

# Parenting Now!

resources.parentingnow.org/es

# 2020 Recursos para familias

## NECESIDADES BÁSICAS

### Catholic Community Services <sup>ESP</sup>

www.CCSLC.org info@CCSLC.org

#### Centros de servicio a la comunidad

1464 West 6th Ave., Eugene 541-345-3628  
1025 G Street, Springfield 541-345-3628

Los servicios incluyen alimentos, ayuda para la luz, ropa, artículos de higiene, ayuda con receta, ayuda con identificaciones y actas de nacimiento, pases de un día para el camión, información y remisiones y servicios legales de inmigración. Sin costo.

#### G Street Oasis gstreet@CCSLC.org

First Baptist Church, 1175 G St., Springfield 541-214-0260

Programa de día para familias que se encuentran sin vivienda en Springfield. Acceso a lavandería, regaderas, manejo de casos y ayuda en la búsqueda de empleo y vivienda. Llamar para una cita de admisión.

#### Centro Latino Americano VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

#### Cornerstone Community Housing <sup>ESP</sup>

www.cornerstonecommunityhousing.org  
info@cornerstonecommunityhousing.org

1175 Charnelton Street, Eugene 541-683-1751

Vivienda de calidad y accesible para personas con ingresos limitados. Servicios que promueven oportunidades para crecimiento personal e independencia económica.

#### First Place Family Center <sup>ESP</sup>

www.FirstPlaceFamilyCenter.org  
1995 Amazon Parkway, Eugene 541-342-7728

Centro de acceso de día para familias con niños menores de 18 años. Alimentos, cocina, lavandería, regaderas, teléfono, servicios de correo, computadoras con acceso a internet, refugio de emergencia y servicios en la búsqueda de vivienda.

#### Fish

P.O. Box 2412, Eugene 97402 541-689-9750

Voluntarios proporcionan alimentos, gas propano y ayuda limitada con medicamentos recetados a cualquiera en necesidad.

#### Food for Lane County <sup>ESP</sup>

www.foodforlanecounty.org info@foodforlanecounty.org

770 Bailey Hill Rd., Eugene 541-343-2822

Distribución de alimentos de emergencia en todo el condado a través de una red de 157 agencias. Cajas de alimentos, lugares de comidas, hortalizas, educación de nutrición, capacitación para empleos, programas para niños y ancianos.

#### Helping Hand Room

First Christian Church, 1166 Oak St., Eugene 541-344-1425

Cunas para bebés y ropa para niños y adultos gratis. Ropa de cama y artículos de cocina también disponibles. Abierto martes y jueves de 12 - 2 p.m.

#### Homes for Good Housing Agency <sup>ESP</sup>

www.homesforgood.org

177 Day Island Rd., Eugene 541-682-3755

300 West Fairview Dr., Springfield 541-682-4090

Programas federales ayudan a familias con vivienda de renta de propietarios privados y provee viviendas de renta administradas por Homes for Good. Visita la página web para más información.

#### Hosea Youth Services <sup>ESP</sup>

www.hoseayouth.org info@hoseayouth.org

834 Monroe St., Eugene 541-344-5583

Cenas calientes, regaderas, lavandería, ropa, necesidades básicas, búsqueda de trabajo y escuelas, mentores y oportunidades de adquisición de habilidades para la vida. Abierto lunes, miércoles y jueves 4:30 - 6:30 p.m.

### Lane County WIC Program (Women, Infants and Children Supplemental Food & Nutrition Program) <sup>ESP</sup>

www.lanecounty.org WIC@co.lane.or.us

151 West 7th Ave., Suite 210, Eugene 541-682-4202

Información de nutrición y alimentación, apoyo para amamantar, remisiones y ayuda para comprar alimentos saludables para mujeres embarazadas y después del parto y niños del nacimiento a los 5 años. La elegibilidad se basa en valoraciones de salud y de ingresos.

