

Manual de Información Comunitaria 2026



COUNTY OF SAN MATEO
HUMAN SERVICES AGENCY

Encuentre servicios comunitarios
en el condado de San Mateo

Manual de Información Comunitaria 2026

Encuentre servicios comunitarios en
el condado de San Mateo



COUNTY OF SAN MATEO
HUMAN SERVICES AGENCY

Bienvenidos al Manual de Información Comunitaria 2026. Es un placer presentar esta guía de recursos a los residentes del Condado de San Mateo. Este manual sirve como un valioso recurso de copia impresa, mientras que una lista interactiva de los servicios está disponible en línea en www.smc-connect.org. Además de los recursos incluidos en este manual, puede encontrar más información sobre agencias sin ánimo de lucro, programas gubernamentales y organizaciones comunitarias. El navegador web y la herramienta de búsqueda, fáciles de usar, funcionan en varias plataformas: ordenadores de sobremesa, tabletas y teléfonos inteligentes, y son accesibles en varios idiomas. Le animo a que dedique unos minutos a explorarla por sí mismo.

Agradecemos sus comentarios. Por favor, envíe cualquier comentario o edición del manual a CIH_Communications@smcgov.org. Este manual es un recurso público. Para hacer un pedido, envíe una solicitud a www.smcgov.org/hsa/san-mateo-county-community-information-handbooks-request.

Tenga en cuenta que la inclusión de una organización en este manual no implica su aprobación, ni su exclusión refleja el valor o la calidad de los servicios de dicha organización.

Claire Cunningham

Directora de la Agencia

Agencia de Servicios Humanos del Condado de San Mateo

Si no se indica de otra manera, todos los teléfonos en este manual son con el código de área 650.

Se habla español en la mayoría de las oficinas del Condado de San Mateo.

CONTENIDO

Intervención en Crisis / Emergencias	1
Números de Emergencias 24-Horas	
Agencias de Servicios Básicos	
Ayuda en Desastres	
Apoyo a Presos y a Salidos de la Cárcel	
Asistencia a Víctimas	
Servicios para Animales	4
Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias.	4
Adopción	
Referencias para Cuidado de Niños y Programas Head Start	
Manutención Infantil	
Prevención y Reportes de Abuso de Niños / Jóvenes	
Casas Hogar (Cuidado de Crianza)	
Recursos para Padres y Familias	
Sitios en la Web para Adolescentes y Pre-Adolescentes	
Desarrollo y Tutoría Juvenil	
OTROS SERVICIOS	
Servicios a Incapacitados	10
Educación.	13
Escuelas para adultos	
Colegios	
Escuelas Primarias y Secundarias	
Programas de Alfabetización	
Empleo y Entrenamiento.	15
Discriminación en el Empleo	
Capacitación, Colocación y Desarrollo Laboral	
Beneficios de Desempleo	
Programas Energéticos	18
Asistencia Económica.	20
Educación al Consumidor	
Programas de Préstamos	
Asistencia Pública	
Beneficios del Seguro Social	
Otros servicios	
Programas de Comida	22
Sitios Donde Sirven Comida	
Proveedores de Comida de Emergencia	
Meals on Wheels	
Salud	24
Servicios de Planificación Familiar e Información	
Clínicas de Salud y Dentales	
Educación sobre la Salud	
Hospitales y Centros Médicos	
Servicios de Enfermería y Hospicio	
Servicios en Referencia Médica/Dental	
Otros Servicios	
Seguros de Salud.	32
Servicios a Personas sin Hogar	33
Asistencia de Emergencia	
Refugios de Emergencia	
Vivienda Transitoria	
Otros Servicios	

Viviendas	35
Discriminación	
Servicios de Rehabilitación Bajo Costo	
Ayuda con la Renta	
Condiciones de Viviendas Inseguras, Insalubres	
Otra Información sobre Viviendas	
Servicios de Inmigración	37
Servicios de LGBTQIA+	38
Defensa de la Comunidad	
Linea de Crisis	
Atención Médica	
Grupos De Apoyo	
Servicios Legales y de Mediación	40
San Mateo County Superior Court	
Servicios Relacionados con la Ley	
Asistencia Legal	
Servicios de Mediación	
Libertad Condicional y Cárceles	
Fiscal de Distrito del Condado de San Mateo	
Servicios Bibliotecarios	43
Salud Mental / Consejos	45
Sitios Web Adolescentes y PreAdolescentes	
Sitios de Recreo	50
Parques y Sitios de Recreo de la Ciudad	
Parques y Playas del Condado / Estado	
Recursos para Reciclar y Conservar	50
Servicios para Personas Mayores	51
Centros Diurnos para Adultos	
Centros para Personas Mayores y Centros de Comida	
Servicios de Tratamiento por el Uso de Sustancias . . .	54
Programa de 12 Pasos	
Servicios de Desintoxicación	
Programas De Conducción Bajo Los Efectos Del Alcohol y/o Drogas Y Aplazamiento Del Registro Del Dictamen Del Fallo	
Información y Referencias	
Tratamiento Ambulatorio y Tratamiento Ambulatorio Intensivo	
Tratamiento Residencial Para El Consumo De Sustancias	
Opciones Alternativas al Programa de 12 Pasos	
Información a Contribuyentes y Registros Oficiales . . .	59
Condado	
estatal	
Federal	
Otras	
Transporte	60
Servicios para Veteranos	60
Veterans Affairs Local Offices	
The American Legion	
Servicios de Colocación de Voluntarios	61
Índice	63
Notas	76

INTERVENCIÓN EN CRISIS / EMERGENCIAS

LLAMADAS DE EMERGENCIA para servicios de ambulancia, incendios, patrullas y policía 911

Llamadas no urgentes para programas de servicios humanitarios y de salud 211

. 800-273-6222
. (TTY) 415-808-4300 o 711

www.211BayArea.org

El 211 es gratis, confidencial y disponible las 24 horas del día en más de 150 idiomas.

NÚMEROS DE EMERGENCIAS 24-HORAS

Aging and Disability Services 800-675-TIES

. 800-675-8437

. (TTY) 711

Departamento de Salud del Condado de San Mateo

Servicios para Personas Mayores y con Discapacidades

1-844-868-0938

<https://www.smchealth.org/services-aging-and-disability>

La línea directa sirve como el punto principal de contacto para los Servicios para Personas Mayores y con Discapacidades, incluyendo los Servicios de Protección para Adultos. Los trabajadores sociales responden preguntas sobre la variedad de servicios disponibles a través del condado y en la comunidad.

Apoyo telefónico sobre temas de interés para las personas mayores, las personas con discapacidades y sus familias.

California Poison Control System 800-222-1222

California Youth Crisis Line 800-843-5200

A nivel estatal, la línea gratuita confidencial vinculación telefónica a los recursos para los niños fugados o para cualquier joven considerando huir.

Child Protective Services (CPS) 800-632-4615

. 595-7922

Acepta reportes sobre niños de 17 años o menores en posible peligro de abuso, abandono o explotación.

Community Overcoming Relationship Abuse

(CORA) 800-300-1080

Proporciona servicios para intervención de crisis, terapia, y servicios legales para víctimas de violencia doméstica.

Mills-Peninsula Health Services

Chemical Dependency Center

Línea de Crisis 696-5915

National Human Trafficking Hotline 888-373-7888

. Text BeFree (233733)

La Línea Directa Nacional contra la Trata de Personas es una línea directa nacional gratuita, disponible para responder llamadas, mensajes de texto y chats en vivo desde cualquier lugar de los Estados Unidos, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en más de 200 idiomas. La misión de la Línea Directa Nacional es conectar a las víctimas y sobrevivientes de la trata de personas con apoyo y servicios críticos para obtener ayuda y mantenerse

seguros.

Parent Support Line 888-220-7575

Servicios Psiquiátricos de Emergencia

San Mateo Medical Center 573-2662

Mills-Peninsula Health Services 696-5915

Rape Trauma Services (RTS) 692-RAPE

. 692-7273

Brinda asesoramiento, defensa y acompañamiento en situaciones de crisis las 24 horas para sobrevivientes de agresión sexual.

AGENCIAS DE SERVICIOS BÁSICOS

Las agencias comunitarias en la lista de abajo son el primer lugar a llamar para ayuda en emergencias. Pueden proporcionar o localizar comida de emergencia, ropa, refugio, asistencia con depósitos o con rentas, servicios públicos, consejos a corto plazo y/o informes sobre empleos. La mayoría proporciona servicios de traducciones.

COASTSIDE (EL LA COSTA):

Coastside Hope 726-9071

www.coastsidehope.org

248 Main Street, Suite 200, Half Moon Bay 94019

Agencias de Servicios Básicos sirviendo El Granada, Half Moon Bay, Miramar, Montara y Moss Beach.

Puente de la Costa Sur 879-1691

www.mypuente.org

620 North St., Pescadero 94060

Agencias de Servicios Básicos sirviendo La Honda, Loma Mar, Pescadero y San Gregorio.

CONDADO DEL NORTE:

Daly City Community Service Center 991-8007

<https://www.dcpartnership.org/>

350 - 90th St., First Floor, Daly City 94015

Agencias de Servicios Básicos sirviendo Broadmoor, Colma y Daly City.

YMCA Community Resource Center 276-4101

www.ymcasf.org/community-resource-center-ymca

1486 Huntington Ave, Suite 100, South San Francisco 94080

Agencias de Servicios Básicos sirviendo South San Francisco, San Bruno and Brisbane.

Pacifica Resource Center 738-7470

www.pacresourcecenter.org

1809 Palmetto Ave., Pacifica 94044

Agencias de Servicios Básicos sirviendo Pacifica.

CONDADO CENTRAL:

Samaritan House 347-3648

www.samaritanhousesanmateo.org

4031 Pacific Blvd. (at 42nd Ave.), San Mateo 94403

Agencias de Servicios Básicos sirviendo Belmont, Burlingame, Foster City, Hillsborough, Millbrae, San Carlos y San Mateo.

CONDADO DEL SUR:

Samaritan House South 294-4312
www.samaritanhousesanmateo.org
2396 University Ave, East Palo Alto, CA 94303
Agencias de Servicios Básicos sirviendo East Palo Alto y Menlo Park.

Fair Oaks Community Center 780-7500
www.redwoodcity.org/departments/
parks-recreation-and-community-services/human-service
2600 Middlefield Rd., Redwood City 94063
Agencias de Servicios Básicos sirviendo Atherton, North Fair Oaks, Portola Valley, Redwood City, Redwood Shores y Woodside.

PARA ASISTENCIA EN CUALQUIER PARTE DEL CONDADO:

Salvation Army 368-4644
Redwood City Corps Community Center
660 Veterans Blvd, Redwood City 94063

St. Vincent de Paul Society 373-0622
www.svdpsm.org Help Line 343-4403
50 N. B St., San Mateo 94401

AYUDA EN DESASTRES

American Red Cross, Bay Area Chapter259-1750
www.redcross.org/local/california/northern-california-coastal/get-help.html
1710 Trousdale Dr., Burlingame 94010
Ofrece ayuda de emergencia a víctimas de desastres, servicios a personal militar, y entrenamiento sobre salud y seguridad para el público.

APOYO A PRESOS Y A SALIDOS DE LA CÁRCEL

David Lewis Community Reentry Center. 853-3120
2227 University Ave., East Palo Alto 94303

Service League of San Mateo County 364-4664
www.serviceleague.org
727 Middlefield Rd., Redwood City 94063
Proporciona servicios a presos en la cárcel del condado, consejos y cuidado infantil para las familias de los presos, consejos antes de salir de la cárcel y asistencia de emergencia después.

Service Connect 508-6745
550 Quarry Road, San Carlos 94070
Servicios sociales para ayudar a estabilizarse a clientes después de ser liberados, incluye acceso a comida, refugio de urgencia, ropa, transporte, servicios de empleos y grupos de consejo/apoyo.

ASISTENCIA A VÍCTIMAS

Victim Services599-7479
www.smcgov.org/da/victim-services
400 County Center, DA's Office, 3rd. Floor, Redwood City 94063
Proporciona asistencia general de emergencia y ayuda continua a víctimas de crímenes violentos.

Para refugios de emergencia ver: Servicios a los Sin Hogar
Para hospitales ver Salud

SERVICIOS PARA ANIMALES

Peninsula Humane Society and SPCA 340-8200

www.phs-sPCA.org

Adopciones, Educación, Fauna, Administración

1450 Rollins Rd., Burlingame 94010

Peridios y Encontrados, Recibe Animales, Castrado,
Control de Animales

12 Airport Blvd., San Mateo 94401

Ofrece programas para adoptar animales, rehabilitar
animales salvajes, educación, defensa, alcance comuni-
tario, rescate de animales e investiga la crueldad contra
los animales.

San Mateo County Animal Licensing

Pet Data, Inc. 866-925-5906

Las licencias pueden ser adquiridos en destino, en:

1600 Hillsdale Blvd. #203, San Mateo, CA 94402

1450 Rollins Rd., Burlingame 94010

12 Airport Blvd., San Mateo 94401

Program Manager 573-3726

Para obtener información sobre los perros de servicio,
solicitudes de exención de vacunación contra la rabia,
criador y permisos más elegantes, y las solicitudes de
esterilización/castración de vales.

San Mateo County Mosquito & Vector Control District

. 344-8592

1351 Rollins Rd., Burlingame 94010

www.smcMvcd.org

Proporciona servicios de control de mosquitos y vectores
a todo el condado de San Mateo - los residentes pueden
solicitar control de mosquitos, inspecciones de roedores,
tratamiento de nidos de avispa amarilla, identificación de
insectos y muchos otros servicios.

NIÑOS, ADOLESCENTES, JÓVENES Y FAMILIAS

ADOPCIÓN

Adopt International 415-934-0300

www.adoptinter.org

1000 Brannan St., #301, San Francisco 94103

Proporciona servicios de adopción tanto nacionales
como internacionales.

Adoption Connection 415-359-2494

www.adoptionconnection.org 800-972-9225

1710 Scott St., San Francisco 94115

San Mateo County Human Services Agency

Adoptions Unit 802-7615

www.smcgov.org/hsa/adoptions

1500 Fashion Island Blvd. San Mateo

Una agencia de servicios completos de adopción trabaja
con padres de nacimiento, padres adoptivos, niños adop-
tivos y adultos adoptados.

San Mateo County Superior Court

<https://sanmateo.courts.ca.gov/>

Family Court Services 261-5080

400 County Center, 6th Fl., Redwood City 94063

Brinda servicios de mediación relacionados con la custodia y asuntos de visitas en corte familiar.

REFERENCIAS PARA CUIDADO DE NIÑOS Y PROGRAMAS HEAD START

Child Care Coordinating Council (4Cs) 517-1460

www.sanmateo4Cs.org

330 Twin Dolphin Dr., #119, Redwood City 94065

Provee referencias para hogares con licencia de la familia guarderías o centros de atención, niño, de un día completo de cuidado de niños, preescolares y guarderías extendida.

Family Connections

www.familyconnections.org

Oficina administrativa: 3460 W. Bayshore Road, Suite 202, Palo Alto 94303

Nuestros centros preescolares de participación para padres brindan enriquecedoras experiencias de aprendizaje temprano para niños desde el nacimiento hasta los cinco años.

Izzi Early Education (formerly IHSD Inc.)

www.izziearlyed.org

155 Bovet Road, Suite 300, San Mateo 94402

Early Head Start 368-1728 x5

Head Start 578-3440

Ofrece un programa de desarrollo infantil y familiar para las familias de bajos ingresos para servir a los niños de 0–5 años de edad y mujeres embarazadas.

Peninsula Family Service 403-4300 x4775

www.peninsulafamilyservice.org

Ofrece servicios anticipados y basados en el centro en todo el condado de San Mateo para bebés, niños pequeños, niños en edad preescolar y en edad escolar.

MANUTENCIÓN INFANTIL

San Mateo County Department of Child Support Services (DCSS)

www.smcgov.org/dcsc 866-901-3212

555 County Center, 2nd Fl., Redwood City 94063

Establece la paternidad legal, así como las órdenes de manutención infantil, conyugal y médica, y modifica las órdenes cuando cambian las circunstancias. Los profesionales de manutención infantil interactúan con ambos padres de manera profesional y justa.

San Mateo County Superior Court

<https://sanmateo.courts.ca.gov/>

Family Law Facilitators

400 County Center, 2nd Fl., Redwood City 94063

1050 Mission Rd., South San Francisco 94080

Asiste a esas personas con asuntos de manutención infantil que no tienen abogado.

PREVENCIÓN Y REPORTES DE ABUSO DE NIÑOS / JÓVENES

San Mateo County Human Services Agency

Child Protective Services (CPS) 802-7922
. 800-632-4615

www.smcgov.org/hsa/child-protective-services

1500 Fashion Island Blvd. San Mateo

Acepta reportes sobre niños de 17 años o menos que puedan estar en peligro, por abuso, abandono o explotación.

San Mateo County Human Trafficking Program

www.stophumantraffickingsmc.org

stophumantrafficking@smcgov.org

Rape Trauma Services (RTS). 650-652-0598

www.rapetraumaservices.org

Proporciona educación para los estudiantes, profesores, grupos comunitarios y otros profesionales que trabajan con trauma, incluyendo la intervención y prevención de la violencia.

CASAS HOGAR (CUIDADO DE CRIANZA)

San Mateo County Human Services Agency

Children and Family Services

www.smcgov.org/hsa/children-and-family-services

1 Davis Dr., Belmont 94002

Foster Care Eligibility 802-5103

400 Harbor Blvd, Bldg B, Belmont 94002

Distribuye pagos para cuidados de crianza, a tutores y a familiares.

Resource (Foster) Family Approval Unit 802-7636

Aprobación de Hogar de Crianza/Adopción/Tutela Legal para el Condado de San Mateo.

RECURSOS PARA PADRES Y FAMILIAS

Children's Integrative Resiliency Program

Proporciona manejo de casos completo y servicios terapéuticos para niños y adolescentes afectados por la violencia doméstica.

Daly City Peninsula Partnership 301-3300

Our Second Home Family Support Center

www.dcpartnership.org

725 Price St., Daly City 94014

Centro de apoyo familiar para niños pequeños.

Edgewood Center for Children and Families

Kinship Support Services Program

www.ikinship.org 832-6711

170 South Spruce Ave., Suite #200, South San Francisco 94080

Soporte y servicios integrales para cuidadores relativos para ayudar a los niños a permanecer con miembros de la familia y en la comunidad, en lugar de atención "extraña" y/o colocación fuera del hogar.

Health Ambassador Program 372-6136

www.smchealth.org/HAP

Proporciona oportunidades adicionales de aprendizaje para las personas. De esta manera, pueden aumentar el

conocimiento y mejorar las habilidades que se relacionan con brindar ayuda a quienes necesitan apoyo emocional. Los participantes obtendrán información sobre los programas WRAP, ASIST, MHFA y otras intervenciones eficaces para asistir a otras personas.

Multicultural Institute 339-2794
Programa de tutoría de éxito académico para niños del tercer a quinto grado.

Parent Project

www.smchealth.org/ParentProject
Point of Contact: MLorente-Foresti@smcgov.org
Un curso interactivo de 12 semanas en el que se enseñan habilidades de crianza para que los padres y cuidadores mejoren su relación con los niños que tienen a cargo. La clase se centra en estrategias eficaces de identificación, prevención e intervención temprana.

San Mateo County Health –

Family Health Services 573-2501
www.smchealth.org/division-family-health-services
Resource Line 888-840-0889
2000 Alameda de Las Pulgas, #230, San Mateo 94403
Servicios de apoyo familiar para mujeres embarazadas y con hijos, hombres y sus familias, niños recién nacidos hasta los 5 años con enfermedades crónicas, problemas de comportamiento de leves a moderados, retrasos en el desarrollo o padres que solo necesitan apoyo, incluida educación y vínculos con recursos de salud y desarrollo.

Women, Infants and Children Program (WIC)

www.smchealth.org/wic 573-2168
Breastfeeding Helpline 800-205-0333
Ofrece alimentos suplementarios, nutrición y educación sobre la lactancia materna a familias con ingresos limitados y niños de 0 a 5 años en clínicas de todo el condado.

SITIOS EN LA WEB PARA ADOLESCENTES Y PRE-ADOLESCENTES

Palo Alto Medical Foundation (PAMF)

www.pamf.org/teen
Proporciona información sobre temas incluyendo salud en general, drogas y alcohol, y sobre emociones para adolescentes y sus padres.
www.pamf.org/preteen
Brinda informes de salud de temas que conciernen a pre-adolescentes (9-12) y sus padres.

DESARROLLO Y TUTORÍA JUVENIL

American Red Cross, Bay Area Chapter

www.redcross.org/take-a-class 259-1750
1663 Market St., San Francisco 94103
Es un programa voluntario juvenil con entrenamiento en preparación para desastres, clases para cuidar niños y CPR.

Big Brothers-Big Sisters of the Bay Area

www.bbbsba.org 415-503-4050
1230 Preservation Park Way, Oakland 94612
Para edades de 6 a 16 años.

Boy Scouts of America 341-5633
www.pacsky.org
1150 Chess Dr., Foster City 94404
Para jovencitos de 7–17, jovencitas de 14–20.

Boys and Girls Clubs

Actividades después de la escuela, ayuda con la tarea y en algunos casos tutoría uno por uno.

