento, CA 95838 6015 Watt Ave., Suite 2, North Highlands, CA 95660 5959 Greenback Ln., Suite 500, Citrus Heights, CA 95621 3946 Norwood Ave. Sacramento, CA 95823</p>	<p>Se acepta Medi-Cal, seguro privado y personas sin seguro (escala de tarifas variables). Se prefiere que tenga cita. Horario de la clínica lunes-viernes 8-5 pm (cerrado de 1-2pm)</p>
<p>Farmacias locales incluyendo a: Rite Aid, Walmart, CVS, ...etc.</p>	<p>El costo varía - \$50-\$70 generalmente para una vacuna individual. Llame a la farmacia para información adicional.</p>

PRESTADORES DE SERVICIOS DE MEDI-CAL

Si necesita ayuda para hacer una cita con un proveedor de Medi-Cal, favor de llamar al condado de Sacramento Departamento de Servicios de Salud y Humanos (*Sacramento County Department of Health and Human Services*) / Programa de Salud Infantil y Prevención de Discapacidad (*Child Health and Disability Prevention Program, CHDP*). Usted recibirá atención personalizada de lunes a viernes de 8 am— 5 pm.

Sacramento Co. Dept. of Health & Human Services/CHDP Saccounty.net	916-875-7151
Medi-Cal (Llame para más información y los requisitos) Medi-cal.ca.gov	916-874-2215
Medi-Cal/Healthy Families (<i>Familias saludables</i>) Dhcs.ca.gov	888-747-1222

OTROS PROFESIONALES DE LA SALUD LOCALES:

Health Clinics: (*Clinicas de salud*)

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

Counseling (*Consejería*)

ACCESS Team-Children	916-875-1055
ACCESS Team-Adults (Información y recomendaciones de servicios de salud mental. Debe ser elegible para Medi-Cal) https://dhs.saccounty.net/BHS/Pages/Mental-Health-Services.aspx	916-875-1055

Child & Family Institute (<i>Servicios de consejería para niños maltratados, padres no infractores, adultos a cargo de niños y hermanos de niños que han sido maltratados</i>) http://www.child-familyinstitute.org/home.htm	916-921-0828
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------

Servicios de consejería que aceptan Medi-Cal a través de referencia de ACCESS:

WellSpace Health https://www.wellspacehealth.org/	916-368-3080
-----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------

Dental:

Denti-Cal (Recomendación de servicios dentales que aceptan Medi-Cal) https://dental.dhcs.ca.gov/	800-423-0507
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------

Recuerde que no todos los médicos aceptan pacientes nuevos



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 es menor de 19 años de edad o si usted está embarazada? Recientemente, niños de familias con ingresos altos son candidatos para recibir Medi-Cal sin costo. Niños con familias en donde ambos padres trabajan pueden ser elegibles.

Medi-Cal ofrece muchas ventajas de cuidado de salud:

- Beneficios de salud integral sin costo, dental, y visión para niños
- No hay cuotas mensuales
- No hay cuotas para recibir estos beneficios
- Elección de planes de seguro médico en la mayoría de los centros de población
- La propiedad familiar (como automóviles o ahorros) NO se toman en cuenta para ser elegibles

La solicitud 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 a la enfermera escolar o el asistente de salud; ellos tienen 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 el Departamento de Servicios para Estudiantes en el Distrito Escolar Unificado de Twin Rivers al 916-566-1787.

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



APOYO Y CLASES PARA PADRES

(Gratuitas o a bajo costo)

Area 4 Agency on Aging

Proporciona enlaces e información sobre ayuda para grupos de abuelos. Coordina y desarrolla programas para adultos de la tercera edad (60 en adelante)

(916) 486-1876

Agencyonaging4.org

Black Child Legacy Campaign

Una serie de servicios incluyendo recursos de apoyo prenatal y para infantes, apoyo familiar, defensa y conexiones con otras agencias. Conexiones en el sitio con agencias del condado como el *Department of Human Assistance*, *Child Protective Services* and *Probation* están disponibles.