### Looking Glass Station 7 ~ Project Safe Place <sup>ESP</sup>

www.lookingglass.us Station7@lookingglass.us

931 West 7th Ave., Eugene Crisis: 1-888-689-3111

Alojamiento de emergencia para adolescentes que se han ido de su casa o sin vivienda (edades 11-17) intervención en caso de crisis las 24 horas, transporte de emergencia y reconciliación con la familia.

### Nutrition Education Program ~ Oregon State

#### University Extension <sup>ESP</sup>

www.foodhero.org jillian.drewes@oregonstate.edu

996 Jefferson St., Eugene 541-344-0249, ext. 2

Clases para preparar comidas y refrigerios para la familia rápidos, saludables y sabrosos con un presupuesto limitado.

### Oregon Department of Human Services (DHS)

#### ~ Self-Sufficiency Programs (SSP) <sup>ESP</sup> www.oregon.gov/dhs

District Office, 2885 Chad Dr., Eugene 541-687-7373

McKenzie Center, 2885 Chad Dr., Eugene 541-686-7878

Springfield Main Street Center, 101 30th St. 541-726-3525

West Eugene Family Center, 2101 West 11th Ave. 541-686-7722

Cottage Grove Family Center, 305 Coop Court 541-942-9186

Florence Central Coast Resource Center, 3180 Hwy. 101N 541-997-8251

Oakridge Center, 48310 East First St. (lunes y miércoles) 541-782-4217

Subsidio para cuidado de niños relacionado al empleo (ERDC), ayuda temporal para familias necesitadas; ayuda temporal para sobrevivientes de violencia doméstica, y beneficios de alimentos con capacitaciones y oportunidad de empleo por medio de nuestra agencia asociada STEP.

### Positive Community Kitchen <sup>ESP</sup>

positivecommunitykitchen.org

info@positivecommunitykitchen.org 541-249-4942, ext.102

Comidas para gente en crisis de salud debido al cáncer o a una enfermedad que amenaza la vida. Preparadas con amor por adolescentes voluntarios y entregada gratis.

### Salvation Army of Lane County

www.eugene.salvationarmy.org

640 West 7th Ave., Eugene 541-343-3328

Despensas de alimentos y ayuda limitada para pagar renta con orden de desalojo de 72 horas. Llame para los horarios.

### ShelterCare ~ Homeless Prevention Program <sup>ESP</sup>\*

www.sheltercare.org scadmin@sheltercare.org

499 West 4th Ave., Eugene 541-689-3785

Ayuda de emergencia para el pago de la renta para familias con niños, adultos mayores y personas discapacitadas que enfrentan una situación inusual y que normalmente pagan su renta sin ayuda.

## ABUSO/NEGLIGENCIA INFANTIL VIOLENCIA DOMESTICA ABUSO/ASALTO SEXUAL

### CAFA (Christians As Family Advocates) www.cafaweb.com

921 Country Club Rd., Suite 222, Eugene 541-686-6000

Intervención en caso de violencia doméstica para ofensores y víctimas, clases de crianza, servicios de visitas supervisadas y terapia individual para adultos, niños, parejas y familias.

### CASA (Court Appointed Special Advocates)

www.casa-lane.org

174 Deadmond Ferry Rd., Springfield 541-984-3132

CASA voluntarios abogan en tribunales de dependencia juvenil a favor de niños (nacimiento a los 18 años) quienes han sido víctimas de abuso o negligencia.

### Jasper Mountain <sup>ESP</sup>\*

www.jaspermountain.org Línea en caso de crisis: 1-888-989-9990

37875 Jasper-Lowell Rd., Jasper Jasper Mountain: 541-747-1235

89124 Marcola Rd., Springfield SAFE Center: 541-741-7402

Tratamiento intensivo de salud mental para niños (4-13 años) incluyendo tratamiento residencial, escuela para tratamiento de día, cuidado temporal terapéutico, estabilización de crisis y programa de respuesta a crisis las 24 horas del día (ver Líneas de Ayuda).

### Kids FIRST <sup>ESP</sup>

www.kidsfirstcenter.net

299 E 18th Ave., Eugene 541-682-3938

Intervención y apoyo para niños que han sido víctimas o testigos de crímenes. Facilitador de investigaciones multidisciplinarias de abuso infantil a la vez que proporciona apoyo a los niños y sus familias.

