



## Cuidado de niños

YMCA (Ubicaciones en Kirkland, Redmond, and Sammamish)	Llama a <b>(206) 382-5010</b> . YMCA tienen becas disponibles para familias. Primeros respondedores and proveedores de salud tendrán un saldo de \$0 para sus programas. Mande un correo electrónico a <a href="mailto:registration@seattleyymca.org">registration@seattleyymca.org</a> antes de registrar para recibir su código de cupón especial para activar el descuento.
Boys & Girls Clubs	Llama a <b>(206) 348-5088</b> o manda un correo electrónico a Jamie Heil a: <a href="mailto:jheil@positiveplace.org">jheil@positiveplace.org</a> . Boys and Girls Club tienen becas disponibles para familias. Hay programas disponibles en sus ubicaciones de Kirkland y Sammamish. Hay una tarifa de inscripción de \$50. <a href="http://www.positiveplace.org">www.positiveplace.org</a>
Childcare Aware of Washington	Llama a <b>(800) 446-1114</b> . Childcare Aware es una lista de recursos de cuidado de niños en Washington. Llame al numero de teléfono o visite al sitio de web para mas detalles: <a href="https://childcareawarewa.org">https://childcareawarewa.org</a>

## Refugios para personas sin hogar

Programa New Bethlehem	Llama a <b>(425) 679-0350</b> <a href="http://www.nbpshelter.org/11920 NE 80th St, Suite 100, Kirkland WA 98033">http://www.nbpshelter.org/11920 NE 80th St, Suite 100, Kirkland WA 98033</a> Abiertos 7 días a la semana de 10:00am-2:00pm   Están ayudando a personas sin cita y en orden de aparición.
Youth Haven (edades 7-17)	Llama a <b>(206) 236-5437</b> . Youth Haven actúa como una colocación de emergencia a corto plazo para jóvenes sin hogar de la comunidad LGBTQ+, cisgenero, y jóvenes que están involucrados/as con el estado a través del Children's Administration. Youth Haven <a href="https://friendsofyouth.org/shelters.aspx">https://friendsofyouth.org/shelters.aspx</a>
The Landing (edades 18-24)	Llama a <b>(425) 449-3868</b> . The Landing sirve como una colocación de emergencia a corto plazo. The Landing está abierto 7 días a la semana y es en Redmond. The Landing también brinda a jóvenes con referencias y recursos necesarios para obtener un hogar. <a href="https://friendsofyouth.org/shelters.aspx">https://friendsofyouth.org/shelters.aspx</a>
Línea para buscar refugio de Seattle	Llama a <b>(206) 245-1026</b> Familias que estén necesitadas de acceso inmediato de refugio llaman la línea de acceso a refugio familiar de emergencia. El/la especialista de acceso completara un asesoramiento breve para determinar si la persona está sin hogar o escapando de violencia doméstica y cuan vulnerables están (si tienen infantes, niños pequeños, necesidades médicas). El/la especialista creara una lista activa de familias diarias en un lugar seguro que todos los refugios familiares puedan acceder.
Safe Parking Program/Programa para estacionamiento seguro	Llama a <b>(425) 922-8051</b> . Si necesitas un lugar seguro en donde estacionar su carro, llama a Safe Parking para inscribirse. Estan ubicados en <b>Lake Washington United Methodist Church: 7525 132nd Ave NE, Kirkland, 98033</b> .

