

Salud Mental

Crossroads Family Center..619-441-1907

**Centro de tratamiento ambulatorio. El Cajon 92021*

Alvarado Parkway Institute *abierto 24 hrs para evaluaciones psiquiátricas*.....619-431-4877

Centro de crisis conductual para niños
Rady's Children's.....858-966-5484
Hospital psiquiátrico del condado de San Diego619-692-8200
3853 Rosecrans St San Diego, CA 92110
Sharp Grossmont.....619-740-4800
Unidad de evaluación Urgente para niños y adolescentes.....619-876-4502

Niños y Adolescentes

San Diego Youth and Family Services Programs.....619-221-8600
Línea de ayuda.....888-724-7240
Servicios de Educación Especial
SELPA.....619-590-3920
Director of Pupil Services and Special Education; Mountain Empire.....619-473-8869
Alpine Youth Center.....619-659-5088
**Mar, Mier, Jue. 2:00-6:00; 11 -18 años-gratis*
Learning Assistance Center.....619-956-0615

**Counseling Services for children Pre-K - high school*

Alberge de Emergencia

The Storefront.....619-325-3527
Cool Beds.....619-221-8600
Crisis house.....619-444-1194

LGBT

The Center.....619-692-2077
Pflag (Santee location).....888-398-0006
**Apoyo para padres, familiares y amigos*
Stepping Stone.....619-278-0777
NAMI.....619-543-1434

SERVICIOS DE EMERGENCIA

Líneas de Crisis

Línea de Acceso y Crisis..1-888-724-7240

Prevención del Suicidio.....1-800-273-8255

envía mensaje texto "START" a 741-741

Línea de emergencia..... 911
Línea de Información..... 211
Abuso de Niños.....800-344-6000
Abuso de Adultos.....800-510-2020
Crisis de Adolescente.....800-843-5200

Violencia Doméstica

Becky's House.....619-234-3164
Passagntes.....619-239-0355
Center for Com. Solutions...888-385-4657
Women's Resource Center....760-757-3500
Community Resource Ctr....760-753-8300

Tratamiento Residencial

Halcyon Center, El Cajón619-579-8685
**Centro de tratamiento residencial a corto plazo, para pacientes que sufren trastorno mental graves*

Asistencia de Comida y Ropa

American Red Cross WIC...800-500-6411
**Asistencia para mujeres embarazadas y padres con niños menores de 5 años*
CalFresh (EBT)..... 866-262-9881
220 S 1st St, El Cajon, CA 92019
www.mybenefitscalwin.org

Alpine Ralph's Mobile Food Pantry at 1st Baptist Church.....619-940-9335
**9:30am -10:15am (Tavern Rd. & Arnold Way)
Segundo y cuarto Martes*

Feeding San Diego.....858-452-3663
2do & 4to Lunes (9:30-10:30) .31115 Highway 94, Campo
1ro & 3ro Jueves (12 -1p) ..2595 Broken Bone Ln., Portrero

Guía de Recursos

Su cita es:

Consultante de Salud Mental:

☐ **Angelina Canizalez**
(619) 818-5303

Educadora de Salud Mental:

☐ **Sirena Griffin**
(619) 876-3964

- ☐ **Mountain Health Family Medicine**
1388 Buckman Springs rd. 91906
(619) 205-6792
- ☐ **Mountain Health Community Center**
976 Sheridan Rd, 91906
(619) 478-2384

SmartCare Oficina Administrativa
1012 Main St., Ste. 101, Ram. 92065
(760) 788-9725 fx: (760)788-9754

Síganos:

vistahillsmartcare.com
facebook.com/vistahillsmartcare
instagram.com/vistahillsmartcare



USO Y ABUSO DE SUSTANCIAS

Recuperación para Adolescentes

McAllister Institute.....619-442-0277
www.mcalisterinstitute.org

Recuperación para Adultos

McAlister Institute.....619-465-7303
**Desintoxicación residencial no- medica*
1400 N. Johnson Ave. Ste.101 El Cajón 92020

Recuperación para Hombres

Freedom Ranch.....619-478-5696
1777 Buckman Springs Road Campo, CA 91906

Recuperación para Mujeres

Harmony.....858-384-6284

Recuperación para Indigentes

East County Transitional Living Center.....
.....619-442-0457 ext. 1118
**familias/ uni-parental con niños*

Belinda's Place.....619-446-6945
**Ancianos/frágil de salud*

Downtown Impact.....619-398-2156

Reuniones de apoyo

AA.....619-265-8762
NA.....800-429-7690
Al-Anon.....619-296-2666
CoDA619-222-1244

Desintoxicación Medica

Sharp McDonald Center.....858-637-6920
Crash.....619-233-0527

Therapists

Alpine...Dr. Jennifer Kugel-Fritz...619-445-6200

SALUD/MEDICINA

Medi-cal Línea de información para familias..
.....800-880-5305

Envejecimiento

** para 60 y mayores de edad*

Aging & Independent Svcs.....800-510-2020
FACT Servicios de Transporte.....888-924-3228
Senior Impact.....619-977-3716

Hospicio & Luto

Elizabeth Hospice.....760-737-2050
Together Hospice Care.....619-597-1388
Sharp HospiceCare.....619-667-1900

Asistencia de Servicios Públicos

California Lifeline Program
English.....866-272-0349
Spanish.....866-272-0350

www.californialifeline.com

**línea telefónica básica para hogares que califican de bajos ingresos*

SDG&E800-411-7343
**Asistencia para hogares califican de bajos ingresos*

Legal

Legal Aid.....877-534-2524
Disability Help Center.....888-418-8860
Aging & Disability Resource Connection
.....800-510-2020

Albergues

Inclement Weather Shelter
.....2-1-1 o 858-300-1211
**Alberge temporal durante inclemencias del tiempo*

Juvenil

YMCA Childcare Resource Services

Línea de Referencias de Cuidado Infantil.....
.....800-481-2151
Head Start619-473-9022

**Servicio Preescolar para niños de 2-5 años*

www.interfaithservices.org

Planificación Familiar

Planned Parenthood.....888-743-7526
1685 E Main St, El Cajón, CA 92021
www.plannedparenthood.org

Otros Servicios

Línea directa para Fumadores...800-766-2888
www.californiasmokershelpline.org

800-NO-BUTTS..... 800-662-8887
Sociedad Americana Contra Cáncer.....
.....800-227-2345

www.cancer.org

Asociación Americana de la Diabetes.....
.....619-234-9897

www.diabetes.org

Inmunizaciones (CDC)800-232-4636

Veteranos

Línea de crisis para veteranos.....800-273-8255
Text...838255..... www.veteranscrisisline.net

VA San Diego Healthcare system.....
.....858-552-8585

3350 La Jolla Village Dr, SD 92161

Veteran's Village.....619-393-2000

Biblioteca

SD County Library.....619-478-5945
31356 Highway 94, Campo, CA 91906

Alpine Library.....619-445-4221
1752 Alpine Blvd. Alpine, CA 91901

Escuela para Adultos

Grossmont Adult School.....619-588-3512
1550 Melody Ln,, El Cajón, CA 92019