### Lane County Legal Aid/Oregon Law Center VER LEGAL

#### Options Counseling and Family Services VER TERAPIA

#### PSICOLÓGICA

### Oregon Department of Human Services (DHS)

#### ~ Child Welfare Programs (CWP) <sup>ESP</sup> www.oregon.gov/dhs

Reportes de abuso/negligencia (24/7): 1-855-503-7233

Willamette Street Office, 1899 Willamette St., Eugene 541-686-7555

West Eugene Family Center, 2101 West 11th Ave. 541-686-7722

Gateway Center, 1040 Harlow Rd., Springfield 541-726-6644

Cottage Grove Family Center, 305 Coop Court 541-942-9186

Florence Central Coast Resource Center, 3180 Hwy. 101N 541-997-8251

Niños seguros y apoyo a las familias, protección al menor, cuidado temporal y adopciones.

### Relief Nursery, Inc. VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

### Sexual Assault Support Services (SASS) <sup>ESP</sup>

Línea en caso de crisis: 541-343-SASS (7277)

www.sass-lane.org o 1-844-404-7700 (llamada gratis)

591 West 19th Ave., Eugene (sin cita) Oficina: 541-484-9791

Servicios para sobrevivientes de violencia sexual y sus personas de apoyo. Línea de crisis 24-horas, centro sin cita, grupos de apoyo, conexiones con la comunidad, terapia psicológica y más. Sin costo y confidencial. Llame para los horarios.

### The Survivors Justice Center VER LEGAL ~ LANE COUNTY

#### LEGAL AID/OREGON LAW CENTER

### Womenspace <sup>ESP</sup>

Línea de ayuda o en caso de crisis: 541-485-6513 o 1-800-281-2800

www.womenspaceinc.org info@womenspaceinc.org

1577 Pearl St., segundo piso, Eugene Oficina: 541-485-8232

Provee seguridad, esperanza y recuperación para sobrevivientes de violencia doméstica. Sirviendo a gente de todos los géneros en Lane County. Servicios en Español.

## GUIDADO INFANTIL

### 211 Info VER LÍNEAS DE AYUDA

### American Red Cross VER MÉDICO • DENTAL

### The Arc Lane County/Jumpstart <sup>ESP</sup>\*

www.arclane.org annie.wahto@arclane.org

4181 E St., Springfield Annie Wahto: 541-343-5256

Programa de enriquecimiento, inclusión a la comunidad, y programas de enriquecimiento para niños (edades de 5 a 18 años) que experimentan I/DD. Programa extra escolar y sábados disponibles.

### Bethel School District Young Mothers and Fathers

#### Program VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

### City of Eugene Recreation Services VER RECREACIÓN

### Eugene Family YMCA VER RECREACIÓN

### Eugene School District 4J www.4j.lane.edu

200 North Monroe St. 541-790-7700 o <sup>ESP</sup> 541-790-7707

Para la comunidad: programas de cuidado de niños/preescolar en las escuelas preparatorias de North Eugene y South Eugene.

Para estudiantes: programas para adolescentes. Cuidado de niños antes y después de clases disponible en varias escuelas primarias.

### Head Start and Early Head Start of Lane County

#### VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

### CLAVE PARA INTERPRETACIÓN

- <sup>ESP</sup> Interpretación en Español disponible
- <sup>ESP</sup>\* Interpretación en Español disponible si lo solicita
- <sup>LSA</sup> Interpretación en LSA disponible



**Lane County Maternal Child Health Services**  
VER EMBARAZO • NACIMIENTO • APOYO POSTNATAL • ADOPCIÓN  
**Lane County Youth Services** VER LEGAL

**Lane Kids** **ESP**  
www.lanekids.org info@lanekids.org  
3171 Gateway Loop, Springfield 541-741-6000  
Centro de educación para padres y apoyo a la familia en Lane County. Conexiones a recursos locales, herramientas para la crianza de los hijos y actividades apropiadas para la familia.