## Recursos financieros

Attain Housing	Llama a <b>(425) 828-0489</b> . Attain Housing ofrece ayuda para prevención de desalojo y ayuda de mudanza para familias con niños a través de su programa "Stable Home". <a href="http://www.atainhousing.org/our-services/stable-home">www.atainhousing.org/our-services/stable-home</a>
Asistencia financiera de Hopelink	Llama a <b>(425) 943-7555</b> . Hopelink tiene fondos para poder ayudar con la renta, la renta del primer mes y/o con utilidades. <a href="http://www.hopelink.org/need-help/financial-assistance">www.hopelink.org/need-help/financial-assistance</a>
Muslim Community Resource Center/Centro de recursos de la comunidad musulmana	Llama a <b>(888) 404-6272</b> . Ayuda de renta y utilidades, comida, prescripciones y medicamentos. <a href="http://mrcrseattle.org/2020/03/15/maps-mcrr-response-to-covid-19">http://mrcrseattle.org/2020/03/15/maps-mcrr-response-to-covid-19</a>
Línea de ayuda de St. Vincent de Paul	Llama a <b>(206) 767-6449</b> . St. Vincent de Paul brinda ayuda a personas que están necesitados de ayuda para pagar la renta, utilidades y comida. Abiertos los lunes-viernes 8am-3pm.
Programa de prevención de desalojos y asistencia de alquiler del condado King	Llama a <b>(206) 263-3481</b> . El Programa de Prevención de Desalojos y Asistencia de Alquiler del Condado de King está aceptando registros de inquilinos para inquilinos en el Condado de King que necesitan asistencia de alquiler. Por favor visite el sitio web o llame a su número para obtener más detalles e información de elegibilidad. <a href="https://kingcounty.gov/depts/community-human-services/COVID/eviction-prevention-rent-assistance.aspx">https://kingcounty.gov/depts/community-human-services/COVID/eviction-prevention-rent-assistance.aspx</a>
Beneficio de internet de emergencia	El Programa de Beneficios de Internet de Emergencia es un programa de la Comisión Federal de Comunicaciones (FCC, por sus familiares) que ofrecen un descuento temporal en las facturas mensuales de banda ancha para los hogares de bajos ingresos que califican. Si su hogar es elegible, usted puede recibir: <ul style="list-style-type: none"> <li>Hasta un descuento de \$ 50 / mes en su servicio de banda ancha y alquileres de equipos asociados</li> <li>Hasta un descuento de \$ 75 / mes si su hogar está en tierras tribales que califican</li> <li>Un descuento único de hasta \$100 para una computadora portátil, tableta o computadora de escritorio (con un copago de más de \$10 pero menos de \$50)</li> </ul> Visite al sitio de web <a href="http://www.getemergencybroadband.org/howtoapply">www.getemergencybroadband.org/howtoapply</a> para mas detalles.

## Recursos de comida

Hopelink	Redmond: <b>(425) 869-6000</b> Kirkland: <b>(425) 889-7880</b> Hopelink tiene cajas de comida listas para llevar a casa. Hay comida suficiente para 21 almuerzos por persona en cada caja. <a href="http://www.hopelink.org/hopelink-coronavirus-response-update">www.hopelink.org/hopelink-coronavirus-response-update</a>
Comidas de Verano a través de LWSO	Almuerzos y desayunos gratuitos para toda la semana están disponibles hasta el miércoles 11 de agosto. Las comidas están disponibles para su recogida en lugares seleccionados. Por favor visite nuestro sitio web para más detalles. <a href="https://www.lwsd.org/pathway-forward/grab-go-student-meals">https://www.lwsd.org/pathway-forward/grab-go-student-meals</a>
Nourishing Networks	Nourishing Networks es una red que conecta a las personas que necesitan alimentos y a las personas que quieren ayudar a abordar la inseguridad alimentaria. Su sitio web enumera dónde encontrar comida en las áreas de Kirkland y Redmond. Por favor visite su sitio para más detalles. <a href="http://www.nourishingnetworks.net">www.nourishingnetworks.net</a>

