

## Guía Rápida de Guía de Recursos

### Sanación/Recuperación para un Aborto Provocado

- **Aborto Cambios Usted**  
<http://www.abortionchangesyou.com/home>
- **Línea de Ayuda Nacional para la Recuperación de Aborto** 24/7 línea de ayuda para un aborto provocado recuperación/referencias (866) 482-5433  
<http://nationalhelpline.org/>

### Información de Adopción.

- **Centro de Mujeres Alternativas** (760) 741-9796 <http://awc-ca.com/>

### Aflicción/Apoyo para Pérdida

- **Cura Vacía** (619) 595-3887 [www.emptycradle.org](http://www.emptycradle.org)  
(760) 796-3724
- **Elizabeth Hospice** (760) 796-3724 [www.elizabethhospice.org](http://www.elizabethhospice.org)

### Educación/Ayuda para Amamantar (aparte de *alternatives*)

- **Palomar Hospital** (760) 739-3000
- **Pomerado Hospital** (858) 613-4000

### Cuidado de Niños, Apoyo para Padres

- **Casa de Amparo**  
Red de Padres Jóvenes: adolescentes-24 años. Apoyo a los padres y educación, terapia individual y de grupo, la disciplina y la educación en comunicación.  
(760) 754-5500 [www.casadeamparo.org](http://www.casadeamparo.org)
- **Conexión de Cuidado de Niños**  
Recurso de referencia a nivel estatal para el cuidado infantil.  
(800) 543-7793 [www.nationalchildcareconnection.com](http://www.nationalchildcareconnection.com)
- **Rady's Children's** Sala de urgencia para Pediatría. No necesita cita.  
625 W. Citracado Pkwy. Esc. 92025 (760) 739-1543  
<http://www.rchsd.org/programsservices/a-z/u-z/urgentcare/index.htm>

### Cuidado de Crisis

- **San Diego Acceso y Línea de Crisis** (conocido también como *It's UP to US*)  
24/7 Suicidio/prevenición, recursos para salud mental. Lunes a Viernes,  
Inglés/Español, todas edades.  
(888)724-7240 (619) 641-6992 (TTY) [www.Up2SD.org](http://www.Up2SD.org)

- **Exodo Recuperación**

Evaluaciones mentales de salud sin cita. Lunes a Viernes, 11am-6:30 pm.

660 E. Grand Ave. Esc., 92025 (760) 796-7760

[www.exodusrecoveryinc.com](http://www.exodusrecoveryinc.com)

### **Violencia Doméstica**

- **Centro de Soluciones Comunitarias (CCS Norte)**

106 S. Grape St. Escondido, 92025 <http://www.ccssd.org/>

Línea de ayuda: (888) 272-1767, Línea de ayuda Nacional : (800) 799-7233

### **Emergencia Alimentaria/Recursos**

- **Golden Share**-Programa de compra de alimentos costo reducido.

<http://www.goldensharefoods.com/>

- **Interfaith Community Services**

500 W. Washington St. Ste. B Escondido, 92025

(760) 489-6380

<http://www.interfaithservices.org/>

- **2-1-1 (San Diego) CalFresh** programa para comida [www.211sandiego.org](http://www.211sandiego.org)

- **FeedingAmericaSD** [www.feedingamericasd.org](http://www.feedingamericasd.org)

- **FeedingAmerica Escondido: Pioneer Elem. School**-980 N. Ash St. 7am para ticket, 12:30 pm hacer fila, distribución alas 2 pm. Mision Vida Nueva Info.- 760 500-9327

- **Iglesia Latina Emmanuel:** 152 E. 5<sup>th</sup> Ave. 9:30AM Miercoles y Viernes. 760 432-6240

### **Leyes de Familia**

- **Derecho de Familia Facilitadores** County Courthouse 325 So. Melrose Dr. Vista, 92081.

Registrarse 7:30 a.m. <http://www.sdcourt.ca.gov> Busque bajo: FAMILY

### **Recursos para Padres**

- **CalFresh** asistencia alimentaria; Padres: cuidado de niños y desarrollo temprano; Financiero, Servicios para Militar y Veteranos, Salud y Salud Mental ; Viviendas, Albergue y servicios para sin hogar; asistencia de Utilidades; Información a respuestas a Desastres.

Marque 2-1-1 [http://www.benefitsapplication.com/program\\_info/CA/CalFresh](http://www.benefitsapplication.com/program_info/CA/CalFresh)

### **Pruebas de Paternidad**

- **Pruebas de Drogas Móvil** (858) 204-5779 [www.mdtesting.com](http://www.mdtesting.com)

### **Depresión de Postparto**

- **9-1-1** llamar inmediatamente si tiene un riesgo a lastimarse a si misma ó otros/bebé

- **San Diego Postpartum Health Alliance**  
(619) 685-7458-oficina. Si no contestan, deje mensaje, llamadas son regresadas dentro de 24 horas.  
(619) 254-0023- linea de mensaje. <http://www.postpartumhealthalliance.org/>

### **Recuperación/Adicción**

- **Programa de Recuperación Interreligioso de Servicios Comunitarios de la Adicción y Programa de Recuperación** (760) 747-1553  
<http://www.interfaithservices.org>
- **Norte Inland Centro de Recuperación Regional/Servicios de Salud Mental**  
(Masculino/Femenino)  
(760) 741-7708 [www.mhsinc.org/north-inland-regional-recovery-center](http://www.mhsinc.org/north-inland-regional-recovery-center)

### **Prevención del Suicidio/ Apoyo para Pérdida**

- **Es Hasta Nosotros SD** Línea de Crisis (888) 724-7240 [www.up2sd.org](http://www.up2sd.org)
- **Los Sobrevivientes de las Pérdida del Suicidio** (no es una línea de crisis) (619) 482-0297 <http://www.sossd.org/index.htm>

Updated 1/2018