**Oregon Family Support Network** **ESP**  
www.ofsn.org ofsnlane@ofsn.net  
72A Centennial Loop, Suite 150, Eugene 541-342-2876  
Apoyo para familias criando a jóvenes con problemas de salud emocional, de comportamiento o mental (no es necesario un diagnóstico). Servicios de descanso, grupos de apoyo, eventos para la familia, apoyo IEP&504.

**Parenting Now!** **ESP**  
86 Centennial Loop, Eugene, OR 97401  
www.parentingnow.org info@parentingnow.org  
Oficina: 541-484-5316 Fax: 541-484-1449  
Educación para padres/servicios de apoyo para padres con bebés y niños pequeños. Abierto a todas las familias.  
**Programas: Incredible INFANTS; Wonderful ONES; Terrific TWOs; Thrilling THREES; Program for Young Parents** (edades 12-25) que están embarazadas o ya tengan hijos; **Make Parenting A Pleasure** para padres experimentando niveles altos de estrés; **Creecer** para familias que hablan Español; **Revisión de los asientos infantiles para el carro; Playtime for Parents and Children; y Baby Connection** (ver Embarazo • Nacimiento • Apoyo Postnatal • Adopción).

**Pearl Buck Preschool** VER DISCAPACIDAD  
**Relief Nursery, Inc.** **ESP** www.reliefnursery.org  
1720 West 25th Ave., Eugene 541-343-9706  
850 South 42nd St., Springfield 541-485-0007  
Apoyo basado en las fortalezas para familias con bajos ingresos y niños menores de 6 años; respuesta en caso de crisis, visitas al hogar, salones terapéuticos, educación especial de la niñez temprana, clases para padres, terapia para niños y apoyo en la recuperación. Sin costo.

**Safe Kids West Oregon**  
www.peacehealth.org/safekids jcole3@peacehealth.org  
3333 RiverBend Dr., Springfield 541-222-1787  
Educación preventiva y recursos para reducir la frecuencia y severidad de las lesiones en niños hasta la edad de 21 años.

**Triple P: Positive Parenting Program** **ESP**  
www.lanetriplep.org info@lanekids.org  
3171 Gateway Loop, Springfield 541-741-6000  
Curso de educación en línea para ayudar a manejar pequeños retos en la crianza de los hijos. Sin costo para las familias que reciben OHP.

**Twins & Beyond**  
www.twinsandbeyond.org twinsandbeyond@gmail.com  
Grupo de apoyo que da ánimo, eventos y citas de juego para familias con gemelos, triates, y múltiples en la basta área de Lane County.

## AYUDA FINANCIERA

**American Red Cross** VER MÉDICO • DENTAL  
**Catholic Community Services** VER NECESIDADES BÁSICAS  
**Cornerstone Community Housing** VER NECESIDADES BÁSICAS  
**Homes For Good Housing Agency** VER NECESIDADES BÁSICAS  
**Oregon Department of Human Services** VER NECESIDADES BÁSICAS

## PESAR • PÉRDIDA

**The Compassionate Friends**  
www.eugenecompassionatefriends.org Danelle: 541-525-4857  
eugenecompassionatefriends@gmail.com MarDee: 541-870-5427  
Consuelo personal, esperanza y apoyo ofrecido a cualquier familia que experimenten la muerte de un hijo(a), hermano(a) o nieto(a).

**Courageous Kids** **SP\***  
www.courageouskidsoregon.org kpfeiffer@peacehealth.org  
677 East 12th Ave., Suite N 180, Eugene 458-205-7474  
Programa de apoyo de duelo para niños (1ro al 12avo grado) y sus familias, quienes experimentan la muerte de un ser querido.

**First Candle** 1-800-221-7437  
www.firstcandle.org info@firstcandle.org  
Apoyo de luto para aquellos afectados por la muerte de un bebé.

**Hospice of Sacred Heart** www.peacehealth.org  
677 East 12th Ave., Suite N 110, Eugene 458-205-7400  
Grupos de apoyo de luto para adultos, sesiones de ocho semanas. Llame para registrarse.