Blackchildlegacy.org

Foothill Farms & North Highlands

Liberty Towers / Impact Sac.
5132 Elkhorn Blvd. Sacto., 95842

(916) 339-3515

Del Paso Heights & North Sacramento

Roberts Fam. Dev. Ctr.-
Greater Sac. Urban League
7325 Marysville Blvd., #203 Sacto., 95838
(916) 646-6631 o (916) 286-8600

(916) 568-3237

Www.cffsacramento.org

Center for Fathers and Families

920 Del Paso Blvd.
Sacramento 95815

(916) 876-4484

Ha.saccounty.net

Dept of Human Assistance

3960 Research Dr.
Sacramento 95838
O

5747 Watt Ave.
North Highlands 95660

(916) 874-3100 (línea de autoayuda)

(916) 567-9567

Mutual Assistance Network

Firehouse Community Center
810 Grand Ave., Sacto 95838
Para padres de niños en preescolar y primaria

(916) 927-7694 - oficina principal

Mutualassistance.org

North Sacramento Family Resources Center

1217 Del Paso Blvd., Ste B Sacto 95815

(916) 679-3743

Kidshom.org

Pro Youth and Families

Padres preocupados por el comportamiento de sus hijos, especialmente por uso de drogas y alcohol. Evaluación gratuita y servicios de recomendación.
Proyouthandfamilies.org

(916) 576-3300

Sacramento Crisis Nursery

Servicios de asesoramiento y apoyo 24 horas al día
Kidshom.org

Guardería del Sur (916) 394-2000

Guardería del Norte (916) 679-3600

WellSpace Health

www.wellspacehealth.org

(916) 737-5555

Women's Empowerment

1590 North A St.

(916) 669-2307

Programa de preparación para el trabajo y empoderamiento para mujeres que se encuentran sin hogar o en riesgo de quedarse sin hogar. Womens-empowerment.org



TERAPIA DE ASESORAMIENTO y APOYO

ACCESS Team-Children & Adults
<https://dhs.saccounty.net/BHS/Pages/Mental-Health-Services.aspx>

(916) 875-1055 Información y recomendación para servicios de salud mental. Debe ser elegible para recibir **(916) 875-1055** Medi-Cal.

Adult Psychiatric Support Services
 2130 Stockton Blvd., Bld. 100
 Sacramento, CA 95817
<https://dhs.saccounty.net/BHS/Pages/Mental-Health-Services.aspx>

(916) 875-0701 ****Deberá hacerlo a través de Adult Access****

La Familia Counseling Center
 5523 34th St.
 Sacramento 95820

(916) 452-3601 Asesoramiento de uno a uno, intervención en crisis y servicios de apoyo para los jóvenes. (Desde el nacimiento hasta 21 años) y sus familias. Sin costo.

3301 37th Ave.
 Sacramento 95824

(916) 210-8773

<https://lafcc.org>

Life Practice Counseling Grp.
 3650 Auburn Blvd., Bldg. C
 Ste. 208
 Sacramento 95821
<https://lifeppractice.org>

(916) 300-6576 Una organización sin fines de lucro que ofrece asesoramiento económico y bajo en costo. Todo está basado en el ingreso mensual o su habilidad de pagar. En este momento tenemos consejeros que hablan inglés y español.

National Parent Helpline
<https://www.nationalparenthelpline.org/>

855-427-2736 Línea de 24 horas proporciona apoyo emocional, información y recursos.

Overcomers Program
<https://overcomersprogram.org/>

Women (916) 924-3113 Programa de recuperación de drogas y alcohol para mujeres y hombres.

Men (916) 920-3082

Pro Youth and Families
<http://proyouthandfamilies.org>

(916) 576-3300 Aborda los asuntos de abuso de drogas, alcohol y violencia entre los jóvenes. Se enfoca en la prevención e intervención. Sin costo.

Sacramento LGBT Community Center
 1927 L Street
 Sacramento, 95811
Info@saccenter.org
<https://saccenter.org>

(916) 442-0185 Servicios sin previa cita para los jóvenes entre 13 a 24 años de edad. Horario de llamadas y servicio es de 12 pm a 6 pm, abierto los 7 días de la semana. Llame para mas detalles.

Uplift Family Services
<https://upliftfs.org>

(916) 921-0828 Servicios de consejería para niños que han sido maltratados, padres no infractores o cuidadores de los niños y hermanos de los niños maltratados.