COASTSIDE: (EL LA COSTA)

Boys and Girls Club - Coastside 712-9710
Middle School Club - Cunha Campus
www.bgccoastside.org
600 Church St., Half Moon Bay 94019

CONDADO DEL NORTE:

Boys and Girls Clubs of the Peninsula

Daly City 777-9083
www.bgcp.org
450 Martin St., Daly City 94014

Ingrid B. Lacy Middle School Club 359-6118
www.theclubs.org
1427 Palmetto Ave., Pacifica 94044

Paradise Valley Club 583-2348
www.theclubs.org
291 Hillside Blvd., South San Francisco 94080

South San Francisco Club 589-7090
www.theclubs.org
201 W. Orange Ave., South San Francisco 94080

Sunshine Gardens Elementary Club 804-4391
www.theclubs.org
1200 Miller Ave., South San Francisco 94080

Yosemite Drive Clubhouse 355-1334
www.theclubs.org
955 Yosemite Dr., Pacifica 94044

CONDADO DEL SUR:

Boys and Girls Club - Peninsula 646-6132
McNeil Family Clubhouse. 646-6066
401 Pierce Rd., Menlo Park 94025

Mervin G. Morris Branch 587-9370
1109 Hilton St., Redwood City 94063

Moldaw-Zaffaroni Clubhouse 646-6086
2031 Pulgas Ave., East Palo Alto 94303

Center for a New Generation. www.bgcp.org

Belle Haven Community School 561-3135
415 Ivy Dr., Menlo Park 94025

James Flood Magnet School. 847-1600
2037 Pulgas Avenue, East Palo Alto 94303

Hoover Community School 482-5925 x313
701 Charter St., Redwood City 94063

Taft Community School 556-1651 x10
903 - 10th Ave., Redwood City 94063

Boys Hope Girls Hope 415-657-9302
www.bhghsf.org

Un programa residencial que proporciona a jóvenes académicamente capaces que necesitan un hogar estable, oportunidades de crecimiento, buena paternidad y una educación sólida. Ofrece también un programa para

niñas basado en la comunidad.

Coastside Children's Programs (CCP) 726-7413

www.coastsidechildren.org

494 Miramontes Ave., Half Moon Bay 94019

Administra centros de cuidado de niños y de enseñanza con actividades educativas y recreativas para crear habilidades con programas antes y después de la escuela y actividades de tiempo completo en el verano. También tiene preescolar.

Edgewood

www.edgewood.org/young-adults/

Centros de Visitas: Norte y Sur

El programa es un espacio puro y seguro que proporciona recursos gratuitos y necesidades básicas para niños de 18–25 años. Abierto de lunes a viernes de 3 pm a 8 pm.

Centro de Visitas: Norte 832-6797

931 W. San Bruno Avenue, Suite 2, San Bruno 94066

Centro de Visitas: Sur 517-8211

604 Price Avenue, Suite A, Redwood City 94603

Explorers' Program 363-4012

Programas de entrenamiento de búsqueda y rescate o implementando la ley para jóvenes de 14–20.

Patrocinados por el Oficial del Juzgado del Condado de San Mateo y Learning for Life.

Fresh Lifelines for Youth (FLY) 408-263-2630

www.flyprogram.org

568 Valley Way, Milpitas 95035

Previene el crimen y encarcelamiento juvenil con educación legal, tutoría y entrenamiento de liderazgo.

Friends for Youth 368-4444

www.friendsforyouth.org

3460 W Bayshore Rd, Suite 203, Palo Alto 94303

Acopla tutores voluntarios adultos con niños y jóvenes de 8–17 años que han sido referidos por maestros, consejeros u otros profesionales de la juventud.

Girl Scouts 800-447-4475

www.girlscoutsnorcal.org 408-287-4170

1310 S. Bascom Avenue, San Jose 95128

Para niñas de 5–17 años.

Hope Horizon East Palo Alto 327-1139

1001 Beech Street, East Palo Alto 94303

Proporciona apoyo académico (KidSmart para grados 1–5), tutoría espiritual, y habilidades de vida para niños en grados k–12.

Lauren's House 4 Positive Change Inc 630-0222

www.laurenshouse.org

994 Beech Street, East Palo Alto 94303

monique@laurenshouse.org

Lauren's House es una pequeña organización sin ánimo de lucro de East Palo Alto que ofrece apoyo académico y emocional gratuito a niños y jóvenes en situación de riesgo y a sus familias.

Peninsula Jewish Community Center (PJCC) 212-PJCC

www.pjcc.org (212-7522)

800 Foster City Blvd., Foster City 94404
Actividades recreativas, sociales, culturales y educativas
para todas las edades, religiones y antecedentes.

University of California Cooperative Extension

www.ca4h.org 726-9059
80 Stone Pine Rd., #100, Half Moon Bay 94019
Patrocina Clubs 4-H Clubs.

Youth Service Bureaus of YMCA 877-8642

1486 Huntington Ave, Suite 100, South San Francisco
94080

YMCA of San Francisco 286-9622

Peninsula Family YMCA www.ymcasf.org/peninsula
1877 S. Grant St., San Mateo 94402

YMCA of Silicon Valley www.ymcasv.org

East Palo Alto Family YMCA 328-9622
550 Bell St., East Palo Alto 94303

Sequoia Branch 368-4168
1445 Hudson St., Redwood City 94061

OTROS SERVICIOS

Daly City Youth Health Center 877-5700

www.dcyouth.org
350 90th St., 3rd Floor, Daly City 94015
Lunes a viernes 9 am–5:30 pm. Proporciona una varie-
dad de servicios de salud para adolescentes y adultos
jóvenes (de 12 a 24 años).

SERVICIOS A INCAPACITADOS

Abilities United 494-0550

www.abilitiesunited.org
525 E. Charleston Rd., Palo Alto 94306
Una agencia multifacética con diferentes programas que
atienden a bebés, niños y adultos que tienen discapaci-
dades del desarrollo.

AbilityPath (Voice / TTY) 259-8500

www.abilitypath.org
875 Stanton Road, Burlingame 94010
Proporciona servicio para el desarrollo inicial en niños de
3 años o menos, entrenamiento vocacional y servicios de
colocación y servicios diurnos de adultos para personas
incapacitadas.

Achievekids 494-1200

www.achievekids.org
3860 Middlefield Rd., Palo Alto 94303
Tratamiento de día durante todo el año y el programa de
educación especial para niños y adolescentes con disca-
piedades emocionales, de comportamiento, de desarrollo
o de aprendizaje.

Arc of San Francisco 756-1304

www.thearcsf.org
6644 Mission St., Suite A, Daly City 94014
Ofrece programas para discapacidades del desarrollo en
habilidades para la vida de la comunidad, el empleo, la
vida independiente, disfrutar de una bebida y las artes, y
servicios de alto nivel.

B.O.K. Ranch 366-2265

www.bokranch.org

1815 Cordilleras Rd., Redwood City 94062

Montar a caballo adoptando el trote para ayudar a niños y adultos con incapacidades físicas o de desarrollo.

Deaf and Disabled Telecommunications Program

(DDTP) 800-806-1191

www.caconnect.org (TTY) 800-806-4474

Servicio estatal gratis conecta llamadas de TTY con quienes no lo tienen y vice versa.

California Children's Services 616-2500

801 Gateway Blvd., Suite 400, So. San Francisco 94080

Un impuesto soportado programa estatal que ayuda a niños y jóvenes de hasta 21 años de edad que tienen ciertas condiciones médicas.

California State Department of Rehabilitation

www.dor.ca.gov or www.db101.org

801 Traeger Ave., #105, San Bruno 94066

. (Voice / TTY) 737-2606

1065 E. Hillsdale Blvd., #403, Foster City 94404

. (Voice / TTY) 358-4180

800 Menlo Ave., #122, Menlo Park 94025

. (Voice / TTY) 688-6380

Proporciona consejos, pruebas y entrenamiento necesario para que las personas con incapacidad física o mental se empleen competitivamente.

Canine Companions for Independence (CCI)

www.cci.org 800-572-2275

. (TTY) 707-577-1756

Entrena perros de crianza especial para ayudar a los incapacitados a vivir independientemente.

**Center for Independence of Individuals
with Disabilities (CID)**

www.cidsanmateo.org 645-1780

. (TTY) 522-9313

2001 Winward Way, Suite 103, San Mateo 94404

1590 El Camino Real, Suite C, San Bruno 94066

. 589-8994

Proporciona una variedad de servicios que permita la gente mayor quien es frágil o con incapacidad física a vivir independientemente.

Children's Health Council (Voice / TTY) 326-5530

www.chconline.org

650 Clark Way, Palo Alto 94304

Centro de diagnóstico y tratamiento para niños con retos emocionales, de desarrollo, de aprendizaje o de comportamiento. Clínicas de un día para trastornos de espectro de autismo, ADHD, LD y casos graves.

Family Resource Center at Community Gatepath

. 259-8544

1764 Marco Polo Way, Burlingame 94010

Ofrece información y recursos sobre incapacidades a familias, profesionales, personas incapacitadas y otros en la comunidad.

Family Housing and Adult Resources (FHAR) . . . 403-0403

www.fhar.org

20 E. 20th Ave., San Mateo 94403
Proporciona vivienda residencial y entrenamiento para individuos con incapacidades de desarrollo tales como retraso mental, parálisis cerebral, epilepsia o autismo.

Golden Gate Regional Center (GGRC)

www.ggrc.org 574-9232
3130 La Selva St., #202, San Mateo 94403
Proporciona diagnóstico, consejo y asistencia para coordinar y pagar los servicios que necesitan personas de todas las edades diagnosticadas con incapacidad de desarrollo.

Guide Dogs for the Blind, Inc. 800-295-4050

www.guidedogs.com 415-499-4000
Proporciona perros guía y entrenamiento para personas ciegas de 16 años o más

Hearing and Speech Center for Northern

California 415-921-7658

www.hearingspeech.org (TTY) 415-921-8990
1234 Divisadero St., San Francisco 94115
Avaluación auditiva, información, referencia y consejos.

Hearing Loss Association of America 593-6760

www.hearinglossca.org/chapters/peninsula-chapter
Apoyo educativo y emocional para personas con incapacidad para oír y sus familias proporcionado por profesionales con licencia.

HOPE Services (Servicios ESPERANZA) . . 408-284-2850

www.hopeservices.org
30 Las Colinas Ln., San Jose 95119
Proporciona una variedad de servicios para personas con discapacidades de desarrollo.

Kainos Home and Training Center 363-2423

www.kainosusa.org
3631 Jefferson Ave., Redwood City 94062
Programa residencial y vocacional para adultos con incapacidad de desarrollo.

National Center for Equine Facilitated Therapy (NCEFT)

www.nceft.org 851-2271
880 Runnymede Rd., Woodside 94062
Usa el movimiento del trote del caballo para dar terapia física y ocupacional a niños y adultos afectados por trastornos neuromusculares.

Parca 312-0730

www.parca.org
800 Airport Blvd., #320, Burlingame 94010
Sirve como un defensor de las personas con discapacidades del desarrollo y proporciona diversos, actividades sociales y de apoyo de recreación, instalaciones residenciales.

San Mateo County Health

Servicios para Adultos Mayores y Personas con

Discapacidad 800-675-TIES

www.smchealth.org/aas 800-675-8437
. (TTY) 711
225 - 37th Ave., San Mateo 94403
Departamento de Salud del Condado de San Mateo

Servicios para Personas Mayores y con Discapacidades
1-844-868-0938

<https://www.smchealth.org/services-aging-and-disability>

La línea directa sirve como el punto principal de acceso a los Servicios para Personas Mayores y con Discapacidades, incluyendo los Servicios de Protección para Adultos. Los trabajadores sociales responden preguntas sobre la variedad de servicios disponibles a través del condado y en la comunidad. Ofrece apoyo telefónico sobre temas de interés para las personas mayores, las personas con discapacidades y sus familias.

San Mateo County Human Services Agency Vocational Rehabilitation Services (VRS) 802-6450

www.smcgov.org/hsa/vocational-rehabilitation-services
550 Quarry Rd., San Carlos 94070

Brinda capacitación laboral, colocación o empleo por cualquier residente del condado empleables recogida de Asistencia General o bajo tratamiento psiquiátrico.

San Mateo County Office of Education

Special Education Services 802-5460

<https://www.smcoe.org/> (TTY) 802-5480

101 Twin Dolphin Dr., Redwood City 94065

Llamar para información y referencias.

Vista Center 858-0202

www.vistacenter.org

2470 El Camino Real, #107, Palo Alto 94306

Servicios sociales, entrena para la vida diaria, para moverse, grupos de apoyo, clases de computadora, clínica para problemas de visión, tienda, clases a jóvenes y de Braille a incapacitados Tiene voluntarios para ayudar a clientes.

Muchas ciudades tienen programas recreativos para gente con necesidades especiales. Llame a su Departamento de Parques y Recreación para informes.

Ver Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias

EDUCACIÓN

ESCUELAS PARA ADULTOS

Comunicarse para información sobre alfabetización, ciudadanía, inglés como segundo idioma (ESL) Título en Educación General (GED), cursos ocupacionales, recreativos y titulados.

Jefferson Union High School District

Adult Education Division 550-7890

www.jeffersonadulted.net

699 Serramonte Blvd., #111, Daly City 94015

San Mateo Union High School District

Adult and Community Education 558-2100

smuhsd.org/smas

789 E. Poplar Ave., San Mateo 94401

Sequoia Union High School District

Sequoia Adult School 306-8866

www.seqsas.org/

3247 Middlefield Rd., Menlo Park 94025

South San Francisco Unified School District

Adult Education Program 877-8844

www.ssfusd.org

825 Southwood Dr., South San Francisco 94080

COLEGIOS

COLEGIOS COMUNITARIOS

Los tres colegios comunitarios ofrecen cursos en educación general y primera división de educación en colegio, además de programas de carreras y de educación avanzada. Comuníquese con su colegio comunitario local para informes sobre programas de inglés como segundo idioma (ESL), para personas mayores, mujeres, minorías, personas con incapacidad y personas que vuelven a trabajar.

Cañada College 306-3100

www.canadacollege.edu

4200 Farm Hill Blvd., Redwood City 94061

College of San Mateo 574-6161

www.collegeofsanmateo.edu

1700 W. Hillsdale Blvd., San Mateo 94402

Skyline College 738-4100

www.skylinecollege.edu

3300 College Dr., San Bruno 94066

COLEGIOS PRIVADOS

Menlo College 800-55-MENLO

www.menlo.edu (800-556-3656)

1000 El Camino Real, Atherton 94027

Notre Dame de Namur University 508-3500

www.ndnu.edu

1500 Ralston Ave., Belmont 94002

ESCUELAS PRIMARIAS Y SECUNDARIAS

Además del programa escolar general, varios distritos escolares ofrecen algunos de los siguientes programas: educación bilingüe, programas para los incapacitados físicamente, mentalmente y emocionalmente, experiencia en trabajos y educación vocacional y educación sobre el medio ambiente.

San Mateo County Office of Education

<https://www.smcoe.org/> 802-5300

101 Twin Dolphin Dr., Redwood City 94065

Administra los programas escolares del condado y actúa como enlace entre el estado y los distritos escolares.

El sitio en la Web incluye un directorio de las escuelas públicas.

PROGRAMAS DE ALFABETIZACIÓN

PROGRAMA DE PROYECTO LEER

Project Read - Menlo Park 330-2525

www.projectreadmenlopark.org

800 Alma St., Menlo Park 94025

Ofrece un programa de alfabetización de adultos analfabetos funcionales con cualquier fondo idioma.

Project Read North San Mateo County

www.ssf.net/projectread 829-3871

840 W. Orange Ave., South San Francisco 94080

Tutoría de alfabetización gratis para adultos que hablan

inglés. Ofrece también clases de alfabetización en finanzas.

Redwood City Project Read 780-7077
www.projectreadredwoodcity.org
1044 Middlefield Rd., 2nd Floor, Redwood City 94063
Tutoría uno a uno para jóvenes y adultos que hablan inglés. Hay laboratorio de computación disponible para los miembros.

San Mateo Project Read 522-7848
https://www.cityofsanmateo.org/927/Adult-Literacy
55 W. 3rd Ave., 2nd Floor, San Mateo 94402
Tutoría de alfabetización básica para adultos que hablan inglés.

SAN MATEO COUNTY READS PROGRAMS

www.smcl.org/content/adult-literacy
Community Learning Office 323-0362
2415 University Ave., 2nd Fl., East Palo Alto 94303
225 S. Cabrillo Hwy, Suite 104B, Half Moon Bay 94019
. 726-2316 x4
Apoyo alfabetización para adultos y familias, incluyendo talleres de tutoría y de grupo uno a uno.

Para referencias a pre-escolar ver Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias

EMPLEO Y ENTRENAMIENTO

DISCRIMINACIÓN EN EL EMPLEO

California State Department of Fair Employment and Housing 916-478-7251
2218 Kausen Dr., #100, Elk Grove 95758
www.dfeh.ca.gov (TTY) 800-700-2320
Investiga quejas de discriminación y acoso en el empleo, en acomodo en vivienda y lugares públicos, amenazas y actos de violencia por odio.

Equal Employment Opportunity Commission (EEOC) 866-408-8075
www.eeoc.gov 415-625-5600
350 The Embarcadero, #500, San Francisco 94105
Investiga casos de discriminación en el empleo por raza, país de origen, sexo, religión, embarazo, discriminación por edad en personas de 40 años o más, o por incapacidad. Pueden llegar sin cita martes, miércoles y jueves de 8:30 am–3 pm.

Equal Rights Advocates 800-839-4372
www.equalrights.org
Proporciona servicio legal a mujeres y jovencitas en casos de discriminación para empleo y educación por su sexo. Proporciona asistencia y consejos sobre leyes de ausencias por causas familiares.

Legal Aid Society
Employment Law Center 415-864-8848
www.legalaidatwork.org
180 Montgomery St., San Francisco 94104
Información, defensa, consejos y servicios legales principalmente a personas de bajos ingresos.

CAPACITACIÓN, COLOCACIÓN Y DESARROLLO LABORAL

Apprenticeship Standards Division

www.dir.ca.gov 408-277-1273

100 Paseo de San Antonio, R-125, San Jose 95113

Organiza programas de aprendizaje, trabaja con las escuelas para establecer las clases comerciales de formación profesional y de ofrece consulta a los empleadores.

California Conservation Corps (CCC)

www.ccc.ca.gov 916-341-3100

Ofrece capacitación y empleo a residentes del estado de 18 a 23 años en una variedad de ubicaciones en todo California.

California State Department of Rehabilitation

www.dor.ca.gov

801 Traeger Ave., #105, San Bruno 94066

. (Voice / TTY) 737-2606

1065 E. Hillsdale Blvd., #403, Foster City 94404

. (Voice / TTY) 358-4180

800 Menlo Ave., #122, Menlo Park 94025

. (Voice / TTY) 688-6380

Proporciona los consejos, pruebas y capacitación necesarios para que personas incapacitadas físicamente o mentalmente se empleen competitivamente.

Job Corps 800-733-JOBS

www.jobcorps.gov 800-733-5627

Desarrollo en la carrera, entrenamiento y colocación en trabajos en varios sitios del país. Diploma de High School / Clases GED. Para edades de 16 a 24 años.

Jobs for Youth 599-7215

www.jobsforyouth.org

455 County Center, 5th floor, Redwood City 94063

Encuentra empleo para jóvenes de 14 a 21 años.

JobTrain

www.jobtrainworks.org

366 Grand Ave, South San Francisco 94080

. 829-4652

1200 O'Brien Dr., Menlo Park 94025

. 330-6429

Proporciona entrenamiento de trabajo para personas con desventajas económicas sin empleo o para adultos y jóvenes sub empleados.

Trabajador Día Programa, North Fair Oaks

Multicultural Institute 339-2794

www.mionline.org

Contratistas y propietarios de viviendas sida en la búsqueda de los jornaleros a través de un sistema de reserva telefónica.

Next Step Center 566-0240

795 Willow Rd., Bldg. 348, Menlo Park 94025

Servicios completos vocacionales y de empleo para veteranos.

One East Palo Alto (OEPA) 980-1809

www.oneepa.org

1195 Hamilton Court, Menlo Park 94025

(Facebook Willow Campus/MPK 45)

Iniciativa de Mejoramiento de Barrios ofrece servicios centrados en la juventud, como el Programa patrocinados Empleo (SEP) que ofrece trabajos de verano a tiempo parcial con tutoría y la conectividad de la comunidad oportunidades de East Palo Alto jóvenes en riesgo más alto, las edades de 14 a 24.

Peninsula Family Service

Second Career Services 403-4300 x4385

www.peninsulafamilyservice.org
24 - 2nd Ave., San Mateo 94401

Acopla trabajos pagados uno a uno y pasantías pagadas a personas de 55 años o más. Debe cumplir requisitos de ingreso para entrenamiento.

NOVA Workforce Development 408-730-7232

www.novaworks.org

Ofrece servicios integrales de empleo para las personas que buscan empleo, los jóvenes y los empleadores.

Phase2Careers www.phase2careers.org

Ayuda gente mayor en el Área de la Bahía a encontrar nuevas oportunidades de carreras buscando trabajos y talleres de desarrollo de carreras, mesas redondas, paneles en busca de trabajos, conectándose en eventos para reclutar y presentaciones especiales.