**WellMama, Inc.** VER EMBARAZO • NACIMIENTO • APOYO POSTNATAL • ADOPCIÓN

## LÍNEAS DE AYUDA

**211 Info** **ESP** Líneas de ayuda: 211  
www.211info.org children@211info.org Mandé el texto "children" al 898211  
Remisiones e información para establecer conexiones con recursos locales incluyendo cuidado infantil, apoyo en la crianza, apoyo en el cuidado temporal, preparación escolar. Sirviendo a las comunidades de Oregon y SW Washington.

**Crisis Response Program** **ESP** 1-888-989-9990  
Servicio las 24-horas a familias en Lane County por The Child and Adolescent Network, proporcionando intervención por teléfono y basada en la comunidad en caso de crisis de salud mental para niños y adolescentes.

**Crisis Text Line** Mensajes de texto HOME a 741741  
crisistextline.org Apoyo en crisis 24/7. Mandé un texto para hablar con un consejero.

**First Candle** VER PESAR/PÉRDIDA  
**Fussy Baby Network** **ESP** fussybaby@erikson.edu  
www.erikson.edu/fussybaby 1-888-431-BABY (2229)  
Facebook: fussybabynetwork

Especialistas proporcionan apoyo e información para ayudar a padres de familia con el llanto del bebé, dormir y problemas de alimentación. Un especialista contestará o regresará llamadas y responde a correos electrónicos lo más pronto posible. Sin costo.

**La Leche League Eugene/Springfield** VER EMBARAZO • NACIMIENTO • APOYO POSTNATAL • ADOPCIÓN

**Postpartum Support International (PSI)** **ESP** 1-800-944-4773  
www.postpartum.net Foros por teléfono semanal, todos los miércoles para mamás, el primer lunes para papas. Visite la página web o llame para información. Para servicios locales incluyendo líneas de ayuda, ver Embarazo • Nacimiento • Apoyo Postnatal • Adopción ~ WellMama, Inc.

**Sexual Assault Support Services** VER ABUSO INFANTIL/NEGLIGENCIA • VIOLENCIA DOMÉSTICA • ABUSO/ASALTO SEXUAL

**White Bird Crisis Center** VER TERAPIA PSICOLÓGICA

**Womenspace** VER ABUSO INFANTIL/NEGLIGENCIA • VIOLENCIA DOMÉSTICA • ABUSO/ASALTO SEXUAL

## LEGAL

**CASA of Lane County** VER ABUSO INFANTIL/NEGLIGENCIA • VIOLENCIA DOMÉSTICA • ABUSO/ASALTO SEXUAL

**Center for Dialogue and Resolution** ~Family Program **ESP**

www.lanecdr.org info@lanecdr.org  
1400 Cross St., Eugene 541-344-5366  
Mediadores de familia proporcionan oportunidades para padres para colaborativamente diseñar la custodia de los niños, planes en la crianza o modificaciones a planes existentes. Servicios incluyen separación o divorcio, padres/adolescentes, ancianos y otros problemas de familia.

**Lane County Youth Services ~ Mediation and Restorative Services** **ESP\***

www.lanecounty.org/mediation mediation@co.lane.or.us  
2727 Martin Luther King Jr. Blvd., Eugene 541-682-4700  
Servicios incluyen la clase de educación para padres "Focus on Children," mediación en custodia y tiempo con padres, visitas de padres supervisadas, revisiones a la familia, Springfield Restorative Justice y evaluaciones de custodia.

**Lane County Legal Aid/Oregon Law Center** **ESP** **LSA** http://oregonlawcenter.org

101 East Broadway, Ave., Suite 200, Eugene 541-485-1017  
Servicios legales civiles de calidad sin costo para residentes con bajos ingresos en Lane County. Situaciones legales incluyen ley del anciano, violencia doméstica, beneficios del gobierno, inmigración y propietario/inquilino.

**Oregon Department of Justice ~ Division of Child Support** **ESP**

oregonchildsupport.gov EugeneCustomerService@doj.state.or.us  
165 East 7th Ave., Suite 300, Eugene 1-800-850-0228  
Ayuda localizando padres ausentes; estableciendo paternidad, establecer, modificar y enforzar órdenes de manutención de los hijos y recibir y distribuir los pagos de manutención de los hijos.