**ASESORAMIENTO, APOYO y
TERAPIA**

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Stanford Settlement
450 W. El Camino Ave.
Sacramento, 95833
https://www.stanfordsettlement.org/children-program.html</p> | <p>(916) 927-1303 Sirven a niños de grados k-6 por medio de socialización recreación y actividades académicas.
Costo basado en escala proporcional.
Centro de adolescentes- para prevención de delincuencia y desarrollo social. Jóvenes de 7º a 12º grado.</p> |
| <p>Stanford Settlement Neighborhood Center
450 W. El Camino Ave.
Sacramento Ca 95833

https://www.stanfordsettlement.org/</p> | <p>(916) 927-1303 Programa para ancianos, ayuda de emergencia, intervención en crisis, desarrollo de actividades comunitarias, canastas navideñas para individuos y preparación de impuestos gratuita.
Trabajo social en grupo para promover la adaptación social, autoestima, asistencia escolar y prevención de delincuencia. Servicios de apoyo para las familias y escuelas locales.</p> |
| <p>Heartland Child and Family Services
4320 Auburn Blvd., Ste. 200
Sacramento 95841</p> | <p>(916) 418-0829 Apoyo de Consejería y Salud Mental</p> |
| <p>2829 Watt Ave. Ste. 200
Sacramento 95821</p> | <p>(916) 418-0838</p> |
| <p>811 Grand Ave. Ste. D
Sacramento 95839
https://doingwhatevertakes.org/</p> | <p>(916) 922-9868</p> |
| <p>WellSpace Health
6015 Watt Ave., Ste. 2
North Highlands
O</p> | <p>(916) 679-3925 Sesiones cortas de terapia individual y en pareja, las familias y niños.</p> |
| <p>8233 E. Stockton Blvd., Ste. D
Sacramento 95828
https://www.wellspacehealth.org/</p> | <p>(916) 737-5555 Llame para mas detalles.</p> |
| <p>Wind Youth Services
https://www.windyouth.org/</p> | <p>(916) 504-1313 Resolución de crisis: Consejería individual, en grupo y en familia para los jóvenes entre 12 a 17 años de edad.</p> |
| <p>Women's Empowerment
1590 North A St.
Sacramento, CA 95811
https://womens-empowerment.org/</p> | <p>(916) 669-2307 Programa de preparación para el trabajo y empoderamiento para mujeres que se encuentran sin hogar o en riesgo de quedarse sin hogar.</p> |

ASISTENCIA LEGAL y CLÍNICAS



<p>Better Business Bureau 10399 Old Placerville Rd. Sacramento 95827 https://www.bbb.org/us/ca/sacramento</p>	<p>(916) 443-6843</p>	<p>Provee información sobre prácticas comerciales de empresas; ofrece servicios de quejas para consumidores y ayuda a terceros en conflicto. Sin costo.</p>
<p>Family Justice Center Llame para más detalles http://www.hopethriveshere.org/</p>	<p>(916) 875-4673</p>	<p>Clínica legal civil que puede proveer asistencia con la preparación de ordenes de restricción temporales a víctimas de violencia doméstica, abuso de ancianos, agresión sexual y trata de personas. y otros asuntos relacionados con los derechos de las familias, Los miércoles de cada dos semanas 9 am a 12 pm.</p>
<p>Family Law / Self Help Center Superior Court of California 3341 Power Inn Road, Sacramento, 95826 https://www.saccourt.ca.gov/family/self-help-center.aspx</p>	<p>(916) 875-3400</p>	<p>Ayuda legal gratuita para personas de bajos ingresos quienes necesitan ayuda en las siguientes áreas: manutención de los hijos, divorcio, custodia de menores, visitas y paternidad. Se ofrecen talleres y clínicas en las áreas de derechos de familia y sucesiones.</p>
<p>lawhelpca.org https://lawhelpca.org/</p>	<p>NA</p>	<p>Encuentre ayuda legal y recursos de autoayuda.</p>
<p>Pacific McGeorge School of Law 3200 Fifth Avenue Sacramento, CA 95817 https://www.mcgeorge.edu/</p>	<p>(916) 739-7191</p>	<p>Provee servicios legales a personas de bajos recursos. Asistencia en asuntos entre propietario y arrendatario, bancarrota, inmigración y problemas de personas de la tercera edad. Hacer las solicitudes por teléfono.</p>
<p>Senior Legal Hotline Lsnc.net</p>	<p>(916) 551-2140 O (800) 222-1753</p>	<p>Para las personas mayores de 60 años. Asesoría legal gratuita en materia de derecho civil, incluyendo: Seguro social, SSI, Medi-Cal, Medicare, testamentos y sucesiones, derechos de familia, poderes notariales, vivienda, abuso de ancianos y derechos de abuelos.</p>
<p>State Bar Association http://www.calbar.ca.gov/</p>	<p>(866) 442-2529</p>	<p>Información sobre abogados con honorarios reducidos o abogados que ofrecen servicios <i>pro-bono</i> (sin cobrar honorarios profesionales).</p>
<p>Victim-Witness Assistance Program 901 G Street Sacramento, 95814 https://www.sacda.org/victim-services/victim-witness-assistance-program/</p>	<p>(916) 874-5701</p>	<p>Ayuda en la presentación de una demanda, proporciona consejería en situaciones de crisis y ayuda a las víctimas de un crimen a encontrar apoyo emocional, físico y recuperación financiera. Servicios sin costo.</p>

