

## Servicios de Consejería



24/7 Línea de Crisis | 888.900.4232 o  
866.269.2559 o 800.799.SAFE

**Amor y Respeto** | loveisrespect.org

**Servicios Monarch** | 831.722.4532

**Cool Not Cool** | coolnotcoolquiz.org  
aplicación de amigos y relaciones

**Clínica de Familias y Mujeres de Walnut Ave.** |  
831.426.3062

## Papás y Mamás Adolescentes

**Programa de Early Head Start para  
Padres Adolescentes** | 831.688.3802 o 831.761.8126 x19  
**Visitas de Enfermeras a Casa** |  
831.454.4339

**PAPAS** | 831.763.3123

**PVUSD Padres Adolescentes** | 831.786.8273



## Servicios para LGBT+



**TrevorLifeline** | 1-866-488-7386

TheTrevorProject.org/get-help-now/

**Diversity Center** | diversitycenter.org

**Queer Youth Task Force** | QYTF.org

**TransFamilias** | transfamiliasca.org

**GLAAD- Padres y Familias** | GLAAD.org/familia

## Servicios Legales

**Proyecto de Inmigración CAB** | 831.724.5667

Información de **DACA** | 831.274.3159 permiso de

trabajo para adolescentes indocumentados

**Foster Youth Have Rights** | 877.846.1602

FosterYouthHelp.ca.gov

**Barrios Unidos** | 831.457.8208

**Western Service Workers Association** |  
831.429.6016



Servicios legales para trabajadores de bajos  
ingresos

**Guía de leyes para Adolescentes** |

teenhealthrights.org

**Centro de Leyes de Watsonville** | 831.722.2845

## Alcohol y Drogas

**Alateen** | 831.462.1818 al-anon.org/alateen

**Alcohólicos Anónimos** | 831.475.5782 Narcóticos

**Anónimos** | 855.562.2789

**Intercambio de Jeringas** | 831.454.2437

**Acceso a Narcan** | https://www.hipscc.org/

naloxone-and-fentanyl

**PVPSA** | 831.728.6445

**Servicios a la Juventud** | 831.688.8856

http://recoverywave.org/

*\*servicios de consejos disponible*



## Aplicaciones del Teléfono y Más

**Bedsider** | recordatorio para anticonceptivos

**Clue** | monitorea tu periodo

**Spot On** | monitorea tu periodo y anticonceptivos

**Pregnancy Tracker & Baby App** |

Información de embarazo y cuidado  
de su bebé

**Text4Baby** | Salud y cuidado de bebé

**My Sex Doctor (17+)** o **My Sex Doctor Lite (12+)** |

Educación sexual



txt **Hookup** a 877877 información  
de salud sexual y consejos de la vida

txt **Baby** o **Bebé** a 5114

Manteniéndote a ti y tu bebé saludables

txt **MyBC** o **MiAC** a 42411

recordatorios para anticonceptivos

**Enfermera privada de enfermedades transmitidas  
sexualmente del Condado de Santa Cruz** | 831.454.5043



**scarleteen.com** | educación sexual para la vida real

**bedsider.org** o **bedsider.org/es** | todo sobre

anticonceptivos

**teensource.org** | sexo+salud+tú

**smartsexresource.com** | información y

recursos sobre salud sexual

**safekids.org** | consejos para mantener su hijos

seguros

**condomfinder.org** | Encuentra condones gratis en tu

área



¿Preguntas?

¡Respuestas!

**Aplicaciones, Números  
de Teléfono,  
y Sitios de Web para  
Obtener la Asistencia  
que Necesita**



Escanea para Ver PDF

## Cuidado de Salud

**Planned Parenthood** |  
831.724.7525 (Watsonville)  
831.426.5550 (Santa Cruz)



**Salud Para la Gente** | 831.728.0222  
**Santa Cruz Community Health Centers** |  
831.427.3500

**Clínicas del Condado** |  
831.454.4100 (Santa Cruz)  
831.763.8400 (Watsonville)

**Aid Access** | aidaccess.org  
Acceso a abortos médicos seguros para  
personas que no tienen acceso a servicios  
de aborto seguro.



**Covered California** | 800.300.1506  
www.coveredCA.ca  
**Dientes** | 831.464.5418

Cuidado dental gratis o de bajo costo

**Health Services Agency** | 831.454.4339

Información sobre el VIH y donde ir para una prueba

## Consejería

**All-Options** | 888.493.0092  
all-options.org  
Embarazo, aborto, adopción, crianza  
**Línea de Acceso a Salud Mental** |  
800.925.2335

**My3** | my3app.org  
Manténgase conectado cuando  
tenga pensamientos de suicidio  
**Apoyo de Hospicio** | 831.430.3000  
**Disciplina Positiva** | (831) 476-7284  
x 107



## Línea de Crisis 24 horas

**Emergencia** | 911

**Suicidio** | 831.458.5300 o 877.663.5433

**LGBTQ Suicidio** | 866.488.7386

**Violencia Domestica** | 888.900.4232 o  
866.269.2559 o 800.799.SAFE

**Alcohol** | 831.475.5782

**Drogas** | 855. 562.2789

**Línea de Control de Veneno** | 800.222.1222



## Educación

**Cabrillo** | 831.479.6378 www.cabrillo.edu  
**Cabrillo ACE Program** | 831.477.3340  
Apoyo para ayudar a estudiantes  
terminar el colegio  
**Cabrillo Puente Project** | 831.479.6541  
Tutoría y apoyo escolar  
**SC Adult School** | 831.429.3966  
**Wats/Aptos Adult Ed.** | 831.786.2160  
**Underground Scholars** | 510.643.2226  
Apoyo para ayudar a estudiantes que estuvieron  
en la cárcel, entrar a UC Berkley



## Empleo

**Alcance** | 831.763.2174 x 206 entrenamiento de  
trabajo, y experiencia de trabajo

**Career Centers / Workforce Santa Cruz Co.** |  
santacruzhumanservices.org/WorkForceSCC  
servicios de ayuda para encontrar trabajo

**Digital Nest** | 831.722.6378 | digitalnest.org  
servicios de internet gratis y  
entrenamiento de computadoras

**Sueños** | 831.466.5672 Ayuda para adolescentes a  
encontrar trabajo  
**ROP** | 831.466.5760



## Comida, Hogar, & Bicicletas

**Food Hotline** | 831.662.0991  
**Youth Homelessness Response Team** | 831-227-  
8733  
**My Benefits CalWIN** | 888.421.8080  
mybenefitscalwin.org  
Salud, comida, asistencia monetaria  
**www.GetCalFresh.org** | aplicación para  
estampillas de comida  
**Bike Church** | 831.296.0326 | Santa Cruz  
**Bike Shack** | 831.296.0326 | Watsonville



**Housing Authority** | 831.454.5955  
**Homeless Services Center** | 831.458.6020  
**Runaway Safeline** | 800.RUNAWAY  
**Siena House** | 831.425.2229 para mujeres  
**www.free2beakid.com** | ropa



"Hola, soy un estudiante en  
[tu escuela], y quisiera  
aprender mas sobre [explica  
la razón de tu llamada]."

Para pedir copias de este folleto, por favor de contactar a Nancy Willard al  
Nancy.Willard@santacruzcounty.us, directora de l programa de Salud para los  
Adolescentes