Renaissance Entrepreneurship Center 829-6429

www.rencenter.org

366 Grand Ave., South San Francisco 94080

Ayuda a quienes quieren iniciar y desarrollar un negocio o una idea.

Samaritan House Worker Resource Center

www.samaritanhousesanmateo.org 344-1651

400 E. 5th Ave., San Mateo 94401

Proporciona un lugar de reunión a trabajadores diurnos y empleadores. Cualquier trabajador residente del Ciudad de San Mateo puede usar estos servicios. Lunes a viernes 7am–3pm; sábados 7am– 1pm y domingos 7am–12 mediodía.

San Mateo County Human Resources

Department 363-4343

www.smcgov.org/hr (TTY) 368-7807

455 County Center, 5th Floor, Redwood City 94063

Recluta y contrata trabajos del condado. También tiene listas de vacantes en agencias no lucrativas.

San Mateo County Human Services Agency Vocational Rehabilitation Services (VRS) 802-6450

www.smcgov.org/hsa/vocational-rehabilitation-services

550 Quarry Rd., San Carlos 94070

Brinda capacitación laboral, colocación o empleo por cualquier residente del condado empleables recogida de Asistencia General o bajo tratamiento psiquiátrico.

United Indian Nations 510-352-4510

<https://www.smc-connect.org/locations/united-indian-nations-inc>

1436 Clarke St., Suite B, San Leandro 94577

Consejos de empleo, colocación y entrenamiento en

trabajos, se entrena principalmente a adultos Indio-Americanos, o nativos de Alaska sin trabajo, o a subempleados o de bajos ingresos.

BENEFICIOS DE DESEMPLEO

Employment Development Department (EDD)

www.edd.ca.gov

Ver también Servicios Legales y de Mediación

PROGRAMAS ENERGÉTICOS

Bay Area Regional Energy Network/ Rising Sun Center for Opportunity

Green House Calls (510) 665-1501 ext. 300

Risingsunopp.org/programs/ghc/

Servicios en persona y virtuales que brindan medidas de eficiencia energética y de agua sin costo para los hogares. Llamada a la Casa Verde (Llamada para un hogar eficiente):

- Evaluación del uso de energía y agua en el hogar
- Instalación de dispositivos de bajo consumo de energía y agua, incluyendo bombillas, y aireadores de grifo y cabezales de ducha de bajo consumo, cinta de espuma para el clima y folleto de ahorro de ener
- Compromiso con el cliente, educación e intercambio de recursos.

Bay Area Regional Energy Network/ San Mateo County Energy Watch

smcenergywatch.org/homes/home-energy-water-toolkit/
Kit gratuito para mejorar las herramientas y recursos de energía y eficiencia de su hogar en las bibliotecas de San Mateo, junto con otras actualizaciones para el hogar para cuales pueda ser elegible.

Central Coast Energy Serviceswww.energyservices.org

Asistencia de Pago

El Programa de Asistencia de Energía para el Hogar (HEAP, por sus siglas en inglés) ayuda a pagar las facturas de energía del hogar. El programa de Tarifas Alternativas (California Alternate Rates for Energy (CARE)) es un descuento ofrecido por PG&E que ofrece a los hogares elegibles de bajos ingresos un descuento del 20% en su factura de energía.

Servicios de Climatización

Los solicitantes de HEAP pueden calificar para los Servicios de Climatización. Medidas para mejorar la eficiencia energética en el hogar y reducir los costos de energía. Este programa está disponible para inquilinos como para propietarios de viviendas. A los propietarios de vivienda de alquiler no se les cobra cuando se proporcionan para sus inquilinos.

GRID Alternatives Bay Areawww.grid solar.org

Solar sin Costo para Propietarios de Viviendas

GRID crea e instala proyectos solares que sirven a hogares y comunidades de bajos ingresos, lo que permite una variedad de programas de beneficios para la movilidad limpia y el almacenamiento de baterías.

Departamento de Sostenibilidad del Condado de

San Mateo888-442-2666

sustainability@smcgov.org

455 County Center, 4th Floor, Redwood City 94063

El Departamento de Sostenibilidad tiene programas para ayudar al condado a luchar y prepararse para el cambio climático; garantizar energía, agua y aire limpio; y conservar los recursos para las generaciones futuras a través de la reducción de residuos.

Península Clean Energy, con Península Family Service DriveForward

www.peninsulacleanenergy.com/driveforwardelectric/

Subsidios para vehículos eléctricos usados y préstamos para automóviles asequibles para residentes de bajos ingresos.

Península Clean Energy, Compra de Vehículo Eléctrico

<https://www.peninsulacleanenergy.com/residential/>

Con la estabilización de los precios de los vehículos eléctricos, una amplia variedad de beneficios, menos mantenimiento y cero viajes a la gasolinera, 1-866--966-0110.

Electrodomésticos

<https://www.peninsulacleanenergy.com/residential/home-upgrade-services/>

Bicicletas Eléctricas

Visite el enlace para una compra de una bicicleta eléctrica:

<https://www.peninsulacleanenergy.com/residential/rebates-offers/e-bikes/>

El programa de reembolso para bicicletas eléctricas ayuda a los clientes elegibles a comprar una nueva bicicleta eléctrica con incentivos de hasta \$1,000. Para calificar, debe participar en el programa de Tarifas Alternas para Energía de California (CARE) o en el programa de Asistencia para Tarifas Eléctricas Familiares (FERA).

¿Necesitas un nuevo calentador de agua, calefacción o aire acondicionado? Los Servicios de Mejora del Hogar PCE facilitan y hacen más asequible para ti el cambio a electricidad. Ayudamos a los propietarios de viviendas unifamiliares a reemplazar electrodomésticos a gas obsoletos. Los clientes con ingresos calificados pueden recibir instalaciones sin costo.

Asesor de Mejoras del Hogar: Asesor de Mejoras del Hogar: reciba apoyo profesional y práctico para planificar las mejoras de su hogar, incluyendo ayuda con la planificación, preguntas técnicas, cotizaciones de contratistas y la optimización del uso de energía en su proyecto de mejora del hogar.

Reciba apoyo profesional y práctico para planificar las mejoras de su hogar, incluyendo ayuda con la planificación, preguntas técnicas, cotizaciones de contratistas y la optimización del uso de energía en su proyecto de mejora del hogar.

Proyecto de Ley de Energía

<https://www.peninsulacleanenergy.com/residential/rates-billing/lower-your-bill/>

Si desea reducir su factura, puede ser elegible para

un programa de descuento o eficiencia energética. Los clientes de Peninsula Clean Energy son elegibles para los programas de PG&E.

SunWork www.Sunwork.org
Instalación de calentadores de agua solares y bomba de calor con voluntarios, para residentes con facturas de energía bajas.

ASISTENCIA ECONÓMICA

EDUCACIÓN AL CONSUMIDOR

Consumer Credit Counseling Service

www.cccssf.org 800-777-PLAN
. 800-777-7526
595 Market St., 15th Floor, San Francisco 94105
El asesoramiento sobre alternativas para la gestión de la familia de dinero, la liquidación de la deuda, la planificación presupuestaria y el uso del crédito.

Accion Opportunity Fund 408-297-0204

<https://aofund.org/>
111 W. St. John Street, #800, San Jose 95113
Ofrece el programa de ahorro Cuenta de Desarrollo Individual (IDA) y el programa de préstamos para pequeñas empresas que hace préstamos a empresarios de bajos ingresos que no pueden calificar para un préstamo bancario tradicional.

Peninsula Family Service Financial Empowerment Services

www.peninsulafamilyservice.org 403-4300 x4105
24 Second Ave., San Mateo 94401
Ayuda a individuos de bajos ingresos a mantenerse auto-suficientes mediante talleres de manejo financiero.

PROGRAMAS DE PRÉSTAMOS

Peninsula Family Service

DriveForward Vehicle Loan Program

www.peninsulafamilyservice.org. 403-4300 x4415
24 Second Ave., San Mateo 94401
Ayuda a personas de bajos ingresos a seguir auto-suficientes con préstamos pequeños para comprar automóvil.

ASISTENCIA PÚBLICA

CalWORKS (California Work Opportunity and Responsibility to Kids)

Ofrece ayuda temporal con dinero en efectivo y servicios de empleo para ayudar a familias para hacerse auto-suficientes.
Las oficinas de Servicios Humanos indicadas abajo o puede llamar al 800-223-8383.

Cash Assistance Program for Immigrants (CAPI)

Da asistencia con pagos mensuales en efectivo para inmigrantes legales no ciudadanos que necesitan ayuda económica. Para informes sobre CAPI, llamar al 800-648-0954 o ver HSA oficinas de abajo.

CalFresh (anteriormente el Programa de Estampillas de Comida)

Da beneficios electrónicos (como tarjeta de débito) a hogares de bajos ingresos elegibles. Los beneficios CalFresh pueden usarse para comprar alimentos en casi todas las tiendas, en mechas de las tiendas de la vecindad y las tiendas participantes de Mercado de Agricultores. Aplique en línea en benefitscal.com para obtener CalFresh (asistencia de comida), llame al 800-223-8383 o visite una de las oficinas de HSA.

General Assistance (GA)

Proporciona ayuda económica a corto plazo y servicios de apoyo a los adultos elegibles de bajo ingreso sin niños, viviendo en el condado de San Mateo, sin empleo o sin poder trabajar. Ver informes de contactos abajo. A continuación, consulte las oficinas de la HSA o llame al 800-223-8383.

HSA Service Center 800-223-8383

<https://www.smcgov.org/hsa>

Ofrece un número de teléfono gratuito para reportar cambios de Medi-Cal, hacer preguntas acerca de la cobertura de salud y otros servicios.

Human Services Agency Regional Offices

www.smcgov.org/hsa/contact-us

Región del norte: Brisbane, Colma, Daly City, Pacifica, San Bruno, South San Francisco

271 - 92nd St., Daly City 94015 301-8440

Región central: Belmont, Brisbane, Burlingame, Foster City, Half Moon Bay, Hillsborough, Millbrae, San Carlos, San Mateo

400 Harbor Blvd., Bldg B., Belmont 94002 . . 802-6470

Región del sur: Atherton, East Palo Alto, Menlo Park, Pescadero, Portola Valley, Redwood City, Woodside

2415 University Ave., East Palo Alto 94303 . . 363-4218

2500 Middlefield Rd., Redwood City 94063 . 599-3811

BENEFICIOS DEL SEGURO SOCIAL

Social Security Administration (TTY) 800-325-0778

www.ssa.gov 800-772-1213

800 S. Claremont St., #101, San Mateo 94402

355 Gellert Blvd., #201, Daly City 94015

601 Allerton St., 2nd Fl., Redwood City 94063

La administración federal del Seguro Social proporciona ingresos continuados a trabajadores y a sus familias al jubilarse, incapacitarse o fallecer; ofrece Medicare a gente de 65 o más y a algunos incapacitados menores de 65 años; ofrece Seguro de Ingreso Suplementario (SSI) a los que necesitan ayuda económica de 65 años o más, a ciegos o incapacitados, y emite las tarjetas del Seguro Social y Medicare.

Para beneficios de desempleo ver Empleo y Entrenamiento

OTROS SERVICIOS

Breast Cancer Emergency Fund

www.bayareacancer.org 326-6686

1511 S. Claremont Street, San Mateo 94402

Proporciona asistencia económica de emergencia a

adultos de bajos ingresos en los condados de San Francisco, San Mateo y Santa Clara para tratamientos de cáncer de seno.

Community Financial Resources (CFR)

www.communityfinancialresources.net
771 Euclid Ave., Berkeley 94708 510-559-8638
Conecta a personas con servicios financieros de bajo costo. Los usuarios ponen su propio dinero en una cuenta de débito pre-pagada CFR o establecen un depósito directo gratis.

Fundación de Salud del Condado de San Mateo (SMCHF)t

https://smchf.org/ 650-573-2655
222 W. 39th Avenue, San Mateo CA 94403
Organizaciones independientes que brindan ayuda a Pacientes de Salud del Condado de San Mateo para necesidades básicas, asistencia alimentaria y de emergencia para la vivienda, solicitudes médicas, y transporte. Pacientes de SMC Health debe presentar la solicitud a través de su equipo médico de SMC Health.
Horario: lunes a viernes de 9 a.m. a 4 p.m.

PROGRAMAS DE COMIDA

Food Assistance Program (CalFresh) 800-223-8383

Da beneficios electrónicos (como tarjeta de débito) a hogares de bajos ingresos elegibles. Los beneficios CalFresh pueden usarse para comprar alimentos en casi todas las tiendas, en mechales de las tiendas de la vecindad y con agricultores participantes. Solicitar en persona en las oficinas de Human Services Agency listadas en la página 21 o en línea en benefitscal.com.

Second Harvest of Silicon Valley Food Connection Hotline 800-984-3663

www.shfb.org/getfood
Referencias multilingües para distribuciones de comestibles gratuitas, despensas y comida congregada. Asistencia de solicitud de CalFresh por teléfono ó en ubicaciones de la comunidad. Lunes a viernes, 8 am–5 pm.

SITIOS DONDE SIRVEN COMIDA

Bread of Life 326-9796

1852 Bay Rd., East Palo Alto 94303
Comida gratis martes a jueves 5–6 pm.

Catholic Worker Hospitality House. 827-0706

555 West San Bruno Ave., San Bruno 94066
Desayunos martes a viernes, 7–9 am.

Ecumenical Hunger Program 323-7781

www.ehpcares.org
En St. Francis of Assisi Church
1425 Bay Rd., East Palo Alto 94303
Proporciona comida los lunes, miércoles a viernes, 10 am-12pm y 2:30-4:30 pm.

No Strings Attached Breakfast Senior Coastsiders

www.seniorcoastsiders.org 726-9056

925 Main Street, Half Moon Bay 94019
Desayunos todos los sábados.

Salvation Army 368-4644
Redwood City Corps Community Center
660 Veterans Blvd, Redwood City 94063

Samaritan House Kitchen 347-3648
www.samaritanhousesanmateo.org
4031 Pacific Blvd., San Mateo 94403
Sirve cenas calientes lunes a viernes. de 4:30–6 pm, en
Masonic Hall, 100 N. Ellsworth Ave., San Mateo.
Almuerzos sáb. y dom. de 12–1 pm, en el estaciona-
miento del 4031 Pacific Blvd., San Mateo.

St. Anthony's Padua Dining Room 365-9665
3500 Middlefield Rd., Menlo Park 94025
Proporciona comidas lunes a sábados 11 am–1 pm.

St. Vincent de Paul Society
www.svdpsm.org
50 N. B St., San Mateo 94401 343-9251
Lunes a viernes, 9:45 am–11:45 am

Café St. Vincent 589-9039
421 4th Lane, South San Francisco 94080
Lunes a viernes, de 10:00 a.m. -11:00

Street Life Ministries 395-8114
www.streetlifeministries.org
1300 Middlefield Road, Redwood City
Sirve comida los lunes y miércoles, 7:30–9 pm.
1120 Merrill Street, Menlo Park
Sirve comida los martes y jueves, 7:30–9 pm.

Women, Infants and Children Program (WIC)
www.smchealth.org/wic 573-2168
Breastfeeding Helpline 800-205-0333
Ofrece educación sobre nutrición y alimentos suplemen-
tarios a familias con ingresos limitados y niños de 0–5
años en clínicas en todo el condado.

Ver Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias

PROVEEDORES DE COMIDA DE EMERGENCIA

Las agencias de servicios comunitarios en las páginas 2 y
3 pueden dar o ayudar a conseguir comida de emergencia.
Otros recursos listados abajo.

CALL Primrose Center – Despensa de Alimentos. 342-CALL
www.callprimrose.org 342-2255
139 Primrose Rd., Burlingame 94010
Lunes a viernes, 9 am–2:45 pm

Catholic Worker House 366-4415
545 Cassia St., Redwood City 94063
Se distribuye comida los viernes 11:30 am

Downtown Food Closet 408-899-7350
www.streetsteam.org/
All Saints Church, 425 Hamilton Ave., Palo Alto 94301
Ofrece productos enlatados, productos frescos, produc-
tos lácteos y pan a los residentes de Palo Alto, East Palo
Alto, y Menlo Park. De lunes–viernes, 10 am–2:30pm,
sábado, 9am – 1pm.

Ecumenical Hunger Program 323-7781

www.ehpcares.org

2411 Pulgas Ave., East Palo Alto 94303

Caja de alimentos de emergencia distribuida los lunes, miércoles, jueves y viernes de 10 a.m. a 2 p.m. (martes cerrado). Sirve al East Palo Alto, Menlo Park y Palo Alto.

Grace Covenant Church 589-6797

www.gracecovssf.com

740 Del Monte Ave., South San Francisco 94080

Distribuye bolsas de comida a los necesitados dos veces al mes y alberga un almuerzo mensual para las personas mayores.

Samaritan House 347-3648

www.samaritanhousesanmateo.org

4031 Pacific Blvd., San Mateo 94403

Proporciona acceso a la despensa de alimentos de emergencia en el sitio. Lunes–viernes, 9 am–12 pm y 1–4 pm. Comedor lunes–viernes, 4:30–6 pm; Comida móviles lunes–viernes, 1–4 pm.

Second Harvest of Silicon Valley Food Connection Hotline

www.shfb.org/getfood 800-984-3663

Referencias en varios idiomas para distribuciones gratuitas de comestibles, despensas y comida colectivas.

Asistencia con la solicitud de CalFresh por teléfono o en ubicaciones comunitarias en todo el lugar.

De lunes a viernes, de 8 am a 5 pm.

St. Francis Center 365-7829

www.stfrancisrwc.org

151 Buckingham Ave., Redwood City 94063

Proporciona hasta cinco días de comida para familias necesitadas en Redwood City o Menlo Park.

MEALS ON WHEELS

Entregará una comida caliente en el hogar de personas de 60 años o más o en sus hogares que no pueden preparar sus propias comidas. Para Informes sobre el programa y contribuciones económicas o para pedir Meals on Wheels llame a:

Daly City to East Palo Alto 323-2022

Coastside (El la Costa). 726-9056

Pacifica 738-7350

Ver también Servicios a Personas sin Hogar

Para centros de comida para Personas Mayores ver Servicios a Personas Mayores.

SALUD

SERVICIOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR E INFORMACIÓN

Alpha Pregnancy Center 415-584-6800

www.alphapc.org

5070 Mission St., San Francisco 94112

Informes y referencias, pruebas gratis de embarazo, opciones de embarazo y consejos después de un aborto, ropa de maternidad y de bebés, pañales y fórmula.

Ofrece clases de paternidad, grupos de apoyo a madres

y estudios de Biblia.

- East Palo Alto Teen Home** 324-8487
<https://www.smc-connect.org/locations/east-palo-alto-teen-home>
2265 Oakwood Dr., East Palo Alto 94303
Una residencia para madres adolescentes 12–17 edad.
- First Resort** 261-9115
801 Brewster Ave., #210, Redwood City 94063
Apoyo y ayuda a mujeres con un embarazo no planeado.
Pruebas gratis de embarazo y ultrasonido para definir fechas.
- Health Connected** 367-1937
www.health-connected.org
120 James Ave., Redwood City 94062
Una sociedad de educadores, residentes de comunidad, y proveedores de servicios de salud y servicios humanos organizada para dirigir el embarazo de las adolescentes en el condado.
- Planned Parenthood**
www.ppmarmonte.org
Clínicas de salud médica para mujeres, hombres y jóvenes que especializa en cuidado de salud reproductiva.
- San Mateo Health Center** 877-855-7526
29 Baywood Ave., San Mateo 94402
- Redwood City Health Center** 877-855-7526
2907 El Camino Real, Redwood City 94061
- South San Francisco Health Center** . . . 877-855-7526
435 Grand Ave., South San Francisco 94080
- San Mateo County Health – Family Health Services**
www.smchealth.org/division-family-health-services
Resource Line 888-840-0889
2000 Alameda de las Pulgas, #230, San Mateo 94403
- Healthy Families San Mateo County** 573-2501
2000 Alameda de las Pulgas, #230, San Mateo 94403
Ofrece apoyo a embarazadas y familias con bebés utilizando el modelo Healthy Families America (HFA), un programa de visitas a domicilio basado en pruebas y reconocido a nivel nacional que se centra en fortalecer las relaciones entre padres e hijos, promover un desarrollo infantil saludable y mejorar el bienestar familiar.
- Nurse-Family Partnership** 573-2501
Ofrece servicios a los padres primerizos para preparar el nacimiento de su hijo y les proporciona el apoyo que necesitan para tener un embarazo y una salud infantil sanos, apoyo y educación sobre el desarrollo infantil y la crianza de los hijos, y dar a sus bebés el mejor comienzo posible en la vida.
- Pediatric Home Visiting Program** 573-2501
2000 Alameda de las Pulgas, #230, San Mateo 94403
Servicios de gestión de casos con visita domiciliaria para niños recién nacidos hasta la edad de 5 años que cumplan los requisitos de Medi-Cal. Estos servicios se brindan mediante el uso de un currículo y modelo basado en la evidencia del programa Promoting First Relationships. Apoyo para padres y niños con

servicios centrados en la prevención, lo que incluye asistencia para establecer vínculos, generar apego, desarrollar salud socioemocional y acceder a enlaces de recursos de salud y desarrollo.