TRANSPORTE PÚBLICO

AMTRAK **800-268-7252** 401 I Street, Sacramento 95814
<https://www.amtrak.com/stations/sac> 1389 10th St., Sacramento 95815
<https://www.amtrak.com/stations/rsv> 201 Pacific St., Roseville 95678

Greyhound Bus Lines **(916) 444-6858** 420 Richards Blvd. Sacramento 95811
<https://www.greyhound.com/en-us/bus-station-893189> **O**
<https://www.greyhound.com/en-us/bus-station-893156> **(916) 783-4101** 201 Pacific St., Roseville 95678

Para Transit **(916) 429-2009**
 (Para personas discapacitadas y personas mayores de 75 años de edad)
<http://paratransit.org/>

Regional Transit (RT) **(916) 321-2877**
<http://www.sacrt.com>



1225 R St., Sacramento
 Lunes a viernes
 Objetos perdidos
 Tarjetas de identificación de Transito Regional (*RT ID cards*)

Sacramento International Airport **(916) 929-5411** 6900 Airport Blvd., Sacramento 95837
<https://sacramento.aero/smf>

Yellow Cab **(916) 444-2222** 900 Richards Blvd., Sacramento 95811
<https://www.sacramentoyellowcabco.com/> Servicios disponible 24 horas al día 7 días de la semana



PROGRAMAS DE SERVICIOS PÚBLICOS

Asian Community Center (ARI) **(916) 745-4313**
<https://asianresources.org/>

EAPR (Energy Assistance Program Rate) **(888) 742- 7683**
 (Programa de asistencia en tarifas de energía)
Smud.org

HEAP (Home Energy Assistance Program) **(866) 675-6623 o (916) 567-5200**
 Programa de asistencia de energía para el hogar
 Benefits.gov or communityresourceproject.org

Needhelppayingbills.com N/A

Pacific Gas & Electric **(800) 743-5000**
<https://www.pge.com/>

REACH Program **(800) 933-9677**
Pge.com

Salvation Army Utility Assistance Program **(916) 678-4010**
Sacramento.salvationarmy.org



DISTRITOS ESCOLARES



<p>TWIN RIVERS UNIFIED SCHOOL DISTRICT 5115 Dudley Blvd., McClellan 95652 https://www.twinriversusd.org/</p>	<p><i>Oficina del distrito: (916) 566-1600</i></p>
<p>CENTER UNIFIED SCHOOL DISTRICT 8408 Watt Ave., Antelope 95843 https://www.centerusd.org/</p>	<p><i>Oficina del distrito (916) 338-6400</i></p>
<p>ELVERTA JOINT SCHOOL DISTRICT 7900 Eloise Ave., Elverta CA 95626 https://www.ejesd.net/</p>	<p><i>Oficina del distrito (916) 991-2244</i></p>
<p>NATOMAS UNIFIED SCHOOL DISTRICT 1901 Arena Blvd., Sacramento 95834 https://natomasunified.org/</p>	<p><i>Oficina del distrito (916) 567-5400</i></p>
<p>ROBLA SCHOOL DISTRICT 5248 Rose Street, Sacramento CA 95838 https://www.robla.k12.ca.us/</p>	<p><i>Oficina del distrito (916) 649-5248</i></p>
<p>SACRAMENTO CITY UNIFIED SCHOOL DISTRICT 5735 47th Ave., Sacramento 95824 https://www.scusd.edu/</p>	<p><i>Oficina del distrito (916) 643-7400</i></p>

