

## Salud Mental

Crossroads Family Center..619-441-1907

*\*Centro de tratamiento ambulatorio. El Cajon 92021*

Alvarado Parkway Institute *abierto 24 hrs para evaluaciones psiquiátricas*.....619-431-4877

Centro de crisis conductual para niños  
Rady's Children's.....858-966-5484  
Hospital psiquiátrico del condado de San Diego .....619-692-8200  
3853 Rosecrans St San Diego, CA 92110

Sharp Grossmont.....619-740-4800  
Unidad de evaluación Urgente para niños y adolescentes.....619-876-4502

## Niños y Adolescentes

San Diego Youth and Family Services Programs.....619-221-8600  
Línea de ayuda.....888-724-7240

Servicios de Educación Especial  
SELPA.....619-590-3920  
Director of Pupil Services and Special Education; Mountain Empire.....619-473-8869  
Alpine Youth Center.....619-659-5088

*\*Mar, Mier, Jue. 2:00-6:00; 11 -18 años-gratis*

Learning Assistance Center.....619-956-0615

*\*Counseling Services for children Pre-K - high school*

## Alberge de Emergencia

The Storefront.....619-325-3527  
Cool Beds.....619-221-8600  
Crisis house.....619-444-1194

## LGBT

The Center.....619-692-2077  
Pflag (Santee location).....888-398-0006  
*\*Apoyo para padres, familiares y amigos*  
Stepping Stone.....619-278-0777  
NAMI.....619-543-1434

Emergencias Psiquiátricas.....9-1-1  
Línea prevención del suicidio .....9-8-8  
Línea de Acceso/Crisis .....1-888-724-7240  
Suicide Prevención.....1-800-273-8255  
*Presione #2 para español*

Texting Line: text "START" to .....741-741  
Veterans (presione #1).....800-273-8255  
Veterans Texting Line .....838-255  
Trevor Project.....866-488-7386  
Safe Helpline.....877-995-5247  
RAINN .....800-656 HOPE .....4673  
Eating Disorder Hotline.....800-931-2237

*Lunes-viernes*

Peer Warm Line.....855-845-7415  
Nami.org .....800-950-NAMI  
Text "nami" to .....741741

## SERVICIOS DE EMERGENCIA

### Líneas de Crisis

Abuso de Niños.....800-344-6000  
Abuso de Adultos.....800-510-2020  
Crisis de Adolescente.....800-843-5200

### Violencia Doméstica

Becky's House.....619-234-3164  
Passagntes.....619-239-0355  
Center for Com. Solutions...888-385-4657  
Women's Resource Center...760-757-3500  
Community Resource Ctr....760-753-8300

### Tratamiento Residencial

Halcyon Center, El Cajón .....619-579-8685  
*\*Centro de tratamiento residencial a corto plazo, para pacientes que sufren trastorno mental graves*

### Asistencia de Comida y Ropa

American Red Cross WIC...800-500-6411  
*\*Asistencia para mujeres embarazadas y padres con niños menores de 5 años*  
CalFresh (EBT)..... 866-262-9881  
220 S 1st St, El Cajon, CA 92019  
[www.mybenefitscalwin.org](http://www.mybenefitscalwin.org)

Alpine Ralph's Mobile Food Pantry at 1st Baptist Church.....619-940-9335  
*\*9:30am -10:15am (Tavern Rd. & Arnold Way)  
Segundo y cuarto Martes*

Feeding San Diego.....858-452-3663  
2do & 4to Lunes (9:30-10:30) .31115 Highway 94, Campo  
1ro & 3ro Jueves (12 -1p) ..2595 Broken Bone Ln., Portrero

## Guía de Recursos

Su cita es:

## Consultante de Salud Mental:

**Angelina Canizalez**

(619) 818-5303

## Mountain Health Family Medicine

1388 Buckman Springs rd. 91906  
(619) 205-6792

## Mountain Health Community Center

976 Sheridan Rd, 91906  
(619) 478-2384

SmartCare Oficina Administrativa  
1012 Main St., Ste. 101, Ram. 92065  
(760) 788-9725 fx: (760)788-9754

Síganos:

[vistahillsmartcare.com](http://vistahillsmartcare.com)  
[facebook.com/vistahillsmartcare](https://www.facebook.com/vistahillsmartcare)  
[instagram.com/vistahillsmartcare](https://www.instagram.com/vistahillsmartcare)



## USO Y ABUSO DE SUSTANCIAS

### Recuperación para Adolescentes

McAllister Institute.....619-442-0277  
[www.mcalisterinstitute.org](http://www.mcalisterinstitute.org)

### Recuperación para Adultos

McAlister Institute.....619-465-7303  
*\*Desintoxicación residencial no- medica*  
1400 N. Johnson Ave. Ste.101 El Cajón 92020

### Recuperación para Hombres

Freedom Ranch.....619-478-5696  
1777 Buckman Springs Road Campo, CA 91906

### Recuperación para Mujeres

Harmony.....858-384-6284

### Recuperación para Indigentes

East County Transitional Living Center.....  
.....619-442-0457 ext. 1118  
*\*familias/ uni-parental con niños*

Belinda's Place.....619-446-6945  
*\*Ancianos/frágil de salud*

Downtown Impact.....619-398-2156

### Reuniones de apoyo

AA.....619-265-8762  
NA.....800-429-7690  
Al-Anon.....619-296-2666  
CoDA .....619-222-1244

### Desintoxicación Medica

Sharp McDonald Center.....858-637-6920  
Crash.....619-233-0527

### Therapists

Alpine...Dr. Jennifer Kugel-Fritz...619-445-6200

## SALUD/MEDICINA

Medi-cal Línea de información para familias..  
.....800-880-5305

### Envejecimiento

*\* para 60 y mayores de edad*

Aging & Independent Svcs.....800-510-2020  
FACT Servicios de Transporte.....888-924-3228  
Senior Impact.....619-977-3716

### Hospicio & Luto

Elizabeth Hospice.....760-737-2050  
Together Hospice Care.....619-597-1388  
Sharp HospiceCare.....619-667-1900

### Asistencia de Servicios Públicos

California Lifeline Program  
English.....866-272-0349  
Spanish.....866-272-0350

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

*\*línea telefónica básica para hogares que califican de bajos ingresos*

SDG&E .....800-411-7343  
*\*Asistencia para hogares califican de bajos ingresos*

### Legal

Legal Aid.....877-534-2524  
Disability Help Center.....888-418-8860  
Aging & Disability Resource Connection  
.....800-510-2020

### Alberges

Inclement Weather Shelter .....  
.....2-1-1 o 858-300-1211  
*\*Alberge temporal durante inclemencias del tiempo*

### Juvenil

#### *YMCA Childcare Resource Services*

Línea de Referencias de Cuidado Infantil.....  
.....800-481-2151  
Head Start .....619-473-9022

*\*Servicio Preescolar para niños de 2-5 años*

[www.interfaithservices.org](http://www.interfaithservices.org)

## Planificación Familiar

Planned Parenthood.....888-743-7526  
1685 E Main St, El Cajón, CA 92021  
[www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)

### Otros Servicios

Línea directa para Fumadores...800-766-2888  
[www.californiasmokershelpline.org](http://www.californiasmokershelpline.org)

800-NO-BUTTS..... 800-662-8887  
Sociedad Americana Contra Cáncer.....  
.....800-227-2345

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

Asociación Americana de la Diabetes.....  
.....619-234-9897

[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

Inmunizaciones (CDC) .....800-232-4636

### Veteranos

Línea de crisis para veteranos.....800-273-8255  
Text...838255..... [www.veteranscrisisline.net](http://www.veteranscrisisline.net)

VA San Diego Healthcare system.....  
.....858-552-8585  
3350 La Jolla Village Dr, SD 92161

Veteran's Village.....619-393-2000

### Biblioteca

SD County Library.....619-478-5945  
31356 Highway 94, Campo, CA 91906

Alpine Library.....619-445-4221  
1752 Alpine Blvd. Alpine, CA 91901

### Escuela para Adultos

Grossmont Adult School.....619-588-3512  
1550 Melody Ln,, El Cajón, CA 92019