Redmond United Methodist Church/Iglesia Metodista Unida de Redmond	Llama a (206) 601-1531 (Open Kitchen) Proporcionan almuerzos para llevar cada miércoles de 5-7pm. <a href="https://redmondumc.org/connect/open-kitchen">https://redmondumc.org/connect/open-kitchen</a>
<b>Recursos generales</b>	
2-1-1	"2-1-1 ayuda conectar a los que llaman a servicios para personas de la tercera edad, con discapacidades, que no hablan inglés, pasando una crisis, personas con habilidades de lectura limitadas y/o personas nuevas a sus comunidades."
Friends of Youth	<b>Llama a (425) 869-6490</b> o visite; <a href="http://www.friendsofyouth.org">www.friendsofyouth.org</a> Friends of Youth se ha convertido en un líder en el desarrollo, apoyo y la defensa de los servicios para los niños, jóvenes y sus familias. Friends of Youth se compromete a apoyar y celebrar a jóvenes de todos géneros y orientaciones sexuales."
Ciudad de Redmond	<b>Llama a (425) 556-2900</b> . La ciudad de Redmond tiene una lista de recursos de salud, asistencia financiera, alimentos y cuidado infantil. <a href="https://www.redmond.gov/1366/Resources-for-Individuals-and-Families-1#fin">https://www.redmond.gov/1366/Resources-for-Individuals-and-Families-1#fin</a>
Ciudad de Kirkland	<b>Llama a (425) 587-3000</b> . La ciudad de Kirkland ha compilado una lista de alimentos, vivienda, servicios públicos, atención médica y recursos legales, entre otros. <a href="https://www.kirklandwa.gov/Resident/Public-Safety/Resources-for-Kirkland-Residents-Impacted-by-COVID-19">https://www.kirklandwa.gov/Resident/Public-Safety/Resources-for-Kirkland-Residents-Impacted-by-COVID-19</a>
Ciudad de Sammamish	<b>Llama a (425) 295-0579</b> . La ciudad de Sammamish colabora con agencias locales y regionales que brindan apoyo para educación, servicios para discapacitados, vivienda y asistencia alimentaria, salud mental y asistencia legal, entre otros servicios. <a href="https://www.sammamish.us/community-involvement/health-human-services/">https://www.sammamish.us/community-involvement/health-human-services/</a>
<b>Recursos legales</b>	
Eastside Legal Assistance Program (ELAP)/Programa de Asistencia Legal del Este	Llama a <b>(425) 747-7274</b> (Inglés) o <b>(425) 620-2778</b> (Español), de lunes-viernes 10am – 4pm. "ELAP brinda apoyo legal gratis y de alta calidad a personas de bajos recursos que viven en el este, noreste y sureste del condado King. También brindamos apoyo a sobrevivientes de violencia domestica a todo el condado King." <a href="http://www.elap.org">www.elap.org</a>
King County Bar Housing Justice Project/Proyecto de Justicia de Vivienda del condado King	Llama a <b>(253) 234-4204</b> (Inglés) o <b>(206) 267-7090</b> (Español). El proyecto de justicia de vivienda del condado King es un programa de prevención de pérdida de hogar que es accesible y dirigido por voluntarios para inquilinos de bajos recursos. <a href="http://www.kcbar.org/For-the-Public/Free-Legal-Assistance/Housing-Justice-Project">www.kcbar.org/For-the-Public/Free-Legal-Assistance/Housing-Justice-Project</a>
Northwest Immigrant Rights Project (NWIRP)/Proyecto de los derechos inmigrantes del noroeste	Llama a <b>(206) 587-4009</b> . El Proyecto de los derechos inmigrantes del noroeste promueve la justicia al defender y promover los derechos de los inmigrantes a través de servicios legales directos, defensa sistémica y educación comunitaria. Visite a <a href="http://www.nwirp.org">www.nwirp.org</a> para más detalles.
Tenant Law Center/Centro de Leyes para Inquilinos	Llama a <b>(206) 324-6890</b> de lunes-viernes, 8am – 5pm. El centro brinda asesoría y asistencia para inquilinos que están en peligro de desalojo, están pasando por problemas de reparación, pérdida de depósito, terminación de subsidio, cierres de apartamentos y otros problemas <a href="https://ccsww.org/get-help/specialized-services/tenant-law-center/">https://ccsww.org/get-help/specialized-services/tenant-law-center/</a>
<b>Transportacion</b>	
Servicios de transporte de Hopelink	Llama a <b>(800) 923-7433</b> para programar un viaje. Hopelink puede proporcionar transporte gratuito a citas médicas que no son de emergencia cubiertas por Medicaid. Visite al sitio de web para más detalles: <a href="https://www.hopelink.org/need-help/transportation">https://www.hopelink.org/need-help/transportation</a>
<b>Bienestar y salud mental</b>	
Youth Eastside Services/Servicios para jóvenes en el este	Llama a <b>(425)747-4937</b> o al través del sitio de web: <a href="http://www.youtheastideservices.org">www.youtheastideservices.org</a> "Youth Eastside Services (YES) brinda consejería de salud mental, uso de sustancias con el tratamiento y consejería de trastornos co-ocurrentes, servicios de salud conductual de niñez temprana, servicios psiquiátricos, servicios basados en las escuelas y programas de educación y prevención. Ayudamos niños, jóvenes y familias que están teniendo problemas con la depresión, dolor, trauma, abuso de sustancias, dificultades con identificación cultural o de género, apoyo de orientación sexual, ansiedad, ADHD, autismo, trastornos alimenticios, bajo autoestima y mucho más."
Consejo	Llama a <b>(206) 461-4880</b> , lunes a viernes, 8:00a-5:00p; después de horas normales y fines de semana: <b>(206) 461-3222</b> "Consejería y servicios de recursos de Consejo es una agencia reconocida que brinda servicios de salud conductual a la comunidad latina en el estado de Washington por cuatro décadas."
Trevor Project/Proyecto Trevor	Línea telefónica de prevención de suicidio LGBTQIA+: Llama a <b>1-866-488-7386</b> o mande un texto "Start" a <b>678-678</b> "El proyecto Trevor es la organización líder que brinda intervención de crisis y prevención de suicidio a jóvenes lesbianas, gay, bisexual, transgénero y personas que no están seguras menores de 25 años."
NAVOS	<b>Llama a (206) 248-8226</b> para ayuda. "En Navos ofrecemos un hogar sano para niños, jóvenes y adultos que están en los márgenes, ignoradas o en peligro de serlos. Nuestra misión es transformar la calidad de vida de las personas vulnerables a enfermedades mentales y desordenes de uso de sustancias a través de nuestros cuidados amplios."
Linea Telefonica de Crisis 24 horas del condado King	<b>Llama a 1-866-4CRISIS (1-866-42-4747)</b> "La línea de 24 horas de crisis brinda ayuda inmediata a personas, familias y amistades de personas en crisis emocionales. Podemos ayudarte determinar si usted o su ser querido necesita una consulta profesional y conectarlo/a a los servicios apropiados. Somos una fuente primaria que conecta a residentes de Seattle/condado de King a servicios de salud mental de emergencia."
Programa de acceso comunitario de salud (CHAP en ingles)	<b>Llama a 1 (800) 756-5437</b> Este es un programa para personas quienes les gustaría ver un doctor, pero no lo tienen. <a href="https://www.kingcounty.gov/depts/health/locations/health-insurance/access-and-outreach/community-health-access-program.aspx">https://www.kingcounty.gov/depts/health/locations/health-insurance/access-and-outreach/community-health-access-program.aspx</a>