CUIDADO INFANTIL/PREESCOLAR SUBSIDIADOS

<p>BEANSTALK (916) 344-6259 (Para información) CHILD CARE CENTERS (Centros de cuidado de niños)</p> <p>Beanstalk.ws</p>	<p>(916) 566-1820 (916) 566-1660 (916) 566-1950</p>	<p>Dry Creek Elem. 1230 G St., Rio Linda CA 95673 Regency Park Elem. 5901 Bridgescross Dr. Sacramento, CA 95835 Ridgepoint Elem. 4680 Monument Dr. Sacramento, CA 95842</p>
<p>HEAD START (SETA)</p> <p>Headstart.seta.net</p>	<p>(916) 563-5125 (916) 563-5383 (916) 563-5360 (916) 563-5350</p>	<p>6015 Watt Ave. # 5, North Highlands 3829 Stephen Dr., North Highlands 5665 Hillside Blvd. # 4, Sacramento 5249 Elkhorn Blvd, Sacramento 95842</p>
<p>STATE & FIRST 5 SACRAMENTO PRESCHOOL a.m. o p.m. (916) 566-1616</p>	<p>(916) 566-3420 (916) 566-3425 (916) 566-3435 (916) 566-3460 (916) 566-3475 (916) 566-1880 (916) 566-1850 (916) 566-2700</p>	<p>Castori Elem. 1801 South Ave., Sacto CA 95839 Del Paso Elem. 590 Morey Ave., Sacto CA 95838 Fairbanks Elem. 277 Fairbanks Ave., Sacto 95838 Garden Valley Elem. 3601 Larchwood Dr., Sacto 95834 Hagginwood Elem. 1418 Palo Verde, Sacto 95815 F.C. Joyce Elem. 6050 Watt Ave., N.H. CA 95660 Kohler Elem. 4004 Bruce Way, N.H. CA 95660 Las Palmas West/Noralto Elem. 477 Las Palmas Ave., Sacto Ca 95815</p>

CUIDADO INFANTIL/PREESCOLAR SUBSIDIADOS

STATE PRESCHOOL

Preescolar Estatal
566-1616

- (916) 566-2705 Northwood Elem.
2630 Taft. St., Sacto CA 95815
- (916) 566-1910 Orchard Elem.
1040 Q St., Rio Linda, CA 95673
- (916) 566-1960 Sierra View Elem.
3638 Bainbridge Dr., N.H. CA 95660
- (916) 566-2740 Smythe Elem.
2781 Northgate Blvd., Sacto CA 95833
- (916) 566-2745 Strauch Elem.
3141 Northstead Dr., Sacto CA 95833
- (916) 566-2755 Woodlake Elem.
700 Southgate, Sacto CA 95815
- (916) 566-1670 Woodridge Elem.
5761 Brett Dr., Sacto CA 95842

FULL-DAY PRESCHOOL

Preescolar de tiempo completo
566-1616

- (916) 566-3415 Babcock Elementary
2400 Cormorant Way, Sac 95815
- (916) 566-1850 Kohler School
4004 Bruce Way., N.H. CA 95660
- (916) 566-1900 Madison Elem.
5241 Harrison St., N.H. CA 95660
- (916) 566-2700 Las Palmas West/Noralto Elem.
477 Las Palmas Ave., Sacto CA 95815

Pacific (Solamente infantes y niños pequeños (*toddler*))

- (916) 566-2705 Northwood Elem.
2630 Taft. St., Sacto CA 95815
- (916) 566-2715 Pacific High
6560 Melrose Dr., N.H. Sacto 95660
- (916) 566-2740 Smythe Elem.
2781 Northgate Blvd., Sacto 95833
- (916) 566-2745 Strauch Elem.
3141 Northstead Dr., Sacto 95833
- (916) 566-1980 Vineland Preschool
6450 20th St., Rio Linda 95673
- (916) 566-1670 Woodridge Elem.
5761 Brett Dr., Sacto 95842