Prenatal Advantage Black Infant

Health Program 363-7850
2415 University Ave., 2nd Floor, East Palo Alto 94303
Apoyo educativo de referencia para embarazadas de crianza de mujeres Afro-Americanas.

CLÍNICAS DE SALUD Y DENTALES

Arbor Free Clinic

www.med.stanford.edu/arbor.html
114 Fifth Ave, Redwood City 94063
Domingo 493-5000 x22222
Cuidado médico gratis a personas de bajos ingresos y sin hogar los domingos 8 am–2 pm. Se atiende conforme van llegando. Hay clínicas de especialidades disponibles.

Bay Area Addiction Research and Treatment (BAART)

Methadone Clinic 324-1470
www.baartprograms.com
795 Willow Rd., Bldg. 332, Menlo Park 94025

Felton Institute 458-0026

<https://felton.org/early-psychosis/san-mateo/>
1108 S. El Camino Real, San Mateo 94402
El programa Felton (re)MIND® de psicosis precoz y el programa BEAM de trastorno bipolar precoz ofrecen un tratamiento integral basado en el bienestar, la recuperación y la resiliencia a las personas que experimentan los primeros signos y síntomas de un trastorno psicótico o del estado de ánimo, además de proporcionar a las familias las herramientas para apoyar a sus seres queridos en su proceso de recuperación. Todos los servicios se prestan a través de nuestro equipo multidisciplinar en régimen ambulatorio y sin coste alguno para el cliente o la familia.

Foothill College Dental Hygiene Clinic 949-7335

www.foothill.edu/bio/programs/dentalh
12345 El Monte Rd., Room 5312, Los Altos Hills 94022
Proporciona servicios de higiene dental y rayos-x a bajo costo para niños de 4 años o mayores.

HealthRIGHT 360 348-6603

www.healthright360.org
2015 Pioneer Court, Suite B, San Mateo 94403

North East Medical Services 550-3923

www.NEMS.org
211 Eastmoor Avenue, Daly City 94015
Abierto de lunes a sábado, de 8 am–5 pm; cerrado para el almuerzo mediodía –1pm.
1850 Sullivan Ave, Daly City 94015
Abierto de lunes a viernes, de 8 am–5 pm; cerrado para el almuerzo mediodía –1pm.
Un centro de salud calificado a nivel federal que ofrece medicina para adultos, pediatría, medicina interna, salud conductual, laboratorio, salud mental, farmacia,

odontología, acupuntura y otros servicios médicos en varios idiomas. Acepta Medi-Cal, Medicare, seguros privados y no asegurados.

Ravenswood Family Health Center 330-7400

www.ravenswoodfhc.org

1885 Bay Road, East Palo Alto, CA 94303

at Belle Haven 321-0980

100 Terminal Ave., Menlo Park 94025

La atención de salud para las personas en la parte sur del condado de San Mateo.

RotaCare Clinics www.rotacarebayarea.org

RotaCare Clinic at Seton Medical Center . . . 515-6885

380 90th Street, Daly City 94015

Lunes 5:30–7:30 pm. Cerrado días festivos. Clínica sólo para cuidados urgentes. Se atiende como llegan.

RotaCare Coastside Clinic 773-6513

225 S. Cabrillo Hwy., #100-A, Half Moon Bay 94019

Miércoles 5–7 pm. Ofrece cuidados médicos básicos y medicinas a adultos sin seguro de salud.

Samaritan House

www.samaritanhousesanmateo.org

Redwood City Free Clinic 839-1447

114 - 5th Ave., Redwood City 94063

San Mateo Free Clinic 578-0400

19 W. 39th Ave., San Mateo 94403

Servicios gratis de cuidado primario y no de emergencia para gente sin seguro de bajos ingresos. Se necesita hacer cita.

San Mateo County Health

www.smchealth.org

Edison Clinic 573-2385

222 W. 39th Ave., San Mateo 94403

Atención integral para el VIH y la tuberculosis para pacientes sin seguro, con seguro insuficiente y con Medi-Cal, así como atención especializada en enfermedades infecciosas y PrEP para los miembros de Medi-Cal del Estado/HPSM.

Mobile Clinic 573-2786

Medicina COACH: Exámenes de salud para adultos sin cita previa, vacunaciones, planificación familiar y atención médica urgente para pacientes sin seguro, con seguro insuficiente y con Medi-Cal, así como para personas sin hogar y trabajadores agrícolas. Se atiende por orden de llegada. Horario actualizado aquí: <https://www.smchealth.org/general-information/mobile-clinic>

Medicina en la Calle, Refugios y Campos: Atención médica primaria para personas sin hogar y trabajadores agrícolas que no pueden acceder a entornos médicos tradicionales.

Partner Services 573-3401

Ayuda a los clientes a notificar a compañeros de sexo o con quienes compartan agujas, de posible exposición al VIH u otra ETS (STD).

Clínica de Infecciones de Transmisión Sexual (STI) . .

573-2385

www.smchealth.org/hivstds

222 W. 39th Ave. (Edison Clinic), San Mateo 94403

Clínica sin cita previa. Se atiende por orden de llegada. Para exámenes y tratamiento de infecciones de transmisión sexual (ITS). Martes (solo pruebas) y jueves (con médico disponible), de 3:45 p. m. a 6:30 p. m.

Testing on Demand 619-9125

Van móvil para pruebas, visita a clientes para pruebas rápidas de STD y ETS e intercambio de agujas.

San Mateo Medical Center

www.smchealth.org/smmc 573-2222

222 W. 39th Avenue, San Mateo 94403

New Patient Connection Center 372-3200

Servicios Psiquiátricos de Emergencia 573-2662

Coastside Clinic 573-3941

www.smchealth.org/location/coastside-clinic

225 S. Cabrillo Hwy., #100-A, Half Moon Bay 94019

Lunes-viernes: 8 am–5 pm, jueves: 8 am–8 pm, viernes: 8 am–5 pm, sábado: 8 am–4 pm. Citas disponibles en la ubicación de Puente el jueves 5–8 pm. Atención primaria integral para adultos y niños; servicios dentales.

Daly City Health Center 301-8600

www.smchealth.org/location/daly-city-health-center

380 - 90th St., Daly City 94015

Lunes a viernes: 8 am a 5 pm. Horario pediátricas extendidas los lunes: 5–9 pm. Atención primaria integral de adultos y pediatría, servicios dentales.

Daly City Youth Health Center 877-5700

www.smchealth.org/location/daly-city-youth-health-center

daly-city-youth-health-center

350 90th St., 3rd Floor, Daly City 94015

Lunes–viernes: 9 am–5:30 pm. Proporciona una gama de salud. Servicios de salud para adolescentes y adultos jóvenes (edades 12-25).

Fair Oaks Health Center 578-7141

www.smchealth.org/location/fair-oaks-health-center

2710 Middlefield Rd., Redwood City 94063

Lunes–viernes: 8 am–5 pm. Atención primaria integral para adultos y niños; servicios dentales.

Clinica de atención para adultos 573-3702

www.smchealth.org/location/innovative-care-clinic

Lunes a viernes: 8 am–5 pm, sábado: 8 am–12 pm.

Atención primaria integral de adultos.

Medical Specialty Clinic 573-3982

www.smchealth.org/location/surgical-specialty-clinic

222 W. 39th Avenue, San Mateo 94403

Lunes–viernes: 8 am–4:30 pm. Las horas pueden variar dependiendo en especialidad. Todos los pacientes deben tener una referencia de Su médico de atención primaria.

OB/GYN Clinic 573-3702

www.smchealth.org/location/obgyn-clinic

222 W. 39th Avenue, San Mateo 94403

Lunes–viernes: 8 am–5 pm. Miércoles y jueves por la tarde: 5–8 pm

Pediatric Clinic 573-3702

www.smchealth.org/location/pediatric-clinic

222 W. 39th Avenue, San Mateo 94403

Lunes y viernes: 8 am–5 pm, martes a jueves: 8 am–8 pm, sábados: 8 am–1 pm. Atención primaria pediátrica integral.

Centro de Cuidados Para Mayores 573-2426

www.smchealth.org/location/senior-care-center

222 W. 39th Ave., San Mateo 94403

Lunes–viernes: 8 am–5 pm. Servicios integrales de salud para mayores de 60 años.

Sequoia Teen Wellness Center 366-2927

www.smchealth.org/location/sequoia-teen-wellness-center

200 James Ave., Redwood City 94063

Lunes–viernes: 8:30 am–4:30 pm. Servicios de atención primaria integral para adolescentes y jóvenes (edades 12-25).

South San Francisco Clinic 877-7070

www.smchealth.org/location/south-san-francisco-clinic

306 Spruce Ave., South San Francisco 94080

Adultos: Lunes a viernes de 8 am–5 p.m. Horas de Pediatría extendidas: lunes y miércoles de 5–8 pm. Atención primaria integral para adultos y niños.

Surgical Specialty Clinic 573-3982

www.smchealth.org/location/surgical-specialty-clinic

222 W. 39th Avenue, San Mateo 94403

Lunes–viernes: 8 am–4:30 pm. Las horas pueden variar dependiendo en especialidad. Todos los pacientes deben tener una referencia de su médico de atención primaria.

Sonrisas Community Dental Clinic 726-2144

www.sonrisasdental.org

210 San Mateo Rd., #104, Half Moon Bay 94019

Brinda atención dental asequible para residentes de bajos ingresos de Coastsides que no tienen seguro o tienen Medi-Cal.

UCSF School of Dentistry 415-476-5814

www.dentistry.ucsf.edu

707 Parnassus Ave., San Francisco 94143

Brinda atención y servicios dentales integrales.

University of the Pacific Dental Clinic

www.dental.pacific.edu 415-929-6501

2155 Webster St., San Francisco 94115

Atención odontológica integral realizada por estudiantes de odontología, bajo supervisión.

EDUCACIÓN SOBRE LA SALUD

AIDS Community Research Consortium (ACRC)

www.acrc.org 364-6563

2684 Middlefield Rd., Suite E, Redwood City 94063

Proporciona programas educativos a los que viven con VIH o Hepatitis C y alimentos semanales para quienes tienen HIV. Ofrece también programa de intercambio de agujas.

Alcohol and Other Drugs Prevention Program . . . 802-6400

310 Harbor Blvd., Building E, Belmont 94002

Educación comunitaria sobre los efectos que producen el alcohol y otras drogas, en especial, en la juventud.

Institute for Health and Healing 415-600-3503

www.cpmc.org/services/ihh/

2300 California Street, #3, San Francisco 94115

Recurso educativo de salud para consumidores.

Investigue usted mismo sus condiciones de salud o tenga alguien que lo haga por una pequeña cuota. Sólo con cita.

Stanford Hospital Health Library 800-295-5177

healthlibrary.stanford.edu 725-8400

Hoover Pavilion, 211 Quarry Rd., Suite 201, Palo Alto 94304

Mantiene la información actual sobre los problemas de salud que van desde programas de ejercicios individuales a condiciones médicas complejas.

Tobacco Prevention Program. 573-3777

TobaccoEducationCoalition@gmail.com

310 Harbor Blvd, Building E, Belmont 94002

Defiende una política de prevención y educa para evitar el uso del tabaco con el fin de proteger a la comunidad de los daños que este genera y, de esta manera, promover un desarrollo del condado de San Mateo libre de tabaco.

HOSPITALES Y CENTROS MÉDICOS

Muchos hospitales dan clases, grupos de apoyo, servicios de bienestar, cuidado de hospicio, bibliotecas de recursos y una variedad de otros servicios. Algunos pueden estar disponibles sólo para miembros de grupos médicos en particular.

Kaiser Permanente Medical Center

www.kp.org

1200 El Camino Real 742-2000

395 Hickey Blvd 301-5860

Daly City 94016(TTY) 711

South San Francisco 94080(TTY) 771

1000 Franklin Pkwy. 358-7000

San Mateo 94403(TTY) 711

1150 Veterans Blvd 299-2000

Redwood City 94063(TTY) 299-2207

Mills-Peninsula Health Services

www.mills-peninsula.org

Mills Health Center 696-5400

100 S. San Mateo Dr., San Mateo 94401

Una instalación para pacientes ambulatorios.

Mills-Peninsula Medical Center 696-5400

1501 Trousdale Dr., Burlingame 94010

Una instalación para cuidados graves.

San Mateo Medical Center 573-2222

www.smchealth.org/smmc(TTY) 573-3753

222 W. 39th Ave., San Mateo 94403

Sequoia Hospital 369-5811

www.sequoiahospital.org

170 Alameda de las Pulgas, Redwood City 94062

Seton Medical Center 992-4000
www.ahmchealth.com/smc/ (TTY) 997-7949
1900 Sullivan Ave., Daly City 94015

Seton Medical Center Coastside 563-7100
www.ahmchealth.com/smc/ (TTY) 728-7081
600 Marine Blvd., Moss Beach 94038

Stanford University Medical Center

<https://stanfordhealthcare.org/>

Lucile Packard Children's Hospital at Stanford

. 497-8000
www.lpch.org (TTY) 326-4976
725 Welch Rd., Palo Alto 94304

Stanford Hospital and Clinics

300 Pasteur Dr., Stanford 94305 723-4000
. (TTY) 725-5888

UCSF Medical Center. 415-476-1000
www.ucsfhealth.org
505 Parnassus Ave., San Francisco 94143

Veterans Affairs Palo Alto Health Care System

www.paloalto.va.gov 493-5000
3801 Miranda Ave., Palo Alto 94304

Veterans Affairs San Francisco Health Care System

www.sanfrancisco.va.gov/cboc/sanbruno.asp
San Bruno Outpatient Clinic 615-6000
1001 Sneath Ln., #300, San Bruno 94066

SERVICIOS DE ENFERMERÍA Y HOSPICIO

Mission Hospice and Home Care

www.missionhospice.org 554-1000
1670 S. Amphlett Blvd., #300, San Mateo 94402
Ofrece también programas de vivienda y de cuidado pa-
liativo. No se niega servicio a nadie por no poder pagar.

Pathways Home Health, Hospice and Private Duty

www.pathwayshealth.org 888-755-7855
. 888-600-2273
585 N. Mary Ave., Sunnyvale 94085

Sutter Care at Home 685-2800

www.suttercareathome.org 685-2830
700 S. Claremont St., #220, San Mateo 94402

SERVICIOS EN REFERENCIA MÉDICA/DENTAL

Mid-Peninsula Dental Health Foundation

www.mpds.org 328-2242
220 Main St., #208-A, Los Altos 94022

San Mateo County Dental Society 637-1121

www.smcdds.com
240-A Twin Dolphin Dr., Redwood City 94065

San Mateo County Medical Association

www.smcma.org 312-1663
777 Mariner's Island Blvd., #100, San Mateo 94404

OTROS SERVICIOS

Bay Area Cancer Connections

info@bayareacancer.org 650-326-6686
1511 S. Claremont St. San Mateo, CA 94402
Brindando apoyo y recursos personalizados y gratuitos a personas afectadas por cáncer de mama o de ovario, incluyendo grupos de apoyo; clases de ejercicio y bienestar; sesiones educativas y materiales informativos; pelucas gratuitas, sujetadores especializados, coberturas para la cabeza, prótesis y más; asistencia financiera; asesoramiento individual; apoyo con seguros y empleo; y kits de confort, todo sin costo.

Bay Area Caregiver Resource Center

Family Caregiver Alliance 800-445-8106
www.caregiver.org 415-434-3388
785 Market St., #750, San Francisco 94103
Ofrece una gama completa de servicios para familias, parejas, amigos y otras personas que cuidan a un adulto con incapacidad cerebral (Alzheimer's Parkinson's ataque cerebral etc.) o a un adulto mayor (60 años o más).

DME4All

Teléfono: 408-733-9033

Correo electrónico: help@dme4all.org

www.charliesupply.org/chs/home

El acceso a equipos médicos duraderos (DME) en todas las comunidades es un obstáculo debilitante para las personas y sus familias. En DME4All, nuestro objetivo es proporcionar a todas las poblaciones equipos de salud para el hogar de calidad y eliminar el desperdicio innecesario de DME en los vertederos.

Ombudsman of San Mateo County 780-5707

www.ossmc.org

711 Nevada St., Redwood City 94061

Aboga en nombre de residentes en instalaciones de cuidados a largo plazo.

San Mateo County Coroner 312-5562

http://coroner.smcgov.org/

50 Tower Rd., San Mateo 94402

Investiga ciertos tipos de muertes. Acepta y considera peticiones para incinerar a personas sin recursos.

SEGUROS DE SALUD

HSA Service Center 800-223-8383

smcgov.org/hsa/health-coverage

Ofrece un número de teléfono gratuito para reportar cambios de Medi-Cal, hacer preguntas acerca de la cobertura de salud y otros servicios.

Access for Infants and Mothers (AIM) Program

. 800-433-2611

https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/eligibility/MCAP/Pages/Medi-CalAccessProgram.aspx

Cobertura de salud de bajo costo para mujeres de ingresos medianos y sus recién nacidos.

Health Plan of San Mateo 616-0050

www.hpsm.org

801 Gateway Blvd., #100, South San Francisco 94080

Un programa de atención médica administrada localmente para los beneficiarios de Medi-Cal y Medicare.

San Mateo County Health Coverage Unit 616-2002

www.smchealth.org/health-insurance

Asistencia solicitud de inscripción con los programas de cobertura de salud pública, tales como Medi-Cal , California cubierto, Acceso y Atención a todo el mundo (ACE).

Los residentes también pueden solicitar directamente en línea para Medi-Cal y cubierto de California. Por favor, visite www.coveredca.com

HICAP of San Mateo County –

The Medicare Counseling Program 627-9350

www.hicapsanmateocounty.org

1710 S. Amphlett Blvd., #100, San Mateo 94402

El programa provee asesoramiento gratuito de Medicare a los beneficiarios y/o sus representantes con respecto a sus beneficios y cobertura complementaria, como los planes de Medicare Advantage, pólizas de Medigap, los planes de medicamento recetados, y Medi-Cal.

Medicare 800-MEDICARE

www.medicare.gov (800-633-4227)

Un programa de seguro federal de salud para personas mayores y algunos incapacitados.

Ver Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias

SERVICIOS A PERSONAS SIN HOGAR

Las Agencias de Servicios Básicos en las páginas 2 y 3 pueden dar o ayudar a encontrar comida de emergencia, ropa, refugio, ayuda con la renta, pases de autobús y referencias para otras necesidades. Otros recursos están listados adelante. (* Las agencias contratadas con el Centro SMC para Personas sin Hogar están marcadas con un asterisco).

ASISTENCIA DE EMERGENCIA

St. Vincent de Paul Society

Centro de asistencia para personas sin hogar . . 343-9251

Los Servicios de emergencia 343-4403

www.svdpsm.org

Redwood City Center 780-7500

2600 Middlefield Rd., Redwood City 94063

Ayuda sin cita lunes a viernes, 1–2 pm.

San Mateo Center 343-9251

50 N. B St., San Mateo 94401

Ayuda sin cita lunes a viernes, 10 am–12 pm.

South San Francisco Center 589-9039

421 4th Lane, South San Francisco 94080

Asistencia sin cita previa de lunes a sábado, de 10 a.m-12 mediodía; Alimento sólo el sábado. Entrada por la parte trasera del edificio.

REFUGIOS DE EMERGENCIA

Refugios de Emergencia* Llame al 211
Las personas que llaman pueden llamar al 211 para acceder a otros refugios de emergencia.

PARA ADULTOS CON NIÑOS

Llamar a la Agencia de Servicios Básicos más cercana en la lista de las páginas 2 y 3 para referencias. Si después del horario normal, llamar al 211.

LifeMoves* www.lifemoves.org

- First Step for Families, San Mateo**
- Family Crossroads, Daly City**
- Haven Family House, Menlo Park**
- San Mateo County Navigation Center**
- Redwood Family House, Redwood City**

PARA ADULTOS SIN NIÑOS

Llamar a la Agencia de Servicios Básicos más cercana en la lista de las páginas 2 y 3 para referencias.

Catholic Worker Hospitality House

San Bruno House San Bruno

LifeMoves* www.lifemoves.org

San Mateo County Navigation Center. Redwood City

Project WeHOPE Shelter in East Palo Alto

<https://wehope.org/>
East Palo Alto 94303

Project WeHOPE Coast House Shelter

Half Moon Bay WeHOPE Headquarters 330-8000

Safe Harbor Shelter* South San Francisco

Samaritan House. www.samaritanhousesanmateo.org

PARA VÍCTIMAS DE VIOLENCIA EN EL HOGAR

Community Overcoming Relationship Abuse*

(CORA). 800-300-1080

(Inglés/Español) www.corasupport.org

PARA ADULTOS INCAPACITADOS MENTALMENTE

Spring Street Shelter 257-8822

www.mhasmc.org/housing

2686 Spring St., Redwood City 94063

Vivienda de emergencia y de corta duración para clientes incapacitados mentalmente.

PARA JÓVENES QUE HUYEN DE SU CASA O SIN HOGAR

New Creation Home Ministries 321-3109

www.newcreationhome.org

422 Hibiscus Ct., East Palo Alto 94303

Brinda refugio y servicios de apoyo a jóvenes embarazadas de 13 a 22 años, sin hogar o que son madres.