**Victim Services Program** **ESP** 541-682-4523

www.co.lane.or.us/DA District Attorney's Office, 125 East 8th Ave., Suite 400, Eugene  
Proporciona apoyo a víctimas de crímenes, educación en justicia criminal y manejo de casos/intervención continua en crisis para víctimas experimentando violencia doméstica y personas pidiendo ordenes de restricción bajo el Acta de Prevención de Abuso a la Familia.

**SAFE KIDS ~ IDEAS PARA LA SEGURIDAD DE LOS ASIENTOS INFANTILES**  
www.safekids.org/car-seat

## BIBLIOTECAS

**The Child Center** VER TERAPIA PSICOLÓGICA  
**Eugene Public Library** **ESP** General: 541-682-5450  
www.eugene-or.gov/library Children's Center: 541-682-8316  
Downtown Library, 100 West 10th Ave.  
Bethel Branch, 1990 Echo Hollow Rd.  
Sheldon Branch, 1566 Coburg Rd.  
Libros, películas, música, tecnología, recursos en línea y más para niños y padres de familia. Hora del cuento gratis y eventos para la familia. Conéctese en Facebook, Twitter o Instagram.

**Springfield Public Library** **ESP** library@springfield-or.gov  
www.wheremindsgrow.org 225 5th St. 541-726-3766  
Materiales para padres y niños para tomar prestados o para uso en la biblioteca. Hora del cuento semanal gratis y programas para todas las edades. Centro de aprendizaje y juego. Internet y salas de juntas.

## MÉDICO • DENTAL

**American Red Cross ~ Southwest Oregon Chapter**  
www.redcross.org/local/oregon Voice/TDD: 541-344-5244  
440 East Broadway Ave., Suite 200, Eugene

Capacitaciones de Primeros Auxilios/RCP/AED pediátrico y para adultos, así como clases en el cuidado de niños y en salud y seguridad. Instalación de detectores de humo gratis. Llame o visite su página web para registrarse.

**Bethel Health Center** **ESP** www.bethelhealth.center  
1525 Echo Hollow Rd., Suite A, Eugene 541-607-1430

Servicios integrales de cuidado de salud proporcionados por enfermeras para las edades de 1-19 años. Terapia de salud mental. Se manda cobro a los seguros médicos y OHP. Opción cobros en escala de ingresos.

**Child Development and Rehabilitation Center** **ESP\***

www.ohsu.edu/doernbecher/child-development-and-rehabilitation-center  
901 East 18th Ave., CSB, Eugene 541-346-3575

Diagnóstico integral, evaluación y manejo de varias afecciones incluyendo retraso en el desarrollo, autismo, desórdenes del habla y lenguaje, parálisis cerebral, espina bífida e impedimentos ortopédicos.

**Community Health Centers of Lane County**  
www.lanecounty.org/chc

**Brookside Clinic** **ESP** 541-682-3550

1680 Chambers St., Suite 103, Eugene  
Cuidado médico primario para familias: servicios de planificación familiar, medicina preventiva y manejo de enfermedades crónicas, entre otros servicios.

**Charnelton Community Clinic** **ESP** 541-682-3550

151 West 7th Ave., Suite 100, Eugene  
Clinica prenatal, servicios de planeación familiar, pediatría, médicos familiares e internista. Ayuda para inscribirse en OHP.

**Delta Oaks Clinic** **ESP** 541-682-3550

1022 Green Acres Rd., Eugene  
Cuidado médico primario para familias: servicios de planificación familiar, medicina preventiva, manejo de enfermedades crónicas, entre otros servicios. Ayuda para inscribirse en OHP.

**Lane County Behavioral Health Primary Care** **ESP** 541-682-3550

2411 Martin Luther King Jr. Blvd., Eugene  
Cuidado médico primario para familias: servicios de planificación familiar, medicina preventiva, manejo de enfermedades crónicas, entre otros servicios.