TRUSD HEADSTART

- (916) 566-3485 Morey Ave. Elem.
155 Morey Ave., Sacto 95838
- (916) 566-3485 Rio Linda Pre School
631 L St., Rio Linda 95673
- (916) 566-1910 Oakdale Elem.
3708 Myrtle Ave., N.H. CA 95660
- (916) 566-1970 Village Elem.
6845 Larchmont Dr., N.H. 95660

STATE SCHOOL AGE CHILD CARE

(Cuidado de niños para niños en edad escolar del estado)

- (916) 566-2705 Northwood Elementary
2630 Taft St., Sac 95815

REFERENCIA DE CUIDADO DE NIÑOS

CHILD ACTION

<https://wp.childaction.org/>

(916) 369-0191 Información gratuita y recomendaciones de centros para cuidado infantil, hogares para cuidado de niños durante el día, jardín infantil y programas para antes y después de la jornada escolar.

InfoLine Sacramento

<http://www.211sacramento.org/211/>

(916) 498-1000 Referencias para la comunidad del área de Sacramento



PROGRAMAS DE TUTORÍA

Asian Community Center (ARI)

<https://asianresources.org/>

(916) 745-4313 5750 Sunrise Blvd., Ste. 100
Citrus Heights

California Learning Center

<https://www.californialearningcenter.com/>

(916) 486-2646 3400 Cottage Way, Ste. C, Sacramento

Huntington Learning Center

<https://huntingtonhelps.com/center/citrus-heights>

(916) 728-2981 8091 Greenback Lane Ste. B, Citrus Heights

(916) 564-8383 69 University Ave., Sacramento

Kumon Math and Reading Ctr.

<https://www.kumon.com/NATOMAS>

(916) 574-9810 2054 Arena Blvd., #130, Sacramento

PROGRAMAS DE ASESORIA



Big Brothers/Big Sisters

<https://bbbs-sac.org/>

(916) 646-9300 Servicio preventivo que proporciona a niños de familias monoparentales apoyo individualizado y continuo de amistad con un adulto voluntario, maduro y capacitado.

Pro Youth and Families

<https://proyouthandfamilies.org/>

(916) 576-3300 Mentores voluntarios de negocios y organizaciones de la comunidad trabajan con estudiantes de preparatoria de alto riesgo para animarlos en su desarrollo académico, personal y profesión.

Roberts Family Development Center

*Teen Intern Program

(Programa de adolescente practicante)

*After School Program

(programa de despues de escuela)

*Kinder Prep Program

(program de pre kinder)

<https://www.robertsfdc.org/>

(916) 646-6631 Programa de preparación de profesión que trabaja con estudiantes de la preparatoria y líderes del programa después de la escuela para asistir con actividades diarias. Puede ser utilizado como horas de servicio de aprendizaje, servicio de horas comunitarias o horas voluntarias para el término del diploma de la preparatoria.

**ASISTENCIA DE EMPLEO Y
PREPARACIÓN**

Asian Community Services (ARI)
5720 Sunrise Blvd., Suite 100
Citrus Height 95610

(916)745-4313

Programas que ofrecen una variedad de beneficios a la comunidad. Desde capacitación en habilidades de empleo hasta servicios de colocación en un trabajo. Llame para detalles

<https://asianresources.org/>

Black Child Legacy Campaign

Foothill Farms & North Highlands
Liberty Towers / Impact Sac
5132 Elkhorn Blvd.
Sacramento, 95842

(916) 339-3515

Una serie de servicios incluyendo recursos de apoyo prenatal y para infantes, apoyo familiar, defensa y conexiones con otras agencias. Conexiones en el sitio con agencias del condado como el *Department of Human Assistance, Child Protective Services and Probation* están disponibles.

<https://blackchildlegacy.org/neighborhoods/foothillfarms-northhighlands/>

(916) 646-6631

Del Paso Heights & North Sacramento
Roberts Fam. Dev. Ctr.—
Greater Sac. Urban League
7325 Marysville Blvd., RM 203
Sacramento, 95838

<https://blackchildlegacy.org/neighborhoods/delpaso-northsac/>

Greater Sacramento Urban League
3725 Marysville Blvd., Sacramento
<http://www.gsul.org/>

(916) 286-8600

Capacitación laboral, adiestramiento en computación y preparación para el GED.