VIVIENDA TRANSITORIA

PARA ADULTOS

Service League of San Mateo County, Hope House (Liga de Servicio del Condado de San Mateo, Casa de la Esperanza)

. 363-8769 or 363-8735

727 Middlefield Road, Redwood City 94063

Vivienda transitoria (limpia y sobria) para hombres y

mujeres. Adultos de 18 años de edad y mayores sin hijos.

PARA ADOLESCENTES

Catholic Worker House 366-4415
545 Cassia St., Redwood City 94063
Para edades de 17–20 años. Corto plazo (de una semana a seis meses).

PARA VETERANOS

Homeless Veterans Rehabilitation Program
795 Willow Rd., Bldg. 347-B 800-848-7254
Menlo Park 94025 617-2751
Programa residencial co-ed para dar a veteranos sin hogar la capacitación necesaria para vivir auto suficientes.

Nation's Finest* (anteriormente VRC-Next Step)
. 566-0240
795 Willow Road, Building #334, Menlo Park, CA. 94025
Nation's Finest ayuda a los veteranos con el desarrollo del empleo a través de una subvención de HUD y poner fin a la falta de vivienda a través de Supportive Services for Veteran Family's Grant.

OTROS SERVICIOS

Mateo Lodge, Inc. Mobile Support Team 368-3178
Localiza enfermos mentales sin hogar y ayuda con referencias para comida, vivienda, ropa y servicios de salud mental. En el hogar ofrece mediación cuando un familiar está en peligro de quedarse sin hogar.

Bridges to Wellness Program 650-573-4799
Ayuda a las personas cualificadas remitidas por el Plan de Salud de San Mateo para una mejor gestión de la atención a acceder y utilizar los servicios sanitarios y sociales necesarios para mejorar los resultados de salud y la calidad de vida.

Ver también Programas de Comida

Ver también Viviendas

VIVIENDAS

Muchas ciudades tienen programas de viviendas de bajo costo. Para información llamar a su departamento local de viviendas.

DISCRIMINACIÓN

Las leyes del estado protegen por discriminación en la vivienda por raza, religión, país de origen o ancestral, sexo, estado civil, incapacidad física o por venganza.

California State Department of Fair Employment and Housing 800-884-1684
www.dfeh.ca.gov (TTY) 800-700-2320
Investiga, es mediador y pelea quejas de discriminación en la vivienda.

Project Sentinel 321-6291
www.housing.org
1615 Hudson Street, Suite A, Redwood City 94061
El Centro de Vivienda Justa ofrece educación comunitaria, asesoramiento sobre quejas, investigación y asistencia legal a las víctimas de discriminación en la vivienda.

U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD) 415-489-6400

www.hud.gov

600 Harrison St., 3rd Fl., San Francisco 94107

Investiga quejas de discriminación en las viviendas sobre ventas o rentas, publicidad, servicios de financiamiento o de corretaje.

**SERVICIOS DE REHABILITACIÓN
BAJO COSTO**

Rebuilding Together Peninsula 366-6597

www.rebuildingtogetherpeninsula.org

841 Kaynyne Street, Redwood City 94063

Renovación de casas y reparación gratis para dueños de bajos ingresos, se hace todo el año.

San Mateo County Department of Housing and Community Development

www.smchousing.org 802-5050

264 Harbor Blvd., Bldg. A, Belmont 94002

Proporciona préstamos con bajos intereses a compradores de casa por primera vez. Daly City, Redwood City, San Mateo y South San Francisco, tienen programas separados para sus residentes. Llame a las oficinas de la ciudad para informes.

AYUDA CON LA RENTA

Housing Industry Foundation 437-2980

www.hifinfo.org

Ofrece alojamiento / renta / depósito / asistencia de utilidad.

Mental Health Association of San Mateo County Housing and Client Assistance Program

www.mhasmc.org (inglés) 363-2834

. (español) 380-3475

2686 Spring St., Redwood City 94063

Brinda servicios para personas diagnosticadas con VIH (y que cumplen con otros requisitos de elegibilidad) que necesitan ayuda para pagar el alquiler, depósitos para vivienda nueva, pagos de servicios públicos y, en algunos casos, copagos médicos limitados.

Para obtener información adicional acerca de la asistencia de alquiler temporal, póngase en contacto con la Agencia de Servicios Básicos más cercano aparece en las páginas 2 y 3. Todos los programas dependen de la disponibilidad de fondos. Los clientes deben cumplir con los requisitos de elegibilidad.

**CONDICIONES DE VIVIENDAS
INSEGURAS, INSALUBRES**

San Mateo County Health – Environmental Health Services

www.smchealth.org 372-6200

2000 Alameda de las Pulgas, #100, San Mateo 94403

Hace inspecciones de rutina y de reclamaciones de propiedades de renta con más de 4 unidades que están ubicados en el condado de San Mateo con la excepción de las ciudades de San Mateo y San Carlos. Propiedades solas están inspeccionado por reclamaciones. Si está

viviendo en la ciudad de San Mateo o la ciudad de San Carlos, comuníquese con su departamento local de ejecución de código. Departamento de ejecución de código en ciudad de San Mateo: 650-522-7150. Departamento de ejecución de código en ciudad de San Carlos: 650-802-4100. También puede presentar reclamaciones en la pagina web.

OTRA INFORMACIÓN SOBRE VIVIENDAS

California Bureau of Real Estate

www.dre.ca.gov 877-373-4542
1515 Clay St., #702, Oakland 94612

Contesta preguntas e investiga quejas de cargos acerca de bienes raíces, anticipos de renta pagados a agencias y acuerdos en la subdivisión / condominios. Otorga licencias a agentes y corredores.

HIP Housing (Human Investment Project)

www.hiphousing.org 348-6660
800 S. Claremont St, Suite 210, San Mateo 94402

El Programa de Compartir Hogar conecta a personas que tienen vivienda con individuos que buscan un lugar donde vivir. El Programa de Autosuficiencia brinda vivienda y apoyo de orientación a adultos con hijos y a jóvenes en transición del sistema de crianza temporal que están inscritos en un programa educativo o vocacional.

El Programa de Preparación para la Vivienda ofrece gestión de casos a adultos mayores que buscan vivienda.

El Programa de Desarrollo de Propiedades ofrece más de 500 unidades de vivienda asequible o subsidiada en el Condado de San Mateo.

MidPen Housing Corporation 356-2900

www.midpen-housing.org
303 Vintage Park Dr., #250, Foster City 94404

Administra y desarrolla viviendas de subsidio de bajos ingresos.

San Mateo County Department of Housing

Housing Authority 802-3300

www.smchousing.org
264 Harbor Blvd., Bldg. A, Belmont 94002

Ofrece varios programas de subsidios de vivienda pública y de asistencia con la renta.

Para refugio de emergencia y vivienda de transición ver Servicios a Personas sin Hogar

Ver también Servicios Legales y de Mediación

SERVICIOS DE INMIGRACIÓN

Catholic Charities CYO

<https://catholiccharitiessf.org/> 295-2160, ext. 185
36 37th Ave., 2nd Floor, San Mateo 94403

Catholic Charities CYO ofrece servicios legales de inmigración en San Mateo. Todos los servicios se proporcionan sólo con cita, excepto en los talleres semanales abiertos.

Coastside Hope 726-9071

www.coastsidehope.org
99 Avenue Alhambra, El Granada 94018

Servicios de inmigración y ciudadanía incluyendo clases gratis de ciudadanía.

Immigration Institute of the Bay Area

www.iibayarea.org 780-7530
2600 Middlefield Rd., Redwood City 94063
Proporciona servicios legales para inmigración y ciudadanía, incluyendo consultas, ayuda con la solicitud y clases de preparación de ciudadanía.

HELPLINK 211

United Way of the Bay Area Immigrant Assistance Line
Inglés 415-808-4357
Chino 415-808-7339
Español 415-808-4444
Brinda información de inmigración y referencias.

U.S. Department of Homeland Security

U.S. Citizenship and Immigration

Services (USCIS) 800-375-5283
www.uscis.gov (TTY) 800-767-1833
444 Washington St., San Francisco 94111
Emite visas, pasaportes y documentos relacionados.

Ver también Servicios Legales y de Mediación

SERVICIOS DE LGBTQIA+

DEFENSA DE LA COMUNIDAD

CoastPride Center 479-1902

www.coastpride.org
contact@coastpride.org
711 Main St., Half Moon Bay 94019
CoastPride es una organización creada por nuestra comunidad local del condado de San Mateo que busca concientizar sobre las personas y familias que pertenecen al grupo de Lesbianas, Gais, Bisexuales, Trans y Queer (LGBTQ). También pretende mejorar el apoyo que reciben y su visibilidad.

LGBTQIA+ Commission of San Mateo County. . . 363-4467

lgbtq.smcgov.org
Proporciona recursos en el internet, defensa política, y eventos educativos.

San Mateo County Pride Initiative

Pride@smcgov.org . . . www.smchealth.org/bhrs/ode/pride
Tiene reuniones cada mes para proveedores de servicios sociales, miembros de comunidad, y accionistas que tiene un interés para dirigir LGBTQ problemas.

San Mateo County Pride Center 591-0133

www.sanmateopride.org
info@sanmateopride.org
El primer y único centro comunitario LGBTQ + en el Condado de San Mateo. Proporciona servicios de salud mental y recuperación que incluyen: terapia; gestión de casos; asistencia para encontrar vivienda y empleo; conexiones a recursos y otros proveedores de servicios; grupos sociales y de apoyo liderados por pares; Educación y entrenamiento; así como eventos sociales y culturales para la comunidad LGBTQ +. Servicios

disponibles virtualmente de lunes a viernes de 10 a.m. a 7 p.m.

LINEA DE CRISIS

LGBT National Help Center 888-843-4564
www.lgbthotline.org Apoyo por pares y recursos locales.

Sage LGBT Elder Hotline 888-234-SAGE
Sage@GLBThotline.org
Terapia por pares, información y recursos locales, lunes - viernes 1-9 PM, sábado 9 am-2 pm

Trans Lifeline 877-565-8860
Línea de crisis y prevención de suicidio para personas transgénero sufriendo una crisis.

Trevor Project 24/7 Suicide Prevention Lifeline. 866-488-7386
Línea de prevención de suicidio para los jóvenes LGBTQ. Thetrevorproject.org provee mensajería instantánea en línea con un consejero.

ATENCIÓN MÉDICA

Planned Parenthood 235-7940
San Mateo Health Center (Mar Monte)
29 Baywood Avenue, San Mateo 94403
Atención médica primaria, pruebas y tratamiento de STD, pruebas de HIV, detección del cáncer de seno, cuello de útero y otros servicios de salud reproductiva en general.

Transgender Adult Health Clinic 573-2740
San Mateo Medical Center, Edison Clinic
222 West 37th Ave., San Mateo 94403
Cada mes el cuarto viernes en la tarde.

Stanford Children's Health Transgender Care Clinic for Trans Youth 721-1811
Atención médica para jóvenes que no identifican a un sexo y adolescentes que tiene 4 hasta 19 años de edad.

GRUPOS DE APOYO

Adolescent Counseling Services (Servicios Terapias para Adolescentes). 424-0852 x107
www.acs-teens.org
643 Bair Island Rd., Suite 301, Redwood City 94063
Proporciona terapia, grupos de apoyo por pares, y eventos sociales para adolescentes de edad 10-25 quien son LGBTQ, también provee presentaciones educativos y consultas en problemas de jóvenes LGBTQIA+.

Gelaam (Gente Latino de Ambiente) 762-5428
Proporciona un ambiente acogedor para latinos que son LGBTQ, y sus familias y amigos.

LGBT Veterans Support Group 493-5000 x28844
www.paloalto.va.gov/services/lgbt.asp
División de Menlo Park, Administración a veteranos.
Sistema de Atención Médico de Palo Alto: jueves 5-6:30 pm

LGBTQ Senior Peer Counseling Program (Programa de Terapia por pares para gente Mayor que son LGBTQ)
www.peninsulafamilyservice.org 403-4300
Peninsula Family Service

24 2nd Avenue, San Mateo 94401

Proporciona visitas cada semana a gente mayor que son LGBTQ para dirigir cambios de vida.

PFLAG (San Jose/Peninsula Chapter) 408-270-8182
www.pflagsanjose.org

Ambiente de apoyo para padres, familias, amigos, y aliados heterosexuales a personas que son lesbianas, homosexuales, bisexual, transgender, y inquisitivo.

Rape Trauma Services (RTS) 652-0598
www.rapetraumaservices.org

Para sobrevivientes de asalto sexual y sus familias.
Disponible en inglés y español. De lunes a viernes 9 am–5 pm

SERVICIOS LEGALES Y DE MEDIACIÓN

SAN MATEO COUNTY SUPERIOR COURT

www.sanmateocourt.org

www.sanmateo.courts.ca.gov

Ayuda a completar formas legales, con informes sobre obligaciones de jurado, del sistema de pago de tráfico en línea e información general sobre la corte.

Appropriate Dispute Resolution (ADR)

Ver Servicios de Mediación en la página 37

Servicios del Tribunal Familiar

400 County Center, 6th Floor, Redwood City 94063
Proporciona servicios limitados de mediación y de evaluación a los padres o a otras partes apropiadas en disputas sobre la custodia de un niño y/o derechos para ver a un niño y que tienen una acción pendiente en la Corte Familiar. Proporciona información y referencia sobre custodia infantil y asuntos de visitación, planes de los padres y asuntos relacionados.

Family Law Facilitators

400 County Center, 2nd Floor 261-5010
Redwood City 94063

1050 Mission Rd. 261-5010

So. San Francisco 94080. martes 8:30 am–12 mediodía.

Asiste a quienes no tienen abogado en asuntos tales como manutención infantil y conyugal, custodia y visitas, paternidad, divorcio y separación legal.

Ver Servicios de Manutención de Niños en la pagina 8

SERVICIOS RELACIONADOS CON LA LEY

San Mateo County Law Library 363-4913
www.smclawlibrary.org

710 Hamilton St., Redwood City 94063

Da acceso a materiales legales a todos los interesados en la ley.

San Mateo County Probation Department

Pre-Trial Services 363-4181

303 Bradford St., 2nd Floor, Redwood City 94063

Entrevista acusados detenidos para determinar si califican para salir de la cárcel sin fianza pendientes de su audiencia en la corte.

Victim Services 599-7479
400 County Center, DA's Office, 3rd Floor, Redwood City
94063
1050 Mission Rd., DA's Office, South San Francisco
94080
Proporciona asistencia general de emergencia y continua
a víctimas de crímenes violentos.

ASISTENCIA LEGAL

Bay Area Legal Aid 358-0745
www.baylegal.org
1048 El Camino Real, Suite, A, Redwood City 94063
Proporciona asistencia legal gratis a sobrevivientes de
bajos ingresos, en casos de violencia en el hogar, de
divorcios, custodia infantil, órdenes de restricción y asun-
tos de inmigración.

Domestic Violence Restraining Order Clinic . 358-0745
Da asistencia gratis a litigantes que se auto represen-
tan para pedir órdenes de restricción.

Legal Advice Line 800-551-5554
. 472-2666
Consejo legal gratis por teléfono y consejos a indi-
viduos de bajos ingresos en áreas de prioridad de
vivienda, ley familiar, violencia en el hogar, beneficios
públicos y acceso a la salud.

Community Legal Services in East Palo Alto
www.clsepa.org 326-6440
1765 E. Bayshore Road, East Palo Alto 94303
1861 Bay Road, East Palo Alto 94303
Asistencia legal en temas de derechos de inquilinos,
servicios de inmigración y abusos en préstamos.

**Community Overcoming Relationship
Abuse (CORA)** Hotline 800-300-1080
Línea de información legal para sobrevivientes de violen-
cia en el hogar 259-1855

Justice At Last 918-0719
www.justiceatlast.org info@justiceatlast.org
Proporciona representación legal gratuita y gestión de
casos exclusivamente a las personas víctimas de la trata,
incluidas las sobrevivientes de agresión sexual y violencia
doméstica.

La Raza Centro Legal 415-575-3500
www.lrcl.org (TTY) 711
474 Valencia St., #295, San Francisco 94103
Proporciona servicios bilingües en áreas de la ley de
inmigración y vivienda justa, derechos de trabajadores y
ley de personas mayores.

Legal Aid Society of San Mateo County 558-0915
www.legalaidsmc.org 800-381-8898
330 Twin Dolphin Dr., #123, Redwood City 94065
Asesoramiento jurídico y asesor en materia civil para indi-
viduos, familias y grupos cuyos ingresos están por debajo
de un nivel establecido.

San Mateo County Bar Association
www.smcba.org

Lawyer Referral Service 369-4149 x3
333 Bradford St., #200, Redwood City 94063
Se refiere a las personas que llaman abogados locales, se ocupa de la escritura de testamentos simples para la tercera edad de bajos ingresos.

Private Defender Program 298-4000
333 Bradford St., #200, Redwood City 94063
Organiza la representación legal de los indigentes acusados en casos penales, los menores sometidos a procedimientos en el tribunal de menores y personas sujetas a procedimientos de compromiso mental.

San Mateo County Health

Public Administrator 573-3475
www.smchealth.org/PublicAdministrator
225 - 37th Ave., San Mateo 94403
Investiga y administra el patrimonio de personas que fallecen sin testamento.

Ver también Empleo y Entrenamiento

Ver también Viviendas

Ver también Servicios de Inmigración

SERVICIOS DE MEDIACIÓN

Appropriate (Alternative) Dispute Resolution

(ADR) 261-5075 or 261-5076
www.sanmateo.courts.ca.gov/adr
Como alternativa a litigación tradicional en la corte, proporciona soluciones apropiadas en disputas (ADR), opciones, (arbitraje, mediación y evaluación neutral) para ayudar a las partes a resolver sus disputas.
Family Law ADR 261-5076
General Civil ADR 261-5075, 261-5076
Judicial Arbitration 261-5076
Juvenile Mediation Program 261-5076

Peninsula Conflict Resolution Center (PCRC) . . . 513-0330
www.pcrweb.org
1660 S. Amphlett Blvd., #219, San Mateo 94402
Ofrece servicios de mediación para el propietario / inquilino y vecino / disputas vecinos y capacitación para las organizaciones comunitarias.

LIBERTAD CONDICIONAL Y CÁRCELES

San Mateo County Probation Department

www.smcgov.org/probation
Adult Probation 363-4244
400 County Center, 5th Fl., Redwood City 94063
Juvenile Services 312-8816
222 Paul Scannell Dr., San Mateo 94402
Investiga conducta delincuente juvenil por orden de la corte y recomienda su dispensa. También hospeda a jóvenes en el Centro de Servicio Juvenil.

Sheriff's Office 363-4911
www.smcsheriff.com
Oficina del Sheriff... (no emergencia) 363-4911
www.smcsheriff.com
División de Correcciones 599-3000
Centro Correccional Maguire

300 Bradford Street, Redwood City, CA 94063
Centro Correccional Maple Street
1300 Maple Street, Redwood City, CA 94063
Women's Jail 363-4310

FISCAL DE DISTRITO DEL CONDADO DE SAN MATEO

District Attorney 363-4636

www.smcgov.org/da
400 County Center, 3rd Fl., Redwood City 94063
Responsable de la persecución penal en los Tribunales
Superiores y Municipales.

Consumer and Environmental Protection Unit . . 363-4651

Impone leyes que prohíben publicidad falsa, compe-
tencia injusta y otros fraudes al consumidor. Somete
acciones por violaciones a las leyes de protección del
ambiente.

SERVICIOS BIBLIOTECARIOS

Todas las bibliotecas públicas y colegios de la comunidad en el Condado de San Mateo son una parte del sistema de biblioteca de la península. Tarjetas de la biblioteca son disponibles gratis para todos las personas el y pueden utilizarse en todas las localidades. Titulares de la tarjeta de biblioteca pueden sacar libros, películas y música, y se puede pedir materiales para recoger en cualquier biblioteca a continuación. Colecciones incluyen libros electrónicos y eMagazines; streaming de videos y música; ayuda con la tarea de escuela; y bases de datos sobre temas que van desde el aprendizaje de reparación de automóviles. Wi-Fi y computadoras están disponibles para uso público en todas las bibliotecas, que permite el acceso libre a internet.

Las bibliotecas públicas ofrecen una amplia variedad de recursos gratuitos y eventos, tales como las actividades para las familias, incluyendo cuentos, para padres, clases, etc.; programas después de escuela para niños y adolescentes, incluyendo ayuda con la tarea, artes prácticos, STEM work-shops, etc.; clases de computación; tutoría de alfabetización para adultos; eventos culturales; entrega de materiales de la biblioteca a la página de inicio-límite; Abogados en las consultas de la biblioteca; aperitivos y comidas para niños y adultos; y mucho, mucho más.