<b>Línea de ayuda para la angustia por desastres</b>	<b>Llama a 1 (800) 985-5990.</b> Este servicio de 24hrs/7 días a la semana brinda consejería de crisis. Es gratis, de diferentes idiomas y confidencial. Llame a nuestro número o mande un texto a "TalkWithUs" to 66746. <a href="http://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/contact-us">www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/contact-us</a>
<b>TeenLink</b>	<b>Llama a 1 (866) 833-6546.</b> Es una línea telefónica que opera 24hrs al día. Teen Link es un programa de Crisis Connections que ayuda a jóvenes en el estado de Washington. Nuestros voluntarios jóvenes son entrenados/as para escuchar lo que te concierne y platicar contigo sobre lo que está en tu mente—acoso/bullying, problemas de alcohol y drogas, relaciones, estrés, depresión o cualquier problema. ¡Para nosotros no existe un problema que sea muy grande o pequeño! Nuestras llamadas y mensajes son confidenciales." <a href="http://www.teenlink.org">www.teenlink.org</a>
<p><b>¡Ojo!</b> Esta lista de estas agencias son proporcionadas como un recurso informativo para su conveniencia. El Distrito Escolar de Lake Washington no recomienda ni promociona ninguna de estas agencias en esta lista. Nuestro distrito no se hará responsable por ninguno de estos servicios dado por estas agencias. El Distrito Escolar de Lake Washington altamente sugiere que conductas su propia búsqueda e investigación. Usa cuidados razonables antes de seleccionar cualquiera de estas agencias.</p>	