

Recursos para Padres del Condado de Nevada Oriente

Punto de contacto 211: Ayuda para conectarse a los servicios siguientes y muchos más las 24 horas del día, 7 días a la semana.
Marque 2-1-1 o para las llamadas fuera del área (844) 319-4119

Lactancia materna

Programa para mujeres, bebés y niños [WIC]: Ayuda a las madres embarazadas y a las familias que tienen niños menores de 5 años a obtener alimentos saludables y, además, ofrece ayuda para la lactancia materna. (530) 582-7814

Línea de ayuda para la lactancia Tahoe Forest: (530) 582-3247

Programa de salud materna, infantil y del adolescente [MCAH] del Condado de Nevada: Las enfermeras que visitan los hogares proporcionan información sobre la salud, la crianza de los hijos, el cuidado del recién nacido, la lactancia materna, la seguridad, la planificación familiar y más. El MCAH además ayuda a las familias a conectarse con otros servicios locales. (530) 847-8293 (llame o envíe mensaje de texto) o llame al número gratuito (888) 301-1450

Coalición para la Lactancia Materna del Condado de Nevada: Conecta a los padres con los recursos necesarios para el embarazo, la lactancia y el apoyo posparto.

Sitio web: www.nevadacountybfc.wixsite.com/breastfeeding/get-help

Gotita [Droplet]: Video de 15 minutos, que se ofrece en inglés y español, sobre cómo comenzar a amamantar.

Sitio web: <https://firstdroplets.com>

Pediatría Tahoe Forest: (530) 587-3523 – sitio web de la organización: TFHD.com

Cuidado infantil

Servicios para Niños de Sierra Nevada: Ayudan a las familias a encontrar y pagar por la guardería o el preescolar. (530) 272-8866

KidZCommunity: Cuidado infantil local del programa Head Start y programa preescolar. (530) 886-4122

Pañales

Proyecto de pañales del Condado de Nevada: Healthy Babies [bebés sanos], oficina de Truckee: (530) 559-9497

Hogar Comunitario Sierra: Ofrece una variedad de servicios para ayudar a las personas y sus familias.

Violencia doméstica

Hogar Comunitario Sierra: Brinda orientación, grupos de apoyo, asistencia en casos de urgencia y otros servicios para adultos y niños sobrevivientes de violencia.

Línea en caso de crisis las 24 horas del día, 7 días a la semana: (800) 736-1060

Planificación familiar/control de la natalidad

Centro de Mujeres Truckee Forest: (530) 587-3523 – sitio web de la organización: TFHD.com

Clínica de Planificación Familiar de Truckee, Departamento de Salud Pública del Condado de Nevada [NCPHD]: Información básica sobre la salud reproductiva, la planificación familiar, el control de la natalidad, las pruebas de embarazo, pruebas de Papanicolao y exámenes de las mamas, pruebas de enfermedades de transmisión sexual [STD] y tratamiento. (530) 582-7814

Ayuda financiera

Departamento de Servicios Sociales del Condado de Nevada: Ayuda con asistencia en efectivo, vivienda, empleo, alimentos (CalFresh) y más. (530) 265-1340

Hogar Comunitario Sierra: Formación financiera, ayuda con solicitudes de asistencia pública, ayuda para el alquiler, preparación de impuestos y ayuda para pagar los servicios públicos. (530) 546-0952

Alimentos

WIC: Ayuda a las madres embarazadas y a las familias con niños menores de 5 años a obtener alimentos saludables y ofrece ayuda para la lactancia materna. (530) 582-7814

CalFresh: Beneficios mensuales de alimentos para las personas de bajos ingresos. (530) 265-1340

Hogar Comunitario Sierra: Servicio de distribución de comida en el auto todos los martes de 4:00 a 5:00 p. m.
www.sierracommunityhouse.org/our-services/hunger-relief (530) 546-0952

Iglesia de la Biblia Sierra: Despensa de alimentos y asistencia financiera. (530) 587- 6025

Recursos Alimenticios Asunción [Assumption Food Resources]: (530) 582-4493

Recursos para Padres del Condado de Nevada Oriente

Salud mental

Línea Nacional de Salud Mental Materna: Llame o envíe un mensaje de texto al 1-833-943-5746 para recibir apoyo gratuito de consejeros de salud mental durante o después del embarazo. Está disponible en varios idiomas.

Línea Nacional para la Prevención del Suicidio: Marque 988 o envíe el mensaje de texto "HOME" al 741741.

Salud Conductual del Condado: Servicios de salud mental y para situaciones de crisis para adultos y niños.

Línea en caso de crisis las 24 horas del día, 7 días a la semana: (530) 265-5811 o llame al número gratuito 1-888-801-1437

Más allá de la depresión [Moving Beyond Depression]: Terapia gratuita en el hogar para las madres con depresión posparto. Los padres también deben estar inscritos en los programas de visitas domiciliarias del MCAH, Bebés saludables [Healthy Babies] o Padres jóvenes [Young Parents]. (530) 265-1491

Sistema de Salud Tahoe Forest-Terapeuta de trastornos perinatales de la ansiedad y del estado de ánimo: (530) 582-6521

Centro Gateway Mountain: Programas de asesoramiento para la juventud. (530) 426-2110

Servicios de Apoyo VICTOR: Comparten sus oficinas con el Sistema de Salud Conductual del condado, proporciona apoyo de salud mental intensivo basado en la comunidad para los jóvenes que califican para Medi-Cal y sus familias. Asimismo, proporciona la coordinación de servicios para adultos y servicios de rehabilitación para las personas con enfermedades mentales graves o crónicas. (530) 273-2244

Información y clases de crianza

Programa de salud materna, infantil y del adolescente [MCAH] del Condado de Nevada: Las enfermeras que visitan los hogares proporcionan información sobre la salud, la crianza de los hijos, el cuidado del recién nacido, la lactancia materna, la seguridad, la planificación familiar, y más. Ayudan a las familias a conectarse con otros servicios locales. (530) 847-8293 (llame o envíe un mensaje de texto), o llame gratis al 888-301-1450

Visitas domiciliarias de Bebés saludables [Healthy Babies Home Visiting]: Las visitadoras domiciliarias ayudan a los padres a aprender a resolver problemas, manejar el estrés, disfrutar y entender a su hijo en cada etapa. (530) 559-9497

KidZCommunity: Programas y servicios de educación temprana para mujeres embarazadas, bebés, niños y sus familias en los condados de Placer y Nevada. (530) 886-4122

Hogar Comunitario Sierra: Ofrece apoyo, clases y talleres sobre la crianza de niños y el aprendizaje temprano. (530) 546-0952

Patrulla de Caminos de California, Truckee: Instalación de asientos [de bebés y niños] previa cita. (530) 563-9200

Consumo de drogas

Salud Conductual del Condado: Servicios sobre el consumo de drogas y en caso de crisis para adultos y niños.

Línea en caso de crisis las 24 horas del día, 7 días a la semana: (530) 265-5811 o llame al número gratuito 1-888-801-1437

Granite Wellness [Centro de Bienestar Granite]: Programas de recuperación para padres, apoyo para los niños de padres que están recuperándose, además de apoyo para padres de adolescentes. (530) 587-8194

Sistema de Salud Tahoe Forest: Tratamiento asistido con medicamentos y apoyo para la adicción a los opiáceos. (530) 582-1212

Kick It CA: Programa gratuito que ayuda a los californianos a dejar de fumar, vapear y fumar tabaco sin humo. Llame gratis al 800-300-8086 o vaya a <https://kickitca.org>

