



**Servicios:** Prueba de embarazo GRATUITA/Información y consulta  
 Ultrasonidos/Cursos para padres/Orientación  
 - **Planned Parenthood** 916.446.6921  
[www.plannedparenthood.org/](http://www.plannedparenthood.org/)  
 201 29th Street, Ste B Sacramento, CA 95816

**DENTAL**

- **Carrington College Dental Hygiene Clinic** 916.361.5168  
[carrington.edu/location/Sacramento-dental-hygiene-clinic/](http://carrington.edu/location/Sacramento-dental-hygiene-clinic/)  
 8909 Folsom Boulevard, Sacramento, CA 95826  
 Lu-Ju 8:00 am - 4:30pm  
**Servicios:** Limpieza dental gratuita, aplicación de flúor, selladores dentales,  
 Examen dental gratuito, radiografías (a partir de los 3 años)  
 - **Denti-Cal** 1.800.322.6384  
[www.dental.dhcs.ca.gov/](http://www.dental.dhcs.ca.gov/)  
 Ayuda para localizar un proveedor de servicios dentales que acepte Medi-Cal en su zona  
 - **RC Dental Group** 916.368.0440  
[www.rcdentalgroup.com/](http://www.rcdentalgroup.com/)  
 1180 Sun Center Dr. Rancho Cordova, CA 95670  
 Lu-Ju 7am-5pm, Vi 8am-4pm Cerrado para el almuerzo: Lu-Ju 12 pm-1pm (acepta Medi-Cal)  
 - **Western Dental Services**  
 1016 Riley Street Suite 1, Folsom, CA 95630 916.605.0468  
 Lu-Vi: 9am-6pm (acepta Medi-Cal) Sa: 8am-4:30pm  
 10321 Folsom Blvd. Rancho Cordova 95670 916.384.0943  
 Lu-Vi 9am-7pm, Sa 8am-4:30pm (acepta Medi-Cal)

**BINESTAR DE LA SALUD MENTAL**

- **Care Solace** 1.888.515.0595  
[www.caresolace.com/site/fcusd](http://www.caresolace.com/site/fcusd)  
 - **Departamento de Servicios de Salud de Sacramento**  
[www.dhs.saccounty.net/BHS/Pages/GI-Contact-Us.asp](http://www.dhs.saccounty.net/BHS/Pages/GI-Contact-Us.asp)  
**Unidad de Acceso a los Servicios de Salud Mental** 916-875-1055  
 Lu-Vi 8am-5pm Eligible para Medi-Cal  
 Llamada gratuita al 1-888-881-4881 (24/7 línea de crisis por motivos de salud mental)  
**Servicios:** Orientación/Servicios de evaluación y consulta (0-21yrs)  
 - **The Source** 24/7 Teléfono, chat o texto 916.787.7678  
[www.thesourcesacramento.com/](http://www.thesourcesacramento.com/)  
**Servicios:** Apoyo inmediato en materia de salud mental, ayuda para resolver conflictos y retos familiares, para jóvenes, cuidadores y remisiones en la comunidad  
**Trevor Project Crisis Line LGBTQ Youth**  
[www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org) 1. 866.488.7386  
 - **Stars Behavioral Health group** 916.584.7800  
[www.starsinc.com/sacramento-county/](http://www.starsinc.com/sacramento-county/)  
 Sacramento – Centro de la Ciudad  
 401 S St. Sacramento, CA 95811  
**Servicios:** Programa de Colaboración Integral (FSP) para jóvenes adultos de 16 a 25 años que necesitan servicios de salud mental y apoyo hacia la independencia de los jóvenes

**SERVICIOS ASOCIADOS AL ALCOHOL Y OTRAS DROGAS**

**(AOD)**

- **Alcohólicos Anónimos** 24/7 916.454.1100  
[www.aasacramento.org](http://www.aasacramento.org)  
 - **Narcóticos Anónimos** 24/7 866.565.2135  
[www.sacramentona.org](http://www.sacramentona.org)  
**AOD Prevención Tratamiento y Difusión** 916.874.9754

**CUIDADO INFANTIL**

- **FCUSD– Servicios de Apoyo Familiar** 916.294.9090  
[www.fcusd.org/site/Default.aspx?PageID=1018](http://www.fcusd.org/site/Default.aspx?PageID=1018)  
 Localizado en Cordova Lane Center  
 2460 Cordova Lane, Rancho Cordova, CA 95670  
**ASES Programa Extracurricular: GRATUITO** para los estudiantes que cumplan los requisitos  
 - **Centros de Atención Estudiantil:** 916.294.9091  
[www.fcusd.org/Student\\_Care](http://www.fcusd.org/Student_Care)  
 Centro Educativo Comunitario  
 10844 Gadsten Way, Salón D-2 Rancho Cordova, CA 95670  
 Guardería antes y después del horario escolar  
 Grados K-6 (escala gradual de costos)  
 - **Child Action** 916.369.0191  
[www.childaction.org](http://www.childaction.org) Verificación telefónica  
**GRATUITO/Ayuda** para el pago de servicios para el cuidado de niños de bajo costo  
 Referencias de proveedores de servicios de cuidado de niños (0-13 años)  
 - **Sacramento Crisis Nurseries** 916.679.360 Área Norte  
[www.kidshome.org](http://www.kidshome.org) 916.394.2000 Área Sur  
**Cuidado de emergencia temporal de niños GRATUITO:** Por hora/por noche  
 Ambiente hogareño, cariñoso y seguro  
 Para el cuidado de respiro, el trabajo u otras necesidades (0-5 años)  
 Referencias de recursos disponibles/confidenciales