Peninsula Library System www.plsinfo.org

BIBLIOTECAS DE LA CIUDAD:

Burlingame

Main, 480 Primrose Rd., 94010 558-7400
Easton Branch, 1800 Easton Dr., 94010 340-6180

Daly City

Serramonte Branch, 40 Wembley Dr., 94015 . 991-8023
Bayshore Branch, 460 Martin St., 94014 . . . 991-8074
John D. Daly Branch, 134 Hillside Blvd., 94014
991-8073
Westlake Branch, 275 Southgate Ave., 94015 . 991-8071

Menlo Park

Main, 800 Alma St., 94025 330-2500

Belle Haven Branch, 413 Ivy Dr., 94025 330-2540

Redwood City

Main, 1044 Middlefield Rd., 94063 780-7018

Fair Oaks, 2510 Middlefield Rd., 94063 780-7261

Redwood Shores, 399 Marine Pkwy., 94065 . 780-5740

Schaberg Branch, 2140 Euclid Ave., 94061 . . 780-7010

San Bruno

701 Angus Avenue West, 94066 616-7078

San Mateo

Main, 55 W. 3rd Ave., 94402 522-7800

Hillsdale Branch, 205 W. Hillsdale Blvd., 94403 522-7880

Marina Branch, 1530 Susan Ct., 94403 522-7890

South San Francisco

Main, 901 Civic Campus Way,

South San Francisco, 94080 829-3860

Community Learning Center,

520 Tamarack Lane, 94080 877-8540

Grand Avenue, 306 Walnut Ave., 94080 877-8530

*BIBLIOTECAS DEL DISTRITO DE LA
UNIVERSIDAD COMUNITARIA:*

Cañada College

4200 Farm Hill Blvd., Redwood City 94061 . . 306-3267

College of San Mateo

1700 W. Hillsdale Blvd., Bldg. 9, San Mateo 94402

. 574-6100

Skyline College

3300 College Dr., San Bruno 94066 738-4311

BIBLIOTECAS DEL CONDADO:

San Mateo County Library Administration . . www.smcl.org/

125 Lessingia Ct., San Mateo 94402. 312-5258

Atherton

2 Dinkelspiel Station Lane, 94027. 328-2422

Belmont

1110 Alameda de las Pulgas, 94002. 591-8286

Bookmobile

Administration, San Mateo, 94402 207-4426

Brisbane

250 Visitacion Ave., 94005 415-467-2060

East Palo Alto

2415 University Ave., 94303 321-7712

Foster City

1000 E. Hillsdale Blvd., 94404. 574-4842

Half Moon Bay

225 S. Cabrillo Hwy, Suite 104B, 94019 . . 726-2316 x4

Millbrae

1 Library Ave., 94030 697-7607

Pacifica

Sanchez Branch, 1111 Terra Nova Bl., 94044 359-3397

Sharp Park Branch, 104 Hilton Way, 94044. . 355-5196

Portola Valley

765 Portola Rd., 94028 851-0560

San Carlos

610 Elm St., 94070 591-0341

Woodside

3140 Woodside Rd., 94062 851-0147

Para Bibliotecas de Salud ver Salud

Para Bibliotecas Legales ver Servicios Legales y de Mediación

SALUD MENTAL / CONSEJOS

Adolescent Counseling Services 424-0852 x104

Adolescent Substance Abuse Treatment Program

www.acs-teens.org

643 Bair Island Rd., Suite 301, Redwood City 94063

Programa para tratamiento abuso de sustancias para adolescentes. Proporciona terapia, información y referencias para los jóvenes y familias.

Anger Management and Domestic Abuse Therapy

Center 375-0449

www.angercure.org

430 Peninsula Ave., #7, San Mateo 94401

151 87th St., #11, Daly City 94015

Ofrece consejos ordenados por la corte y programas de consejos de auto referencia incluye consejos sobre violencia en el hogar, control de la ira y paternidad y educación sobre abuso infantil en Inglés y en Español.

Ayudando Latinos A Soñar (ALAS). 560-8947

www.alasdreams.com

636 Purissima Street, Half Moon Bay 94019

Nuestros programas incluyen lo siguiente: servicios de salud mental que se centran en la cultura; gestión integral de casos; inmigración e iniciativas que defienden la educación y la justicia social. La organización ALAS se compromete a trabajar con y para los siguientes grupos: niños, jóvenes, familias, agricultores, personas que buscan asilo, personas mayores y la comunidad general de Coastside.

Behavioral Health and Recovery Services - Access Call

Center 800-686-0101

www.smchealth.org/bhrs

1950 Alameda de las Pulgas, San Mateo 94403

Provee información, evaluaciones, referencias y tratamiento para servicios de salud mental y uso de sustancias. Clínicas del condado están ubicadas en Daly City, San Mateo, Redwood City, East Palo Alto, y Half Moon Bay:

North County Adult 301-8650

375 - 89th St., Daly City 94015

North County Youth 301-8650

350 - 90th St., 2nd Flr, Daly City 94015

Central County Youth & Adult 573-3571

1950 Alameda de las Pulgas, San Mateo 94403

Shasta Youth & Transition Age Youth 599-1033

727 Shasta St., Redwood City 94063

South County Adult 363-4111

802 Brewster Ave., Redwood City 94063

East Palo Alto Community Counseling Center (Youth & Adult). 363-4030
2415 University Ave., #301, East Palo Alto 94303

Coastside Youth & Adult. 726-6369
225 So. Cabrillo Hwy, #200A, Half Moon Bay 94019

Behavioral Health and Recovery Services– Consumer and Family Affairs 800-388-5189

www.smchealth.org/support-clients-family
Provee asistencia a clientes y sus familiares para navegar los servicios de BHRS y resolución de problemas por servicios recibidos.

BHRS' Office of Diversity & Equity

ODE@smcgov.org www.smchealth.org/ODE
Valora y amplifica las voces de los miembros de la comunidad que reciben una atención pobre o inadecuada, o que no reciben atención alguna en cuanto a las conversaciones sobre el bienestar, la recuperación o la resiliencia. Nos esforzamos para que los residentes del condado de San Mateo reciban servicios de salud conductual culturalmente apropiados y accedan al bienestar mental.

Bridges to Wellness Program 650-573-4799

Proporciona servicios de gestión de casos y rehabilitación a personas calificadas remitidas por las Clínicas Regionales de Salud Mental del Condado.

Aspire Clubhouse (formerly California Clubhouse) 539-3345

www.californiaclubhouse.org
210 Industrial Rd., Suite 102, San Carlos 94070
www.aspireclubhouse.org
info@aspireclubhouse.org
Nuestra organización sin ánimo de lucro ofrece oportunidades voluntarias de empleo, educación, bienestar y socialización para ayudar a mejorar la vida de las personas con problemas de salud mental.

Caminar 578-8691

www.caminar.org
1410 Marshall Street, Redwood City 94063
Un servicio de rehabilitación psicosocial basado en la comunidad para personas con incapacidades psiquiátricas graves y persistentes.

Catholic Charities CYO 295-2160 x185

www.catholiccharitiessf.org
36 - 37th Ave., San Mateo 94403
Ofrece consejos y educación individual, en grupo, familiar y marital a todas las personas sin importar su religión.

Christian Counseling Centers, Inc. 570-7273

www.christiancounseling.net
1510 Fashion Island Blvd., #110, San Mateo 94404
Ofrece psicoterapia individual para niños, jóvenes y adultos así como terapia para parejas y familias, sin importar su religión.

Community Overcoming Relationship Abuse

(CORA). 800-300-1080

www.corasupport.org 652-0800, 312-8515

Daly City Youth Health Center 877-5700

www.dcyouth.org

350 90th St., 3rd Floor, Daly City 94015

Lunes a viernes 9 am–5:30 pm. Proporciona una variedad de servicios de salud para adolescentes y adultos jóvenes (de 12 a 24 años).

Family Assertive Support Team (FAST) 368-3178

FAST Team ofrece servicios en casa como evaluación, consultas, y servicios de apoyo a los adultos (18+ edad) que sufren de problemas severos de salud mental y sus miembros de familia designados.

Family and Children Services 326-6576

www.fcservices.org

375 Cambridge Ave., Palo Alto 94306

Ofrece servicios de asesoramiento y apoyo a las familias y los niños, incluidos los servicios especializados para las poblaciones destinatarias.

Health Equity Initiatives (HEI). www.smchealth.org/HEI

Con las iniciativas de HEI, se trabaja para disminuir el estigma; educar y empoderar a los miembros de la comunidad; fomentar el bienestar y la recuperación; y crear servicios que respondan a las necesidades culturales. Durante estos años, las HEI organizaron eventos y capacitaciones, implementaron intervenciones de políticas culturalmente responsables y crearon formas seguras para que nuestras comunidades marginalizadas se involucren con los servicios de BHRS.

Heart and Soul 232-7426

210 Industrial Road, Suite 205, San Carlos 94070

Ofrece una variedad de clases orientados a la recuperación y el bienestar mental y tiene cinco lugares entre el Condado de San Mateo.

Jewish Family and Children's Services

www.jfcs.org

www.parentsplaceonline.org

200 Channing Ave., Palo Alto 94301 688-3030

Parents' Place 688-3040

Senior Services 688-3000

2001 Winward Way at Mariner's Island Blvd., #200

San Mateo 94404 931-1800

Parents' Place 931-1840

Senior Services 931-1860

Proporciona consejos a adultos, niños, matrimonios y familias y servicios a los ancianos e incapacitados. Parents' Place ofrece educación a padres, consejos y grupos de apoyo. Centro para llegar a jugar para niños de 0 a 5 años y sus padres.

Kara 321-5272

www.kara-grief.org

457 Kingsley Ave., Palo Alto 94301

Ofrece apoyo emocional e información a adultos, jóvenes y niños de luto o enfrentando una enfermedad grave, incluyendo consejo individual con personas semejantes, terapia relacionada con la pena y grupos de apoyo, alcance, educación, consultas y referencias.

Mental Health Association of San Mateo County

www.mhasmc.org 368-3345
2686 Spring St., Redwood City 94063
Provee servicios directos para adultos con enfermedades mentales que incluyen alojamiento, alimentación, programas sociales, la promoción y creación de redes.

Mental Research Institute 321-3055

www.mri.org
555 Middlefield Rd., Palo Alto 94301
Ofrece una variedad de servicios de salud mental para individuos, parejas y familias, incluyendo servicios clínicos a clientes que hablan español.

Mills-Peninsula Health Services

Behavioral Health Services 696-4666

www.mphs.org/behavioralhealth
100 S. San Mateo Dr., San Mateo 94401
Programas para pacientes internos y ambulatorios para jóvenes, adultos y los ancianos.

Morris Center for Adult Survivors

of Child Abuse (ASCA) info@ascasupport.org

www.ascasupport.org
P.O. Box 281535, San Francisco 94128

National Alliance on Mental Illness (NAMI)

www.namisanmateo.org 638-0800
1730 S. Amphlett Blvd, #308, San Mateo 94402
Organización sin fines de lucro que ofrece recursos y apoyo para personas con enfermedades mentales.

One East Palo Alto (OEPA) 980-1809

www.onepa.org
2396 University Ave., East Palo Alto 94303
La Iniciativa de Mejora de Vecindarios de One East Palo Alto (OEPA) ofrece servicios centrados en los jóvenes, como el Programa de Empleo Patrocinado (SEP), que ofrece empleos de verano a tiempo parcial con tutoría y oportunidades de conexión comunitaria para los jóvenes de East Palo Alto personas con mayor riesgo, entre 14 y 24 años.

One Life Counseling Center 394-5155

www.onelifecounselingcenter.com
1033 Laurel Street, San Carlos 94070
Proporciona terapia a los individuales, grupos, y familias que es económico y accesible para todos.

Pathways Grief Support 888-978-1306

www.pathwayshealth.org
bereavement@pathwayshealth.org
Pathways proporciona servicios de duelo para quienes estén pasando por esta situación y reciben atención en Pathways Home Health and Hospice. Pathways también puede proporcionar estos servicios a quienes hayan sufrido una pérdida en los últimos 13 meses.

Peninsula Family Service 403-4300

www.peninsulafamilyservice.org
24 - 2nd Ave., San Mateo 94401
Hay programas de consejo con semejantes disponibles para personas mayores.

Cantones y Mandarín403-4300 x4392
 Inglés403-4300 x4322
 Filipino403-4300 x4363
Comunidad LGBT403-4300 x4322
 Español/La Esperanza Vive403-4300 x4321
 Servicios y consejos para personas mayores disponibles
 en el lugar de residencia del cliente.

Puente de la Costa Sur879-1691
www.mypuente.org
 620 North St., Pescadero 94060
 Proporciona un único punto de entrada para los hom-
 bres, mujeres y niños a tener acceso a la seguridad
 de servicios de red, servicios de salud y de bienestar,
 desarrollo de liderazgo y compromiso con la comunidad
 y la acción.

Rally Family Visitation Services 259-7996

Rape Trauma Services (RTS) 652-0598
www.rapetraumaservices.org
 Provee servicios de consejería de crisis las 24 horas, de
 divulgación y promoción para los sobrevivientes de asalto
 sexual, sus familias y amigos.

Children's Place Program591-9623 x116
 610 Elm St., #212, San Carlos 94070
 Proporciona educación para prevenir el uso de alcohol
 y drogas y servicios de apoyo terapéutico para niños
 de 5 a 13 años.

Healthy Homes579-0361 x12
 Consejos y manejo de casos para niños de 0-6 años
 que presenciaron violencia en el hogar.

Sutter Care at Home

Youth Bereavement Program 685-2806
www.suttercareathome.org
 700 S. Claremont St., #220, San Mateo 94402
 Ofrece apoyo en sufrimiento y educación a niños, joven-
 citos y a quienes los cuidan.

Veterans Affairs Palo Alto Health Care System

www.paloalto.va.gov
Mental Health Clinic 800-455-0057
 3801 Miranda Ave., Palo Alto 94304
Peninsula Vet Center299-0672
 2946 Broadway St., Redwood City 94062

Veterans Affairs San Francisco Health Care System

San Bruno Outpatient Clinic615-6000
www.sanfrancisco.va.gov/cboc/sanbruno.asp
 1001 Sneath Lane, #300, San Bruno 94066
 Servicio salud mental ambulatorio a veteranos.

YMCA of San Francisco

www.ymcasf.org/youth-service-bureaus
 Youth Service Bureaus son el brazo de YMCA de salud
 mental en la comunidad que se especializa en consejos
 para jóvenes y familias, en intervención en crisis, progra-
 mas de prevención para jóvenes en riesgo, y educación
 paternal y apoyo.

- Pacifica Youth Service Bureau** 355-3900
 435 Edgemar Ave., Pacifica 94044
- Youth Service Bureau of San Mateo** 349-7969
 1670 S. Amphlett Blvd., #115, San Mateo 94402
- Youth Service Bureau of South San Francisco**
 276-4101
 1486 Huntington Ave., #100, So. San Francisco 94080

SITIOS WEB ADOLESCENTES Y PREADOLESCENTES

Palo Alto Medical Foundation (PAMF)

www.pamf.org/teen

Proporciona informes sobre temas incluyendo salud en general, drogas y alcohol, y emociones para adolescentes y sus padres.

www.pamf.org/preteen

Proporciona informes de salud de temas de preocupación para pre-adolescentes (9-12 años) y a sus padres.

Ver también Abuso de Alcohol / Tabaco / Drogas

Ver Niños, Adolescentes, Jóvenes, y Familias.

SITIOS DE RECREO

PARQUES Y SITIOS DE RECREO DE LA CIUDAD

La mayoría de las ciudades en el condado tienen un Departamento de Parques y Recreo. Ver la base de datos de CIP o las listas de la ciudad al frente de un directorio para los números de teléfonos.

PARQUES Y PLAYAS DEL CONDADO / ESTADO

www.smcgov.org/parks

www.parks.ca.gov

Estos parques proporcionan instalaciones y actividades desde áreas para días de campo y para jugar, hasta senderos para caminatas, programas sobre la naturaleza y fogatas, campamentos y más. Para información general sobre los parques del condado, llamar al 363-4020; para preguntar sobre eventos especiales o para reservar lugar para días de campo de grupos o campamentos de jóvenes llamar al 363-4021. Para reservaciones en los parques y playas del estado llamar al 800-444-7275.

Ver Niños, Adolescentes, Jóvenes, y Familias.

REDUCIR, REUTILIZAR Y RECICLAR

Departamento de Sustentabilidad del Condado de San Mateo

Línea directa de sostenibilidad 888-442-2666

www.smcsustainability.org

El sitio web incluye información sobre cómo reducir los desechos, reutilizar y reparar artículos, reciclar y compostar. Obtenga artículos sobrantes de bajo costo que ya no necesita del Condado (www.govdeals.com/sanmateocounty gratis para organizaciones sin fines de lucro,

escuelas y agencias públicas)

ReciclarCosas www.recyclestuff.org

SERVICIOS PARA PERSONAS MAYORES

Catholic Charities and Peninsula Health Care District (PHCD) Healthy Aging Pathways 239-2211

www.catholiccharitiessf.org
1875 Trousdale Drive, Burlingame, 94010
Ofrece servicios de gestión de casos a personas mayores que viven en San Mateo, Burlingame, Millbrae, San Bruno, Hillsborough y Foster City.

CarePatrol Placement Services 866-560-5656

www.carepatrol.com
Encontrar residencia asistida, cuidado de memoria, hospedaje y cuidado, vivienda independiente para personas mayores del condado y a través de la Nación.

Healthy Aging Response Team (HART) 991-5558

www.dcpartnership.org/hart
Brinda alcance basado en sus semejantes y facilita servicios de referencia a residentes del Condado del Norte de 50 años o más o con incapacidades.

Information and Referral

Fair Oaks Adult Activity Center 780-7542

Senior Coastsiders 726-9056

Provee servicio bilingüe (Inglés/Español) de alcance y referencia para residentes de 60 años ó más.

Coalición de prevención de caídas del Condado de San Mateo

www.smcfallprevention.org 844-663-2557

Proporciona recursos para adultos mayores, sus cuidadores y proveedores de servicios.

Departamento de Salud del Condado de San Mateo Servicios para Personas Mayores y con

Discapacidades 1-844-868-0938

<https://www.smchealth.org/services-aging-and-disability>
Los Servicios para Personas Mayores y con Discapacidades brindan apoyo esencial a los adultos mayores y a las personas que viven con discapacidades en el Condado de San Mateo, incluyendo los Servicios de Protección para Adultos, Servicios de Apoyo en el Hogar, Guardián Público, y también funcionan como la Agencia Regional para Personas Mayores (Area Agency on Aging).

Red de Atención (Network of Care)

<https://aging.networkofcare.org/sanmateo>
Este recurso integral basado en internet está dirigido a los adultos mayores y a las personas que viven con discapacidades, así como a sus cuidadores, proveedores de servicios y familias. Este sitio web ofrece un extenso directorio de servicios para poner a las personas en contacto con los servicios adecuados en el momento correcto. También proporciona información vital sobre dispositivos de asistencia, cuidado de personas, enfermedades, desafíos cotidianos y apoyo, así como noticias relacionadas con el envejecimiento y las discapacidades.

Senior Mobility Guide

www.samtrans.com/rider-info/seniors

Proporciona informes sobre una amplia gama de programas de transporte y servicios para personas mayores.

Sequoia Strong™

www.seqhd.org/sequoia-strong

Sequoia Strong™ es su guía GRATUITA de recursos en línea sobre las actividades que le gustan y los servicios que necesita en el sur del condado de San Mateo. Todos los recursos son recomendados personalmente por Sequoia Healthcare District, ¡y la mayoría son gratuitos o de bajo costo!

Villages of San Mateo County 260-4569

PO Box 5283, San Mateo

Village of the Coastsides 440-5030

www.villageofthecoastside.org/

Villages asisten miembros para continuar viviendo en sus propios domicilios y comunidades a medida que envejecen con acceso a los servicios de ayuda.

CENTRO DE CUIDADO DE DÍA PARA ADULTOS

Los Centros de Cuidado de Día para Adultos brindan servicios que permiten a las personas mayores frágiles y/o con limitaciones funcionales maximizar y mantener sus actividades de la vida diaria.

Catholic Charities CYO

San Carlos Adult Day Services 592-9325

www.catholiccharitiessf.org/

adult-day-services-san-mateo-county

787 Walnut St., San Carlos 94070

Un centro de actividad diaria para gente mayor está incapacitado moderadamente y necesita cuidado individualizado y especializado.

Coastside Adult Day Health Center 726-5067

www.coastsideadultdayhealth.org

925 Main Street, Half Moon Bay 94019

Peninsula Volunteers Rosener House

Adult Day Services. 322-0126

www.penvol.org/rosenerhouse

500 Arbor Rd., Menlo Park 94025

South San Francisco Senior Services

Adult Day Program 829-3824

[www.ssf.net/departments/parks-recreation/](http://www.ssf.net/departments/parks-recreation/recreation-division/seniors/adult-day-care)

recreation-division/seniors/adult-day-care

Magnolia Senior Center

601 Grand Ave., South San Francisco 94080

CENTROS PARA PERSONAS MAYORES Y CENTROS DE COMIDA

Estos centros son la entrada a muchos servicios, actividades recreativas y comida. Estos centros informan sobre servicios y agencias que pueden asistirlos en asuntos del consumidor, educación, empleos, comidas, entrega de comidas en casa, reparación de casas, vivienda, ayuda legal, Medi-Cal, Medicare, recreación, Seguro Social, impuestos, transporte

y oportunidades como voluntarios. Casi todos estos sitios sirven comida al mediodía. Llamar para informes específicos.

