

ABUELOS y otros Familiares

Que crían niños

LISTA DE RECURSOS

APOYO FAMILIAR



El Programa de Apoyo a Parientes de YMCA ofrece manejo de casos, grupos de apoyo, cuidado de relevo, fondos de emergencia, eventos familiares y más. Llame (619) 719-9179 o envíe un correo electrónico a kinshipyfs@ymcasd.org.

El servicio de conexiones a recursos para el cuidado de niños de la YMCA ofrece consultas gratuitas y confidenciales. Llame (619) 521-3055 o envíe un correo electrónico a crsbehaviorsupport@ymcasd.org.



Grandparents Connection ofrece apoyo para abuelos o familiares que crían a niños menores de 18 años. Para obtener más información, comuníquese con Shearl Lambert (619) 931-9548 o shearl0688@yahoo.com.



Assertive Family Solutions ofrece entrenamientos, grupos de apoyo y clases para ayudar a los padres, tutores y abuelos a criar a los niños en entornos no tradicionales. Comuníquese con Maty (619) 787-0807 para obtener más información.



El programa Project KEEP ayuda a los cuidadores a mejorar el comportamiento de sus hijos y disminuir el estrés, mientras construye redes y sistemas de apoyo. Llame al (858) 565-4148 x278.



El Programa de Educación sobre Acogimiento Familiar, Adopción y Parentesco (FAKCE, por sus siglas en inglés) ofrece talleres, clases y oportunidades de apoyo de calidad para ayudar a los cuidadores, adoptivos y de parentesco.



Para encontrar comidas gratuitas en su comunidad, envíe un mensaje de texto con la palabra "FOOD" o "COMIDA" al 304-304.



Para encontrar una distribución de alimentos más cercana a usted, visite feedingsandiego.org/find-food.



Para encontrar una distribución de alimentos y/o despensa más cercana a usted, visite sandiegofoodbank.org.



CalFresh, o el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria, proporciona beneficios mensuales que pueden utilizarse para comprar la mayoría de los alimentos en varios mercados y tiendas. Para solicitarlo, llame al 2-1-1 o visite getcalfresh.org.



¡Más Fresco! proporciona dólares de reembolso a los beneficiarios de CalFresh al comprar frutas y verduras frescas usando su tarjeta EBT. Llame al (888) 282-2711 o visite masfresco.org.



San Diego County Credit Union (SDCCU, por sus siglas en inglés) patrocina los miércoles de bienestar financiero para ayudar a la comunidad a tomar decisiones financieras educadas. Visite sdccu.com.

ASISTENCIA ALIMENTARIA



Hay programas de asistencia disponibles para ayudar con las facturas de energía actuales y vencidas. Visite sdge.com, haga click en "Pagar la factura", luego en "Programas de asistencia."



La línea de acceso y crisis (ACL, por sus siglas en inglés) ofrece a los residentes del Condado de San Diego consejería confidencial y recursos comunitarios gratuitos las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame al (888) 724-7240 o visite optumsandiego.com.

988

LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS

9-8-8 es el número de la Línea Nacional de Prevención del Suicidio y conectará a los residentes con su centro de crisis local.



El Sistema de Respuesta Familiar Urgente (FURS, por sus siglas en inglés) es una línea telefónica gratuita que está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año para jóvenes de crianza temporal y sus cuidadores. Llame al (833) 939-3877 o visite cal-furs.org.



El Programa de Asesoramiento y Defensa de Seguros de Salud (HiCAP, por sus siglas en inglés) ofrece información y asesoramiento gratuitos sobre Medicare. Para hacer una cita llame al (858) 565-1392.



El Centro Regional de San Diego (SDRC, por sus siglas en inglés) ofrece apoyo y servicios a personas con discapacidades del desarrollo y sus familias en los condados de San Diego e Imperial. Llame al (858) 576-2996 o visite www.sdrc.org.



2-1-1 San Diego es un servicio telefónico gratuito y confidencial disponible las 24 horas del día, y una base de datos de búsqueda para la comunidad. Proporcionan referencias e información. Llame al 2-1-1 o visite 211sandiego.org.



Saque un Chromebook y un punto de acceso WiFi por hasta un año con una tarjeta de la biblioteca. Por disponibilidad, comuníquese con la Biblioteca del Condado al (858) 694-2415.



El Sistema de Tránsito Metropolitano (MTS, por sus siglas en inglés) y el Distrito de Tránsito del Norte del Condado (NCTD, por sus siglas en inglés) tienen varios programas de pases para los jóvenes y estudiantes. Visite MTS en <https://bit.ly/3Ati50A> y NCTD en <https://bit.ly/3AQiuvF>.



SANDAG esta trabajando para conectar la región de San Diego con acceso al Internet. Llame al 2-1-1 o visite GetConnected.SANDAG.org.



El Programa de Subsidios para Alquileres Poco Profundos está diseñado para hacer frente a la crisis de personas sin hogar entre los adultos mayores mediante la mejora de la estabilidad de la vivienda para los adultos mayores de bajos ingresos. Para más información, llame al (619) 980-4168.

La información de este folleto está sujeta a cambios. Si tiene preguntas, envíe un correo electrónico a HHS.Communities@sdcounty.ca.gov.

Para obtener más información, llame al 2-1-1 o visite 211sandiego.org/grandparents.

¡Manténgase informado de eventos y recursos, suscríbese a nuestro boletín mensual escaneando el código QR con su teléfono o envíenos un correo electrónico!

HHS.Communities@sdcounty.ca.gov



VIVE BIEN SAN DIEGO