**EDUCACION**

**Folsom Cordova Unified School District** 916.294.9000  
[www.fcusd.org](http://www.fcusd.org)  
 - **Servicios para Estudiantes sin Hogar**  
[www.fcusd.org/Page/2189](http://www.fcusd.org/Page/2189)  
 2460 Cordova Lane Center Rancho Cordova, CA 95670  
**Inscripciones escolares aun sin alojamiento seguro, o domicilio permanente o con un domicilio temporal**  
 Para más información llame a la oficina de Enlace para Estudiantes sin Hogar: 916.294-9090 ext.610340  
 - **Educación para Adultos** 916.294.9106  
[www.fcusd.org/adulted](http://www.fcusd.org/adulted)  
 10850 Gadsden Way, Rancho Cordova ,CA 95670  
 Programa de Diploma y GED/Clases de ESL/Educación para padres  
 Programa de orientación laboral para refugiados y servicios de apoyo  
 - **PREESCOLAR**  
**Programas Preescolares Estatales y Federales** 916.294.9090  
[www.fcusd.org/preschool](http://www.fcusd.org/preschool) solicitud de inscripción disponible en línea

**Proceso de Inscripción:**

1. Recoger la solicitud en: Cordova Lane Center  
 2460 Cordova Lane, Rancho Cordova 95670
2. Llenar la solicitud/ traer el registro de vacunación
3. Llame para obtener una cita de elegibilidad. / elegibilidad basada en el nivel de ingresos
4. Debe ser capaz de ir al baño por si mismo

- **Grupo de Juego de Preparación para la Escuela** 916.294.9090  
**Programa gratuito para niños de 0 a 3 años**  
 - **Oficina de Educación del Condado de Sacramento** 916.228.2542  
**Proyecto TEACH**  
[www.scoe.net/projectteach](http://www.scoe.net/projectteach)  
**Servicios:** Colabora con refugios/ programas de vivienda de transición y agencias comunitarias para atender a los niños y sus familias que carecen de un hogar permanente  
 - **Brainfuse Tutoría GRATUITA en línea** 866.272.4638  
[www.brainfuse.com](http://www.brainfuse.com)  
**NECESITA: Credencial de la biblioteca /Iniciar una sesión en Brainfuse** a través del sitio web de la biblioteca local, a continuación, crear un nombre de usuario y una contraseña  
**Ayuda gratuita en línea para hacer la tarea con un tutor en vivo**  
 Grados k-12. Matemáticas/Lengua/Ciencia/Estudios Sociales/ Español/Escritura  
 Práctica para los exámenes SAT/ACT/GED y más...

**TRANSPORTE**

- **Sacramento Regional Transit/Light Rail** 916.321.2877  
[www.sacrt.com](http://www.sacrt.com)

- **Muestre el pase de RT (los estudiantes con calcomanía e identificación viajan gratis). Consulte los detalles con la escuela de su hijo o visite**  
[www.RydeFreeRT.com](http://www.RydeFreeRT.com)
- **Tarifa básica si NO es estudiante:\$2.50 Un viaje, \$7.00 Pase por el día**
- **SmartRT Ride (Servicio de esquina a esquina) 916-556-0100**  
**Los estudiantes con calcomanía e identificación viajan gratis**  
 Solicite un viaje en línea [ondemand.sacrt.com](http://ondemand.sacrt.com)  
**O descargue la aplicación gratuita Smart Ride**

**BIBLIOTECAS**

- **Biblioteca Pública de Folsom** 916.461.6130  
[www.folsom.ca.us](http://www.folsom.ca.us)  
 411 Stafford Street, Folsom, CA 95630  
 Ma/Mi 10am-8pm, Ju-Do 10am-5pm  
 Ayuda con la tarea/actividades/juegos Grados 2-8  
**Biblioteca de Rancho Cordova**  
[www.saclibrary.org](http://www.saclibrary.org)  
 9845 Folsom Boulevard, Sacramento 95827  
 Ma-Mi 10am-8pm, Ju 10am-6pm, Vi 1pm-6pm, Sa 10am-5pm

**RECURSOS Adicionales**

- **Sacramento Works Centro de Empleo** 916.563.5151  
[www.sacramentoworks.org](http://www.sacramentoworks.org)  
 Información sobre ofertas de empleo/asistencia en la redacción de currículum vitae.  
 Estrategias para entrevistas/habilidades laborales/recursos  
 - **Programa de Asistencia Telefónica de California** 1.877.777.1914  
[www.Californialifeline.com](http://www.Californialifeline.com)  
 - **Universal Service Administrative Company** 1 800.234.9473  
[www.lifelinesupport.org/](http://www.lifelinesupport.org/)  
 Lifeline es un programa federal que reduce el costo mensual del teléfono e internet  
 - **Sacramento Municipal Utility District** 1.888.742.7683  
[SMUD.org](http://SMUD.org)  
 Ayudas y descuentos para personas de bajos ingresos  
 - **Renters Helpline** 916.389.7877  
[www.rentershelpline.org](http://www.rentershelpline.org)  
 Asistencia en caso de Desalojo  
 - **Legal Services of Northern CA** 916.551.2150  
[www.lsnr.net](http://www.lsnr.net)  
 Asistencia en caso de Desalojo  
 - **William R. Ridge Family Court** 916.875.3400  
[www.saccourt.ca.gov/default.aspx](http://www.saccourt.ca.gov/default.aspx)  
 3341 Power Inn Road9 Lu-Vi 8:30 a.m. a 4:00 pm  
 Sacramento, CA 95826  
 Servicios especializados en el Juzgado de lo Familiar y mucho más..  
 - **Voluntary Legal Services Program** 916.551.2102  
[www.vlsp.org](http://www.vlsp.org)  
**Servicios gratuitos:** Derecho de Familia, tutela, cobro de deudas, derecho laboral, etc.