BELMONT

Twin Pines Senior and Community Center

www.belmont.gov/departments/parks-and-recreation/adults-seniors 595-7444
20 Twin Pines Ln., 94002

DALY CITY

Doelger Senior Center 991-8012

www.dalycity.org/1122/Food-Services
101 Lake Merced Blvd., 94015

Lincoln Park Community Center 991-8018

www.dalycity.org/329/Active-AdultsSeniors
901 Brunswick St., 94014

Bayshore Community Center 991-5701

www.dalycity.org/1122/Food-Services
www.dalycity.org/329/Active-AdultsSeniors
450 Martin Street, 94014

Gellert Park Clubhouse 991-8017

www.dalycity.org/1122/Food-Services
www.dalycity.org/329/Active-AdultsSeniors
50 Wembley Drive, 94015

War Memorial Community Center 991-8020

www.dalycity.org/329/Active-AdultsSeniors
6655 Mission Street, 94014

Westlake Park Senior Food Pantry 991-8012

www.dalycity.org/1122/Food-Services
101 Lake Merced Boulevard, 94015

EAST PALO ALTO

East Palo Alto Senior Center 329-5900

560 Bell St., 94303

FOSTER CITY

Foster City Parks and Recreation Dept.

Senior Wing 286-2585

www.fostercity.org
650 Shell Blvd., 94404

HALF MOON BAY

Senior Coastsiders 726-9056

www.seniorcoastsiders.org
925 Main Street, 94019

MENLO PARK

Menlo Park Senior Center 330-2230

www.menlopark.gov
110 Terminal Ave., 94025

Peninsula Volunteers Little House 326-2025

<https://1pvi.org/littlehouse/>
800 Middle Ave., 94025

MILLBRAE

Millbrae Recreation Department 259-2360

www.ci.millbrae.ca.us
623 Magnolia Ave., 94030

Autoayuda para Ancianos 415-342-0822
Millbrae Chetcuti Room, 450 Poplar Ave, 94030

PACIFICA

Pacifica Senior Services 738-7384
www.cityofpacifica.org/depts/senior_services/
540 Crespi Dr., 94044

REDWOOD CITY

Peninsula Family Service
www.peninsulafamilyservice.org
Fair Oaks Adult Activity Center
2600 Middlefield Rd., 94063 780-7525

Veterans Memorial Senior Center 780-7270
www.redwoodcity.org/departments/parks-recreation-and-community-services/seniors
1455 Madison Ave., 94061

SAN BRUNO

San Bruno Senior Center 616-7150
www.sanbruno.ca.gov
1555 Crystal Springs Rd., 94066

SAN CARLOS

San Carlos Adult Community Center
www.cityofsancarlos.org/acc
601 Chestnut St., 94070 802-4384

SAN MATEO

City of San Mateo Senior Center 522-7490
www.cityofsanmateo.org
2645 Alameda de las Pulgas, 94403

Martin Luther King Center 522-7470
www.cityofsanmateo.org
725 Monte Diablo Ave., 94401

Samaritan House 347-3648
www.samaritanhousesanmateo.org
4031 Pacific Blvd., San Mateo 94403
Proporciona acceso a la despensa de alimentos de emergencia en el sitio. Lunes–jueves, 9 am–12 pm y 1–4 pm, viernes 1–3 pm.
Comedor lunes–viernes 4–5 pm

Self-Help for the Elderly 342-0822
www.selfhelpelderly.org
50 E. Fifth Ave., San Mateo 94401

SOUTH SAN FRANCISCO

Magnolia Senior Center 829-3820
www.ssf.net. 601 Grand Ave., 3rd Fl., 94080

**SERVICIOS DE TRATAMIENTO
POR EL USO DE SUSTANCIAS**

PROGRAMA DE 12 PASOS

Al-Anon / Alateen <https://northerncaliforniaal-anon.org/>
North County 873-2356
South and Central County, Coastsides 592-7935

Línea en Español 794-9654
Para los afectados porque otra persona bebe.

Behavioral Health and Recovery Services, Alcohol and Other Drugs (AOD) 800-686-0101

Los servicios de tratamiento por abuso de sustancias incluyen los siguientes: servicios de desintoxicación y tratamiento ambulatorio, domiciliario y asistido con medicamentos. Los servicios proporcionados se basan en las necesidades individuales. Todos los residentes del condado de San Mateo tienen acceso a ellos según una escala móvil de tarifas. No se rechaza a nadie por falta de fondos.

Alcoholics Anonymous 577-1310

2215 S. El Camino Real, Suite 204, San Mateo, CA 94403
www.aa-san-mateo.org

Cocaine Anonymous 415-226-1300

<https://canorcal.org/>

Crystal Meth Anonymous 415-692-4762

www.norcalcma.org
www.crystalmeth.org

Integrated Medication Assisted Treatment (IMAT)

. 573-2735

Mediante los programas de MAT, se prescribe una dosis de medicación controlada y segura para lograr lo siguiente: gestionar los síntomas de manera eficaz; facilitar el proceso de desintoxicación y recuperación; y prevenir el uso dañino de sustancias y la sobredosis en las personas que buscan recuperarse, en especial, quienes padecen de un trastorno moderado o grave.

Marijuana Anonymous

www.ma-sf.org 415-325-4785
www.madistrict3.org 408-450-0796

Nar-Anon 800-477-6291

www.naranonnorcal.org

Para los afectados por el abuso a drogas de otro.

Narcotics Anonymous 802-5950

www.peninsulana.org

Organización de autoayuda para los hombres y mujeres que desean detener el consumo de drogas / alcohol.

SERVICIOS DE DESINTOXICACIÓN

Horizon Treatment Services

Palm Avenue Detoxification Services 513-6500

www.horizonservices.org/palm-avenue

2251 Palm Ave., San Mateo 94403

Trata la desintoxicación de alcohol y de drogas.

PROGRAMAS DE CONDUCCIÓN BAJO LOS EFECTOS DEL ALCOHOL Y/O DROGAS Y APLAZAMIENTO DEL REGISTRO DEL DICTAMEN DEL FALLO

El Centro de Libertad 599-9955

The Freedom Center www.elcentrodelibertad.org
500 Allerton St., Redwood City 94063

Servicios de programas de Aplazamiento del registro del dictamen del fallo (Entry of Judgment, DEJ).

Free at Last 462-6999
www.freeatlast.org
1796 Bay Rd., East Palo Alto 94303
First-Offender DUI program services.

Sitike Counseling Center 589-9305
www.sitike.org
306 Spruce Avenue, South San Francisco 94080
Servicios de programas de Primera Ofensa por
Conducción bajo los efectos del alcohol y/o drogas y
Aplazamiento del registro del dictamen del fallo (Entry of
Judgment, DEJ).

INFORMACIÓN Y REFERENCIAS

BHRS - Residential Treatment Team 802-6400
San Mateo County - Behavioral Health and Recovery
Services
310 Harbor Blvd, Bldg E, Belmont 94002
RTX proporciona información, servicios de derivación y
evaluación del uso de sustancias y autorización a provee-
dores de tratamiento residencial por abuso de sustancias
que tengan contrato con Drug Medi-Cal en el condado
de San Mateo.

San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services
www.smchealth.org/bhrs 800-686-0101
Proporciona información, evaluaciones, referencias y
tratamiento para servicios de salud mental y uso de sus-
tancias. Clínicas del condado ubicadas en Daly City, San
Mateo, Redwood City, East Palo Alto y Half Moon Bay.

Breathe California 994-5868
<https://lungsrus.org/>
1 Sutter Street, Suite 225, San Francisco 94104
Ofrece programas para dejar de fumar, a que los niños
no usen tabaco y enfatiza los efectos mortales del tabaco.
Ofrece también educación a pacientes, defensa y grupos
de apoyo relacionados con problemas de salud de los
pulmones.

**Kick It California (formerly California Smokers'
Helpline)** 800-NOBUTTS
<https://kickitca.org/>

San Mateo County Health Tobacco Education Coalition
. 573-3777
www.smchealth.org/general-information/
tobacco-education-coalition
Dirige actividades educativas y de apoyo de alcance
comunitario, para reducir el número de residentes en el
condado que usan productos de tabaco.

TRATAMIENTO AMBULATORIO Y TRATAMIENTO AMBULATORIO INTENSIVO

Adolescent Counseling Services 424-0852 x104
Programa de Tratamiento de Abuso de
Sustancias para Adolescentes
www.acs-teens.org
643 Bair Island Rd, Suite 301, Redwood City 94063

Proporciona asesoramiento, información y referencias en el campus para los jóvenes y sus familias.

Asian-American Recovery Services (AARS)

Outpatient Services (a program of HealthRIGHT 360)
..... 415-337-0104
www.healthright360.org
1115 Mission Rd., South San Francisco, CA 94080
Brinda servicios ambulatorios a adultos.

El Centro de Libertad 599-9955
The Freedom Center www.elcentrodelibertad.org
225 S. Cabrillo Hwy., Half Moon Bay 94019
500 Allerton St., Redwood City 94063
Programa bilingüe y bicultural con consejos en grupo o individuales para pacientes ambulatorios.

Free at Last 462-6999
www.freeatlast.org
1796 Bay Rd., East Palo Alto 94303
Una serie de servicios basados en la comunidad para jóvenes y adultos, que incluye los servicios de prevención e intervención, tratamiento estructurado, vivienda de transición y de éxito a largo plazo.

HealthRIGHT 360 www.healthright360.org
Los servicios de tratamiento ambulatorio y tratamiento ambulatorio intensivo actualmente proporcionan salud mental y servicios de terapia individual o en grupo basada en evidencia y trauma informada para trastorno de uso de sustancias.

HealthRIGHT 360 Outpatient Program 348-6603
2015 Pioneer Court, Suite B, San Mateo 94403
Brindamos servicios para consumo de sustancias para jóvenes, jóvenes en edad de transición y adultos.

Mills-Peninsula Health Services

Centro de Dependencia Química 696-4666
Línea de crisis las 24 horas 696-5915
www.mills-peninsula.org
100 S. San Mateo Dr., San Mateo 94401
Atiende a personas con seguro médico privado.

Our Common Ground 367-9030
26 Central Ave, Redwood City 94061

Project 90 579-7881
www.projectninetynety.org
114 S. Delaware Street, San Mateo 94401
Ofrece servicios de tratamiento diurno para hombres con problemas de uso de sustancias.

Caminar www.caminar.org/p90

Sitike Counseling Center 589-9305
www.sitike.org
306 Spruce Ave., South San Francisco 94080

The Latino Commission on Alcohol and Drug Abuse
(Residential and Outpatient Services) 244-1444
www.thelatinocommission.org
1001 Sneath Lane, #307, San Bruno 94066
Ofrece tratamiento ambulatorio para todos los géneros.

**Veterans Affairs Palo Alto Health Care System
Addiction Consultation and Treatment Services**

www.paloalto.va.gov 493-5000 x60050
. 866-717-1978
3801 Miranda Avenue, 520/ATS, Palo Alto 94304

Voices of Recovery www.vorsmc.org
Service Centers:
310 Harbor Blvd., Belmont 94002. 802-6552
1842 Bay Road, East Palo Alto 94303 289-7670

**TRATAMIENTO RESIDENCIAL PARA
EL CONSUMO DE SUSTANCIAS**

Free at Last 462-6999
www.freeatlast.org
1796 Bay Rd., East Palo Alto 94303
Ofrece servicios bilingües (Inglés / Español)

Latino Commission on Alcohol and Drug Abuse Services
Residential and Outpatient Services 244-1444
www.thelatinocommission.org
1001 Sneath Lane, #307, San Bruno 94066
Servicios residenciales para todos los géneros.

Mills-Peninsula Health Services
Centro de Dependencia Química 696-4666
Línea de crisis las 24 horas 696-5915
www.mills-peninsula.org
100 S. San Mateo Dr., San Mateo 94401

Our Common Ground www.ocgworks.org
Recovery Residence Services 367-9030
631 Woodside Rd., Redwood City 94061
Residential Treatment Services - (solo para hombres)
. 325-6466
2560 Pulgas Ave., East Palo Alto 94303

Service League of San Mateo County, Hope House
. 363-8769 or 363-8735
727 Middlefield Road, Redwood City 94063
Programa de tratamiento de trastorno de uso de sus-
tancias para mujeres adultas, mujeres embarazadas y
mujeres con niños.

Solidarity Fellowship 341-3803
P.O. Box 5007, San Mateo 94402
Programa residencial de recuperación de abuso de
sustancias para hombres, incluidos padres con hijos de
15 años o menos.

Veterans Affairs Palo Alto Health Care System
Addiction Consultation and Treatment Services (ACT)
www.paloalto.va.gov/services/mental/ats/programs_act.asp
. 493-5000 x60050
. 866-717-1978
3801 Miranda Avenue, 520/ATS, Palo Alto 94304

Women's Recovery Association (WRA)
(a program of HealthRIGHT 360) 348-6603
www.healthright360.org/agency/
womens-recovery-association
2015 Pioneer Court, Suite B, San Mateo 94403
Ofrece un abanico completo de servicios terapéuticos

residenciales para mujeres que luchan con trastornos por consumo de sustancias y sus hijos. Servicios residenciales disponibles para todos los géneros.

Ver también Salud Mental / Consejos

OPCIONES ALTERNATIVAS AL PROGRAMA DE 12 PASOS

Alternatives to 12-Step

www.refugerecovery.org

Un camino Budista al que todos son bienvenidos.

www.smartrecovery.org

Basado en terapia cognitivo-conductual.

www.womenforsobriety.org

Ayuda para mujeres basada en cambios positivos usando meditación, grupos, nutrición y más.

www.lifering.org

Basado en sobriedad, secularidad y autoayuda.

INFORMACIÓN A CONTRIBUYENTES Y REGISTROS OFICIALES

CONDADO

San Mateo County Assessor - County Clerk - Recorder

www.smcare.org 363-4500

555 County Center, 1st Fl., Redwood City 94063

Assessor aplica valor en propiedades en el condado para propósitos de impuestos.

County Clerk emite copias de actas de nacimiento, defunción y matrimonio. También es el lugar oficial para someter varios documentos legales y de negocios.

Recorder archiva y mantiene todas las transacciones de terrenos tales como escrituras y mapas

Tax Collector 363-4142

www.sanmateocountytaxcollector.org

555 County Center, 1st Fl., Redwood City 94063

Cobra los impuestos sobre la propiedad.

Vital Records 573-2395

www.smchealth.org

1600 W. Hillsdale Blvd. #203 San Mateo, CA 94402

Mantiene los últimos registros de nacimiento y de defunción para el condado y emite copias de los registros de nacimientos y defunciones.

ESTATAL

Franchise Tax Board 800-338-0505

www.ftb.ca.gov (TTY) 800-822-6268

121 Spear St., #400, San Francisco 94105

FEDERAL

Internal Revenue Service (IRS) 800-829-1040

www.irs.gov 415-553-8990

450 Golden Gate Ave., San Francisco 94102

OTRAS

Earn It! Keep It! Save It! Coalition 211

www.earnitkeepitsaveit.org

Brinda a hogares de ingresos bajos a moderados la

preparación gratis de sus declaraciones de impuestos hechas por voluntarios certificados por el IRS. Llamar para informes sobre esos sitios.

TRANSPORTE

BART (Bay Area Rapid Transit) 992-2278
www.bart.gov(TTY) 510-839-2220

Las estaciones de BART del condado de San Mateo están localizadas en Daly City, Colma, South San Francisco, San Bruno, San Francisco Airport y Millbrae.

CalTrain 800-660-4287
www.caltrain.com(TTY) 508-6448

Servicio de tren entre San Francisco y Gilroy.

Metropolitan Transportation Commission (MTC)

www.511.org 511

Tránsito, tráfico, viaje compartido en auto y vans, e informes para usar bicicleta en los nueve condados en el Área de la Bahía. También informa para planear viajes usando transporte público.

Peninsula Traffic Congestion Relief Alliance

www.commute.org 588-8170

1150 Bayhill Dr., #107, San Bruno 94044

Shuttles (conmutar/comunidad); Incentivos (viajes compartidos en auto o van, para estacionar bicicletas. “Try Transit”).

Redi-Wheels and RediCoast 800-660-4287
www.samtrans.com/accessibility(TTY) 508-6448

Servicio especial de autobús para personas impedidas para moverse y que no pueden usar el servicio regular de autobús. RediWeels sirve al lado de la bahía del condado. RediCoast sirve al lado de la costa. Llamar para calificar.

SamTrans 800-660-4287
www.samtrans.com(TTY) 508-7919

Transporte de autobús público sirve al condado.

Senior Mobility Guide. www.peninsularides.com

Da informes en gran variedad de programas de transporte y servicios para personas mayores.

Ver también Servicios para Personas Mayores

SERVICIOS PARA VETERANOS

VETERANS AFFAIRS LOCAL OFFICES

San Mateo County Human Services Agency

Veterans Service Office 802-6598

www.smcgov.org/hsa/veterans-services-office

550 Quarry Rd., San Carlos 94070

Ayuda a los veteranos, sobrevivientes y dependientes de veteranos a tener acceso a beneficios basados en servicio militar.

US Veterans Affairs Department 614-9997

www.va.gov/palo-alto-health-care/

795 Willow Road, Menlo Park 94025

San Bruno VA Outpatient Clinic 615-5000
www.sanfrancisco.va.gov
 1001 Sneath Lane, Suite 300, San Bruno 94006
 Ofrece una amplia variedad del cuidado preventivo y primario, salud mental, trabajo social y servicios a los miembros.

Health Care for Homeless Veterans Program
 877-424-3838
 Proporciona viviendas de emergencia para los veteranos sin hogar en un centro basado en la comunidad no-VA para un máximo de 90 días.

Peninsula Vet Center 617-4300
 345 Middlefield Road, Building 1, Menlo Park 94025

Nation's Finest (formerly VRC-Next Step) 566-0240
 795 Willow Rd., Bldg. 334, Menlo Park 94025
 Nation's Finest ayuda a los veteranos con el desarrollo del empleo a través de una subvención de HUD y la falta de vivienda a través de la subvención del Servicios de Apoyo a las Familias de Veteranos.

THE AMERICAN LEGION

La Legión Americana es una organización de servicio y la fundación que prestan apoyo a nuestros veteranos y sus familias.

www.legion.org

San Mateo Post No 82 345-7388
 130 South Boulevard, San Mateo

San Carlos Post No 585 595-9998
 1159 Bush Street, San Carlos

Redwood City Post No 105 365-1337
 651 El Camino Real, Redwood City

Half Moon Bay Post 474 728-9224
 470 Capistrano Rd., Half Moon Bay

Pacifica Post 238 355-4346
 555 Buel Rd., Pacifica

San Bruno Post 409 589-3102
 757 San Mateo Ave, San Bruno

American Legion Riders—Chapter 82 349-7146

SERVICIOS DE COLOCACIÓN DE VOLUNTARIOS

Muchas organizaciones no lucrativas tienen sus propios programas de voluntarios. Comuníquense directamente con cada organización para los detalles.

HandsOn Bay Area 415-541-9616
www.handsonbayarea.org
 Proporciona proyectos flexibles de noche y de fines de semana.

Foster Grandparent Program 696-7662
 Voluntarios adultos mayores de 55 años o más, de bajos ingresos en sitios para dar tutelaje y crianza a niños en riesgo.

Retired and Senior Volunteer Program . . . 696-7660
 Da referencias de voluntarios a personas de 55 años o más a agencias no lucrativas.

Senior Companion Program 696-7662

Voluntarios adultos mayores de 55 años o más,
de bajos ingresos en sitios para ayudar a ancianos
débiles a seguir independientes

One Brick

www.onebrick.org

Reúne voluntarios para apoyar a organizaciones no lucra-
tivas locales y ofrece un evento social después de cada
oportunidad de voluntarios.

Thrive Alliance of Nonprofits

in San Mateo County of San Mateo 654-7993

330 Twin Dolphin Drive, #155, Redwood City 94065

Volunteer Center 235-3550

. 415-982-8999

Refiere a grupos e individuos de todas las edades a
agencias sin fines de lucro que necesitan voluntarios.

Volunteer Match 415-241-6868

www.volunteermatch.org

Ofrece varios servicios en línea para apoyar a las agen-
cias no lucrativas y a voluntarios.