Mutual Assistance Network of Del Paso Heights
811 Grand Ave., Suite A-3
Sacramento CA 95838

(916) 927-7694

Asistencia de empleo, desarrollo profesional, preparación preliminar de empleo y clases para padres

<https://www.mutualassistance.org/>

Pride Industries
10030 Foothills Blvd.
Roseville, CA 95747
<https://prideindustries.com/>

(916) 788-2100
O

Manejo del comportamiento, programa diurno para adultos con discapacidades
Capacitación laboral y de empleo.

(800) 550-6005
(916) 263-4100

Sacramento Works One-Stop Career Center
5655 Hillsdale Blvd., Ste. 8
Sacramento, 95842

(916) 263-4100

Prestaciones por desempleo, capacitación laboral, ayuda para la búsqueda de empleo; CAL-JOBS

<https://sacramentoworks.org/>

Twin Rivers Adult School
5703 Skvarla Ave.
McClellan, CA 95652

(916) 566-2785

Clases gratuitas o a bajo costo de educación básica para adultos, preparación para el GED, pruebas, etc.

<http://www.tras.edu/>

PARQUES Y RECREACIÓN

Arcade Creek Recreation & Park Dist
 4855 Hamilton Street
 Sacramento, CA
<https://www.acrpd.com/>

(916) 482-8377 Ofrece clases, talleres y programas.

City of Sacramento Park & Recreation
 915 I Street., 5th Floor
 Sacramento, 95814
<https://www.cityofsacramento.org/ParksandRec>

(916) 808-5200 Ofrece cientos de clases, talleres y programas en varios lugares por toda la ciudad.

Gibson Ranch
 8552 Gibson Ranch Road,
 Elverta, 95626

<https://regionalparks.saccounty.net/Parks/RegionalParksDetail/Pages/GibsonRanch.aspx>

(916) 806-3868 Un rancho amplio ubicado en un parque del condado. Los niños pueden observar los caballos, llamas, patos, gansos, chivos y muchos otros animales.

Mutual Assistance Network
 3625 Norwood Ave.
 Sacramento 95838

<https://www.mutualassistances.org/pages/contact-us/>

(916) 696-6689 Sirviendo a la comunidad de Del Paso Heights. Un lugar seguro con muchos programas dirigidos a reunir la necesidad de la comunidad y los alrededores.

No. Highlands Recreation & Park Dist
 6040 Watt Avenue
 North Highlands, 95660

<https://www.nhrpd.org>

(916) 332-7440 Ofrece clases, talleres y programas.

Rio Linda Elverta Recreation & Park Dist
 810 Oak Lane
 Rio Linda, CA
<https://www.rleparks.com/>

(916) 991-5929 Ofrece clases, talleres y programas.

Sunrise Recreation & Park Dist
 7801 Auburn Blvd.
 Citrus Heights, CA
<https://www.sunriseparks.com>

(916) 725-1585 Ofrece clases, talleres y programas.

BIBLIOTECAS

Del Paso Heights
 920 Grand Ave.
 Sacramento, 95838
<https://www.saclibrary.org/Locations/Del/Del-Paso-Heights>

(916) 264-2920 Llamar para obtener el horario de atención al público

No. Highlands-Antelope Library
 4235 Antelope Road,
 Antelope, CA
<https://www.saclibrary.org/Locations/North-Sacramento-Antelop>

(916) 264-2920 Llamar para obtener el horario de atención al público

No. Sacramento Hagginwood Library
 2109 Del Paso Blvd.
 Sacramento, CA
<https://www.saclibrary.org/Locations/North-Sacramento-Hagginwood>

(916) 264-2920 Llamar para obtener el horario de atención al público

Rio Linda Neighborhood Library
 6724 6th St.
 Rio Linda, CA
<https://www.saclibrary.org/Locations/Rio-Linda>

(916) 264-2920 Llamar para obtener el horario de atención al público

Dial-A-Story (en ingles)

(916) 441-1234 Cuentos cortos grabados para los niños de edades de 3 a 6 años. Acceso telefónico 24 horas al día.

