

## Servicios De Emergencia

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

Equipo de Respuesta Psiquiátrica.....9-1-1  
Línea de Abuso Infantil.....1-800-344-6000  
Línea de Abuso de Ansianos.....1-800-510-2020  
Línea de Información ..... 211  
Línea Nacional de Prevención de Suicidio.....988

### Salud Mental

Kinesis MHS Escondido.....760-480-2255  
Mental Health First Aide.....619-543-0412  
KMG Psiquiatría.....619-765-2684

### Evaluación Psiquiátrica y Servicios de Referencia

Exodus, Evaluación sin cita previa.....760-871-2020  
1520 S Escondido Blvd, Escondido, CA.... 92025  
Aurora Behavioral Health..... 888-565-4228  
Programa START .....Centro de Crisis Esperanza  
490 N Grape Esc. 92025 .....760-975-9939

### Asistencia en Servicios v/o Descuentos

Universal Lifeline ..... 1-866-272-0349  
Servicio telefónico para hogares de bajos ingresos  
SDG&E .....1-800-411-7343

[www.sdge.com/solutions/assistance/html](http://www.sdge.com/solutions/assistance/html)

Departamento de vivienda y desarrollo Urbano  
Recursos vivienda a bajo costo.....619-557-5305

### Asistencia Legal

Asistencia Legal de SD.....877-534-2524  
Proveen Servicios de Licenciados gratuitos y a  
bajo costo para personas que vivan en San Diego y  
califiquen para los servicios.

### Otros Servicios

CDC.....[www.cdc.gov/nip](http://www.cdc.gov/nip).....800-232-463  
Action Council Vacunas.....[www.immunize.org](http://www.immunize.org)

### Asistencia navideña

Toys for Tots.....[mtftf@toysfortots.org](mailto:mtftf@toysfortots.org)  
*Distribución de juguetes para niños menos afortunados durante las vacaciones de Navidad*  
Servicios Comunitarios Interfaith .760-489-6380  
Salvation Army.....760-745-8616

## Escuelas

Valley Center High School.....760-751-5500  
Valley Center Middle School..... 760-751-4295  
Valley Center Elementary School.....760-749-1631  
Valley Center Primary School.....760-749-8282  
Pauma Elementary School.....760-742-3741  
Rincon Head Start.....760-749-5190  
Pauma Head Start.....760-742-0023  
Programa Migrante.....760-749-6347  
Oficina de ROP.....760-739-7300  
Educación para Adultos, Escondido...760-739-7300  
Biblioteca de Valley Center, .....760-749-1305  
.....29200 Cole Grade Rd.

### Asistencia de Comida

Ctr. Comunitario de Pauma “Feeding América”  
.....*1er y 3er Martes del Mes a las 12 medio día*  
Iglesia de Pala Distribución de Comida.....  
.....11800 Misión Rd., Pala 92059 Jueves 9:30-11:30am

Iglesia St. Stephens Distribución de Comida  
.....3120 Cole Grade Rd. Valley Center, 92082  
.....Sábado 8:30-9:30am, 4to Sábado 12:30-2pm

Interfaith Servicios Comunitarios.....  
....Lunes-Viernes 8:00-10:00am .....760-489-6380  
.....550 W Washington Ave....Escondido 92025

Salvation Army.....760-745-8616  
.....1301 Las Villas Way Escondido Lun-Vier 8-10am

WIC....2do & 4to Jueves ...9am a 2pm..760- 471-2743  
.....28246 Lilac Rd. Valley Center 92082

CalFresh Estampillas.....(866) 262-9881  
649 w Mission Ave, Escondido.. lunes-Viernes...8am-5pm

### Asistencia de Ropa, Comida & Albergue

Brother Benno’s..... 760-439-1244  
.....3260 Production Ave, Oceanside, 92058  
Desayuno 6:30-8am y Sábado 10:30-11:30am  
[www.brotherbenno.org](http://www.brotherbenno.org)

Western-Eagle.....951-695-7206  
.....40940 County Center Dr. Temecula, 92591  
Lunes-Viernes 9-5pm, Sábado/Domingo 9-4pm  
Costo de Caja de Comida \$15.00  
[www.western-eagle@western-eagle.org](mailto:www.western-eagle@western-eagle.org)

## Guía de Recursos



Fecha de su próxima cita:

Hora \_\_\_\_\_ Lugar: \_\_\_\_\_

**Cindy Plascencia, LMFT**

Coordinadora de Servicios de Salud Mental  
(760) 803-3703

**Valley Center**

**Neighborhood Healthcare**

28477 Lizard Rocks Rd, Valley Center, CA  
(760) 742-9919

Síguenos en:

[vistahillsmartcare.com](http://vistahillsmartcare.com)

[facebook.com/vistahillsmartcare](https://facebook.com/vistahillsmartcare)

[instagram.com/vistahillsmartcare](https://instagram.com/vistahillsmartcare)



### Salud Medica

Medi-Cal.....866-262-9881  
Clínica de Valley Center.....760-742-9919  
Clínica Indian Health Council.....760-749-1410  
Línea Nacional del Sida.....800-342-2437

### Violencia & Abuso Domestico

Albergue Hidden Valley House.....760-480-0055  
Centro de Recursos Femeniles.....760-757-3500  
Centro Soluciones Comunitarias.....760-747-6282  
.....210 S. Juniper St. # 101, Escondido 92025

### Planificación Familiar

Planned Parenthood.....888-743-7526  
[www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)

### Uso & Abuso de Substancias

McAlister Institute.....619-442-0277  
*Tratamiento ambulatorio, grupos educativos, programa de jóvenes, 21 días desintoxicación*  
.....200 E Washington Ave, Escondido, 92025  
Phoenix House.....760 729 2830  
.....785 Grand Ave, Suite 220 Carlsbad, 92008  
Proyecto Alpha .....760-630-9922  
Alcance Victoria .....760-741-1832

### Recuperacion para Mujeres

Casa Serenity, Esc.....760-741-5098  
In His Steps, Ramona.....760-789-5988

### Cesación del Consumo de Tabaco

Línea para Fumadores.....800-456-6386  
800-NO-BUTTS.....800-662-8887  
[www.californiasmokershelpline.org](http://www.californiasmokershelpline.org)

### Servicios para la 3a. Edad

Servicios de Independencia...800-510-2020  
Asistencia Legal Ancianos...858-565-1392  
Servicios de hospicio Norte..760-737-2050  
Asoc. Americana Diabetes... 619-234-9897  
[www.diabetes.org/español](http://www.diabetes.org/español)  
Asoc Americana del Cáncer 800-227-2345  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org).

### Discapacidades del Desarrollo

TASK-*Equipo de recursos para padres de niños discapacitados, incluyendo Discapacidades de Aprendizaje*....619-282-0846  
3180 University Ave # 615 San Diego Ca

### Discapacitados Distintamente

Olimpiadas especiales..... 619-283-6100  
**Unión Parálisis Cerebral** ..760-743-1050  
205 W. Mission Ave # F, Escondido Ca 92027  
**Centro Regional S Diego**...858-576-2996  
*Servicios para las personas y sus familias con discapacidades del desarrollo* [www.sdrc.org](http://www.sdrc.org)  
Asistencia para Invidentes...760-758-5956  
.....1385 Bonair Rd., Vista, 92084  
.....llame para hacer una cita de 8am-4:30pm

### Homosexual, Lesbiana, Bisexual, y Transgénero

Grupo de apoyo, “Estar Vivo,” LGBTQ....  
.....[www.beingalive.org](http://www.beingalive.org).....619-291-1400  
El Centro.....619-692-2077  
[www.thecentersd.org](http://www.thecentersd.org)  
P-FLAG Información general.. .....  
.....[www.pflag.org](http://www.pflag.org) .....888-398-0006  
*Servicios Apoyo: padres, familias y amigos de LGBTQ*

### Servicios Juveniles

Boy’s & Girl’s Clubs.... [www.bgca.org](http://www.bgca.org)  
Valley Center.....760-749-9822  
.....28751 Cole Grade Rd  
Escondido .....760-746-3315  
.....115 W. Woodward Ave  
YMCA .....800-481-2151  
*Línea de elegibilidad para solicitar ayuda para financiera para el cuidado infantil*

### Otros Servicios

Big Brothers, Big Sisters.....858-536-4900  
*Mentores para menores de 7-13 años de padres solteros.*

[www.sdbigs.org](http://www.sdbigs.org)

MHS Teen Recovery Center North Inland  
*Recuperación de drogas para Adolescentes*  
.....760-744-3672  
*340 Rancheros Dr., Suite 166, San Marcos 92069*