Ver también Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias

A

- AARS 56
- Abilities United 10
- AbilityPath 10
- Abuso de Niños / Jóvenes 6
- Access for Infants and Mothers (AIM) Program 32
- Accion Opportunity Fund 20
- Achievekids 11
- ACRC 29
- Adolescent Counseling Services 38, 44, 55
- Adolescentes 4, 7, 13, 15, 23, 34, 38, 49, 55, 61
- Adopción 4
- ADR 39, 41
- Adult Day Health Program 51
- Agencias de Servicios Básicos 2
- Aging and Adult Services 1, 13, 50
- AIDS Community Research Consortium (ACRC) 29
- Al-Anon / Alateen 53
- Alcohol and Other Drugs
 - AOD, detoxification, treatment services 53
 - Prevention program 29
- Alcoholics Anonymous 53
- Alfabetización de Adultos 14
- Alpha Pregnancy Center 24
- Alzheimer Day Care Resource Center 51
- American Legion, The 60
 - American Legion Riders 60
 - Half Moon Bay Post 474 60
 - Pacifica Post 238 60
 - Redwood City Post No 105 60
 - San Bruno Post 409 60
 - San Carlos Post No 585 60
 - San Mateo Post No 82 60
- American Red Cross 3, 7
- Anger Management and Domestic Abuse Therapy Center 44
- Animales 4
- Animal Licensing 4
- Apoyo a Presos y a Salidos de la Cárcel 3
- Apprenticeship Standards Division 16
- Appropriate Dispute Resolution (ADR) 39, 41
- Arbor Free Clinic 26
- Arc of San Francisco 11
- Asian-American Recovery Services (AARS) 56
- Asistencia a Víctimas 3
- Asistencia de Ahorro de Energía 19
- Asistencia de Emergencia 32
- Asistencia Económica 19–21
- Asistencia Energética 18
- Asistencia Pública 20
- Ayuda con la Renta 35
- Ayuda en Desastres 3

B

- BART (Bay Area Rapid Transit) 59
- Baterías de Respaldo 18, 19
- Baterías de Respaldo Portátiles 19
- Bay Area Addiction Research and Treatment Methadone Clinic 26
- Bay Area Caregiver Resource Center 31
- Bay Area Rapid Transit 59
- Bay Area Regional Energy Network 18
- Behavioral Health and Recovery Services 44, 45, 55
- Beneficios de Desempleo 18
- Beneficios del Seguro Social 21
- BHRS RTX Team 55
- Bibliotecas 42–44
- Big Brothers-Big Sisters of the Bay Area 7
- B.O.K. Ranch 11
- Boys and Girls Clubs 8
- Boys Hope Girls Hope 8
- Bread of Life 22
- Breast Cancer Emergency Fund 21
- Breathe California 55
- Bridges to Wellness Program 35
- Bridges to Wellness Program 650-573-4799 45

C

- Café St. Vincent 22
- CalFresh (formerly the Food Stamp Program) 20, 21
- California Bureau of Real Estate 36
- California Children's Services 11
- California Clubhouse 45
- California Conservation Corps (CCC) 16
- California Smokers' Helpline 55
- California State Department of Fair Employment and Housing 15, 34
- California State Department of Rehabilitation 11, 16
- California Work Opportunity and Responsibility to Kids (CalWorks) 20
- California Youth Crisis Line 1
- CALL Primrose 23
- CalTrain 59
- CalWORKS 20
- Caminar 45, 56
- Cañada College 14, 43
- Canine Companions for Independence (CCI) 11
- Capacitación, Colocación y Desarrollo Laboral 16
- CarePatrol Placement Services 50
- Casas Hogar (Cuidado de Crianza) 6
- Cash Assistance Program for Immigrants (CAPI) 20
- Catholic Charities CYO 37, 46, 51
- Catholic Worker Hospitality House 22, 33
 - San Bruno House 33
- Catholic Worker House 23, 34

Center for Independence of Individuals with Disabilities (CID) 11
 Central Coast Energy Services 18
 Centros de Comida 51
 Centros Diurnos para Adultos 51
 Centros para Personas Mayores 51
 Child Care Coordinating Council (4Cs) 5
 Child Protective Services (CPS) 1, 6
 Children and Family Services 6
 Children’s Health Council 12
 Child Support 5
 Christian Counseling Centers 45
 City of San Mateo Senior Center 53
 Clínicas de Salud y Dentales 26
 CoastPride Center 37
 Coastsides Adult Day Health Center 51
 Coastsides Children’s Programs (CCP) 9
 Coastsides County Clinic 27
 Coastsides Hope 2, 37
 Cocaine Anonymous 53
 Colegios 14
 Colegios Comunitarios 14
 College of San Mateo 14, 43
 Colocación de Voluntarios 61
 Community Financial Resources (CFR) 21
 Community Legal Services in East Palo Alto 40
 Community Overcoming Relationship Abuse 1, 33, 40, 45
 Condiciones de Viviendas Inseguras, Insalubres 36
 Consumer and Environmental Protection Unit 42
 Consumer Credit Counseling Service 19
 Counseling Center 55
 County Clerk 58
 Crisis Intervention and Suicide Prevention Center 2
 Crystal Meth Anonymous 54

D

Daly City Community Service Center 2
 Daly City Health Center 28
 Daly City Peninsula Partnership 6
 Daly City Youth Health Center 10, 28, 46
 David Lewis Community Reentry Center 3
 Deaf and Disabled Telecommunications Program 11
 Defensa de la Comunidad 37
 Department of Child Support Services (DCSS) 5
 Department of Fair Employment and Housing, California State 15, 34
 Department of Rehabilitation, State of California 11, 16
 Desarrollo y Tutoría Juvenil 7
 Discriminación (Alojamiento) 34
 Discriminación en el Empleo 15
 District Attorney 42
 Doelger Senior Center 52
 Domestic Violence Restraining Order Clinic 40
 Downtown Food Closet 23

E

- East Palo Alto Senior Center 52
- East Palo Alto Teen Home 24
- Económica 19–21
- Ecumenical Hunger Program 22, 23
- EDD 18
- Edgewood 6, 9
- Edgewood Center for Children and Families 6
 - Kinship Support Services Program 6
- Edison Clinic 27
- Educación 13–15
- Educación al Consumidor 19
- Educación sobre la Salud 29
- EEOC 15
- El Centro de Libertad 54, 56
- Emergencias 1–3
- Empleo y Entrenamiento 15–18
- Employment Development Department (EDD) 18
- Employment Law Center 16
- Energía 18–19
- Energía Solar SIN Costo 19
- Envejecimiento y adulto 1, 13, 50
- Equal Employment Opportunity Commission (EEOC) 15
- Equal Rights Advocates 15
- Escuelas para adultos 13
- Escuelas Primarias y Secundarias 14
- Estampillas de Comida 20
- Explorers' Program 9

F

- Fair Oaks Clinic 28
- Fair Oaks Community Center 3
- Family and Children Services 46
- Family Assertive Support Team 46
- Family Caregiver Alliance 31
 - Bay Area Caregiver Resource Center 31
- Family Connections 5
- Family Court Services 5
- Family Crossroads 33
- Family Housing and Adult Resources (FHAR) 12
- Family Law Facilitators 5, 39
- Family Resource Center at Community Gatepath 12
- Felton Institute 458-0026 26
- FHAR 12
- First Resort 24
- First Step for Families 33
- Fiscal de Distrito del Condado de San Mateo 42
- Food Stamp Program. *See* CalFresh
- Foothill College Dental Hygiene Clinic 26
- Foster Care 6
- Foster City Parks and Recreation Dept. 52
- Foster Grandparent Program 61

Franchise Tax Board 59
Free at Last 54, 56, 57
Fresh Lifelines for Youth (FLY) 9
Friends for Youth 9

G

Gelaam (Gente Latino de Ambiente) 38
General Assistance (GA) 20
Girl Scouts 9
GLBT National Help Center 38
Golden Gate Regional Center (GGRC) 12
Grace Covenant Church 23
GRID Alternatives 19
Grief Support 47
Guide Dogs for the Blind 12

H

HandsOn Bay Area 61
Haven Family House 33
Head Start 5
Health Ambassador Program 6
Health Connected 25
Health Equity Initiatives 46
Health Plan of San Mateo 32
HealthRIGHT 360 26, 56
Healthy Aging Response Team 50
Hearing and Speech Center for Northern California 12
Hearing Loss Association of America 12
Heart and Soul 46
HELPLINK 37
HICAP 32
HIP Housing (Human Investment Project) 36
Homeless Veterans Program 60
Homeless Veterans Rehabilitation Program 34
Hope Horizon East Palo Alto 9
HOPE Services 12
Horizon Treatment Services Palm Avenue Detoxification Services
54
Hospitales y Centros Médicos 30
HSA Service Center 21, 31
HUD 35
Humane Society 4
Human Services Agency Regional Offices 21
Human Trafficking Hotline 1

I

Immigration Institute of the Bay Area 37
Immigration Services 36
Información a Contribuyentes y Registros Oficiales 58–59
Inmigración 36
Insights 56
Instalación solar 19
Institute for Health and Healing 29
Integrated Medication Assisted Treatment 54

Interfaith Hospitality Network. *See* Home and Hope
Internal Revenue Service (IRS) 59
Intervención en Crisis / Emergencias 1–3
IRS 59
Izzi Early Education (formerly IHSD Inc.) 5

J

Jefferson Adult Education 13
Jewish Family and Children's Services 46
 Parents' Place 46
 Senior Services 46
Job Corps 16
Jobs for Youth 16
JobTrain 16
Jóvenes y Familias 4–10
Justice At Last 40

K

Kainos Home and Training Center 12
Kaiser Permanente Medical Center 30
Kara 46
Kick It California 55
Kinship Support Services Program 6

L

La Raza Centro Legal 40
Latino Commission on Alcohol and Drug Abuse Services 57
Lauren's House 4 Positive Change Inc 9
Legal Aid Society, San Francisco
 Employment Law Center 16
LGBTQ Commission of San Mateo County 37
LGBT Veterans Support Group 39
Libertad Condicional y Cárceles 41
LifeMoves 33
 Family Crossroads 33
 Haven Family House 33
 Redwood City Navigation Center 33
 Redwood Family House 33
Lincoln Park Community Center 52
Linea de Crisis 38
Loan Programs 20
Lucile Packard Children's Hospital at Stanford 30

M

Magnolia Senior Center 51, 53
Maguire Correctional Facility 42
Manutención Infantil 5
Marijuana Anonymous 54
Martin Luther King Center 53
Mateo Lodge Inc. 34
Meals on Wheels 24
Medicare 32
 Counseling 32
Medication Assisted Treatment 54

Menlo College 14
 Menlo Park Senior Center 52
 Men's Jail 42
 Mental Health Association of San Mateo County 35, 47
 Housing and Client Assistance Program 35
 Mental Research Institute 47
 Methadone Clinic 26
 Metropolitan Transportation Commission (MTC) 59
 MidPen Housing Corporation 36
 Mid-Peninsula Dental Health Foundation 31
 Millbrae Recreation Department 52
 Mills Health Center 30
 Mills-Peninsula Health Services 1, 30, 47, 51, 56, 57
 Adult Day Health Program 51
 Alzheimer Day Care Resource Center 51
 Behavioral Health Services 47
 Chemical Dependency Center 1, 56, 57
 Mills Health Center 30
 Mills-Peninsula Medical Center 30
 Senior Focus 51
 Foster Grandparent Program 61
 Retired and Senior Volunteer Program 61
 Senior Companion Program 61
 Mills-Peninsula Medical Center 30
 Mission Hospice and Home Care 31
 Mobile Clinic 27
 Morris Center for Adult Survivors of Child Abuse (ASCA) 47
 Multicultural Institute 7, 16

N

Nar-Anon 54
 Narcotics Anonymous 54
 National Alliance on Mental Illness (NAMI) 47
 National Center for Equine Facilitated Therapy (NCEFT) 12
 NCEFT 12
 Network of Care 50
 New Creation Home Ministries 33
 Next Step Center 17
 Niños, Adolescentes, Jóvenes y Familias 4–10
 North East Medical Services 26
 No Strings Attached Breakfast 22
 Notre Dame de Namur University 14
 NOVA Workforce Development 17
 Números de Emergencias 1

O

OEPA (One East Palo Alto) 17, 47
 Ombudsman of San Mateo County 31
 One Brick 61
 One Life Counseling Center 47
 Opciones Alternativas al Programa de 12 Pasos 58
 Opportunity Fund 20
 Our Common Ground 56, 57
 Our Second Home Family Support Center 6

P

Pacifica Resource Center 2
Pacifica Senior Services 52
Palo Alto Medical Foundation (PAMF) 7, 49
Parca 13
Parent Project 7
Parent Support Line 1, 7
Parques y Playas Del Condado/Estado 49
Parques y Sitios de Recreo de la Ciudad 49
Pathways Grief Support 47
Pathways Home Health, Hospice and Private Duty 31
PCRC 41
Pediatria 28
 Pediatric Home Visiting Program 25
Pediatric Home Visiting Program 25
Peninsula Clean Energy 19
Peninsula Conflict Resolution Center (PCRC) 41
Peninsula Family Service 5, 17, 20, 47, 52
 DriveForward 19, 20
 Fair Oaks Adult Activity Center 50, 52
 Financial Empowerment Services 20
 Second Career Services 17
Peninsula Family YMCA 10
Peninsula Humane Society and SPCA 4
Peninsula Jewish Community Center (PJCC) 10
Peninsula Traffic Congestion Relief Alliance 59
Peninsula Vet Center 48, 60
Peninsula Volunteers Little House 52
Peninsula Volunteers Rosener House 51
Personas Mayores 50–53
PFLAG 39
PG&E Energy Savings Assistance Program 19
Phase2Careers 17
Planned Parenthood 25, 38
Poison Control 1
Prenatal Advantage Black Infant Health Program 25
Prevención y Reportes de Abuso de Niños / Jóvenes 6
Pride Initiative of San Mateo County 37
Private Defender Program 41
Programa de 12 Pasos 53
Programa de Proyecto Leer 14
Programas de Alfabetización 14
Programas de Comida 21–24
Programas De Conducción Bajo Los Efectos Del Alcohol y/o Drogas 54
Programas de Préstamos 20
Programas Energéticos 18–19
Project 90 56
Project Read 15–16
Project Sentinel 35
Project WeHOPE Shelter in East Palo Alto 33
Proveedores de Comida de Emergencia 23
Proyecto Leer 14
Public Safety Power Shut-Offs (PSPS) 18

R

Rally Family Visitation Services 48
Rape Trauma Services (RTS) 1, 6, 39, 48
Ravenswood Family Health Center 26
Rebuilding Together Peninsula 35
Reciclar y Conservar 50
Recorder, San Mateo County 58
Recursos Para Padres y Familias 6
RecycleWorks 50
Red Cross 3, 7
RediCoast 59
Redi-Wheels and RediCoast 59
Redwood City Free Clinic 27
Redwood Family House 33
Referencias Para Cuidado de Niños 5
Refugios de Emergencia 33
Registros Oficiales 58–59
Renaissance Entrepreneurship Center 17
Retired and Senior Volunteer Program 61
Ron Robinson Senior Care Center 28
Rosener House 51
RotaCare Clinics 27

S

Safe Harbor Shelter 33
Sage LGBT Elder Hotline 38
Salud 24–31
Salud Mental / Consejos 44–49
Salvation Army 3, 22
Samaritan House 2, 17, 22, 24, 27, 33, 53
 Redwood City Free Clinic 27
 Samaritan House South 2
 San Mateo Free Clinic 27
SamTrans 59
San Bruno House 33
San Bruno Senior Center 53
San Bruno VA Outpatient Clinic 48, 60
San Carlos Adult Community Center 53
San Carlos Adult Day Services 51
San Mateo Adult Education 13
San Mateo County Assessor 58
San Mateo County Bar Association 41
 Lawyer Referral Service 41
 Private Defender Program 41
San Mateo County Coroner 31
San Mateo County Dental Society 31
San Mateo County Department of Child Support Services 5
San Mateo County Department of Housing 35, 36
 Community Development 35
 Housing Authority 36
San Mateo County District Attorney 42
San Mateo County Health System 7, 13, 25, 27, 32, 36, 41,

50, 55
 Servicios para Adultos y Personas con Discapacidades 1, 13, 50
 Alzheimer Day Care Resource Center 51
 Behavioral Health and Recovery Services 44, 45, 55
 Edison Clinic 27
 Environmental Health Services 36
 Family Health Services 7, 25
 Mobile Clinic 27
 Partner Services 27
 Prenatal Advantage Black Infant Health Project 25
 Public Administrator 41
 STD Clinic 27
 Testing on Demand 27
 San Mateo County Human Resources Department 17
 San Mateo County Human Services Agency 4, 6, 13, 18, 60
 Children and Family Services 6
 Foster Care Eligibility 6
 Vocational Rehabilitation Services (VRS) 13, 18
 San Mateo County Law Library 39
 San Mateo County Medical Association 31
 San Mateo County Mosquito & Vector Control District 4
 San Mateo County Navigation Center 33
 San Mateo County Office of Education 13, 14
 San Mateo County Pride Center 37
 San Mateo County Probation Department 40, 41
 San Mateo County Public Works Department 50
 San Mateo County Superior Court 4, 5, 39
 Family Court Services 5
 Family Law Facilitators 5, 39
 San Mateo Free Clinic 27
 San Mateo Medical Center 1, 27–28, 30, 38
 Second Harvest of Silicon Valley Food Connection Hotline 22, 24
 Seguros de Salud 31
 Seguro Social 21
 Self-Help for the Elderly 53
 Senior Companion Program 61
 Senior Focus 51
 Senior Mobility Guide 50, 59
 Senior Wing 52
 Sequoia Adult School 14
 Sequoia Hospital 30
 Sequoia Strong 50
 Sequoia Teen Wellness Center 28
 Service Connect 3
 Service League of San Mateo County 3, 34, 57
 Hope House 34, 57
 Servicios a Incapacitados 10–13
 Servicios a Personas sin Hogar 32–34
 Servicios Bibliotecarios 42–44
 Servicios de Colocación de Voluntarios 61
 Servicios de Desintoxicación 54
 Servicios de Enfermería y Hospicio 31
 Servicios de Inmigración 36

Servicios de LGBTQ 37–39
 Atención Médica 38
 Defensa de la Comunidad 37
 Grupos De Apoyo 38
 Linea de Crisis 38
 Servicios de Mediación 41
 Servicios de Planificación Familiar e Información 24
 Servicios de Rehabilitación Bajo Costo 35
 Servicios de Tratamiento por el Uso de Sustancias 53–58
 Información y Referencias 55
 Tratamiento Ambulatorio 55
 Tratamiento Residencial 57
 Servicios en Referencia Médica/Dental 31
 Servicios Legales y de Mediación 39–42
 Asistencia Legal 40
 Legal Aid Society of San Mateo County 40
 Servicios Para Animales 4
 Servicios para Personas Mayores 50–53
 Information and Referral 50
 Servicios para Veteranos 60
 Servicios Psiquiátricos de Emergencia 1, 27
 Servicios Relacionados con la Ley 39
 Servicios Terapias para Adolescentes 38
 Seton Medical Center 30
 Seton Medical Center Coastside 30
 Shelter Bed Hotline 33
 Sheriff's Office 42
 Sitike Counseling Center 54, 56
 Sitios de Recreo 49
 Sitios Donde Sirven Comida 22
 Sitios en la Web para Adolescentes y Pre-Adolescentes 7, 49
 Skyline College 14, 43
 Social Security Administration 21
 Solar installation 19
 Solidarity Fellowship 57
 Sonrisas Community Dental Clinic 29
 South San Francisco Adult Education Program 14
 South San Francisco Clinic 28
 South San Francisco Senior Services Adult Day Program 51
 SPCA 4
 Spring Street Shelter 33
 Stanford Hospital and Clinics 30
 Stanford Hospital Health Library 29
 Stanford University Medical Center 30
 Lucile Packard Children's Hospital at Stanford 30
 Stanford Hospital and Clinics 30
 St. Anthony's Padua Dining Room 22
 STD Clinic 27
 St. Francis Center 24
 Street Life Ministries 23
 St. Vincent de Paul Society 3, 22, 32
 Café St. Vincent 22
 Homeless Help Desks 32
 Substance Use Treatment

Residential Treatment 55, 57
SunWork 19
Sustainability, Office of 19
Sutter Care at Home 31, 48

T

Tax Collector 58
Thrive Alliance of Nonprofits 61
Tobacco Prevention 29
Trabajador Día Programa 16
Transgender Care 38
Trans Lifeline 38
Transporte 59
Tratamiento Ambulatorio 55
Trevor Project 24/7 Suicide Prevention 38
Tribunal Familiar 39

U

UCSF Medical Center 30
UCSF School of Dentistry 29
United Indian Nations 18
University of California Cooperative Extension 10
University of the Pacific Dental Clinic 29
U.S. Department of Homeland Security 37
U.S. Department of Housing and Urban Development 35
US Veterans Affairs Department 60

V

Veteranos 60
Veterans Affairs Palo Alto Health Care System 30, 48, 57, 58
 Mental Health Clinic 48
 Peninsula Vet Center 48, 60
Veterans Affairs San Francisco Health Care System 30, 48
 San Bruno Outpatient Clinic 30, 48
Veterans Memorial Senior Center 52
Víctimas 3, 33, 40
Victim Services 40
Vista Center 13
Vital Statistics 58
Viviendas 34–36
Vivienda Transitoria 34
Vocational Rehabilitation Services (VRS) 13, 18
Voices of Recovery 57
Voluntarios 61
 Volunteer Center 61
 Volunteer Match 61
VRS 13, 18

W

WIC 7, 23
Women, Infants and Children's Program 7, 23
Women's Jail 42
Women's Recovery Association (WRA) 58

Y

YMCA 2, 10, 49

YMCA of San Francisco 10, 49

Pacifica Youth Service Bureau 49

Peninsula Family YMCA 10

Youth Service Bureau of San Mateo 49

Youth Service Bureau of South San Francisco 49

YMCA of Silicon Valley 10

East Palo Alto Family YMCA 10

Sequoia Branch 10

Youth Health Ambassador Program 10

Youth Service Bureaus of YMCA 10

La información de este folleto fue revisada
Diciembre 2025. Asegúrese de comunicarse con
las agencias antes de ir al sitio o de referir a
sus clientes.

smc-connect.org



Portada: Burlingame Benihana
Foto por: Ziqi Li