**RiverStone Clinic** **ESP** 541-682-3550

2073 Olympic St., Springfield  
Servicios de planificación familiar, pediatría, médicos familiares e internistas. Ayuda para inscribirse en OHP.

**Springfield Schools Health Center** **ESP** 541-682-3550

1050 10th St., Springfield  
Cuidado médico primario para los estudiantes del Distrito Escolar de Springfield y sus familias. Exámenes físicos y para deportes, vacunas, cuidado de salud reproductiva. Cuotas es escala de ingresos para pacientes sin seguro de salud.

**Eugene School District 4J School Based Health Centers** **ESP** 541-222-8500

PeaceHealth Pediatrics 541-790-5227  
Churchill Health Center, 1850 Bailey Hill Rd., Eugene 541-790-5227  
North Eugene Health Center, 200 Silver Ln., Eugene 541-790-4445

Una enfermera y un terapeuta proporcionan servicios médicos y de salud mental a estudiantes y hermanos (nacimiento-19) que estén inscritos en las escuelas 4J.

**Lane County Dental Society** office@lanedentalsociety.org

www.lanedentalsociety.org 2300 Oakmont Way, Suite 110, Eugene 541-686-1175  
Información en servicios dentales a bajo costo sin recomendación específica de algún dentista.

**NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**  
1-888-628-9454

**Lane County Public Health Services** **ESP**  
 www.lanecounty.org  
 151 West 7th Ave., Suite 310, Eugene 541-682-4041  
 Vacunas para niños y adultos, pruebas de ETS y tratamiento.  
 Llame para una cita.

**March of Dimes**  
 www.marchofdimes.org jrogovoy@marchofdimes.org  
 http://nacersano.marchofdimes.org **ESP** 971-270-2885  
 Educación preconcepción/prenatal para mejorar la salud de los bebés al prevenir defectos de nacimiento, mortalidad infantil y nacimientos prematuros. Materiales en educación de salud pública.

**Oregon Department of Human Services**  
 VER NECESIDADES BÁSICAS

**Planned Parenthood of Southwestern Oregon**  
 www.ppsworegon.org  
 Centros de salud  
 3579 Franklin Blvd., Eugene **ESP** Citas: 541-344-9411  
 793 North Danebo Ave., Eugene **ESP** Citas: 541-344-9411  
 Programas de educación  
 3579 Franklin Blvd., Eugene 541-344-1611  
 Anticonceptivos, cuidado de salud reproductiva/sexual por expertos para adultos y adolescentes. Exámenes anuales, pruebas de embarazo, vacunas HPV, pruebas/tratamiento de ETS, VIH, abortos y vasectomía.

**Springfield Schools Health Center** VER MÉDICO • DENTAL  
 ~ COMMUNITY HEALTH CENTERS OF LANE COUNTY

**Volunteers In Medicine Clinic (VIM)** **ESP**  
 www.vim-clinic.org dmeashintubby@vim-clinic.org  
 2260 Marcola Rd., Springfield 541-685-1800  
 Cuidado médico gratis y servicios de salud mental para adultos sin seguro de salud en Lane County.

**White Bird Community Dental Clinic** **ESP**  
 www.whitebirdclinic.org  
 dentalfrontoffice@whitebirdclinic.org  
 1415 Pearl St., Eugene 541-344-8302  
 Cuidado dental para familias. Citas de emergencia. Llame para las fechas y horarios. Cobros basados en escala de ingresos. Se acepta OHP.

**White Bird Medical Clinic** **ESP** \*  
 www.whitebirdclinic.org/medical  
 1400 Mill St., Eugene 541-484-4800  
 Cuidado médico familiar general (no prenatal). OHP y Medicare B, laboratorios, dispensario y remisiones. Llame o venga para más información.

## EMBARAZO • NACIMIENTO APOYO POSTNATAL • ADOPCIÓN

**Adoption Connections of Oregon** VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

**Baby Connection**  
 www.parentingnow.org/parents/baby-connection  
 86 Centennial Loop, Eugene 541-484-5316  
 Servicios divertidos y sin cita localizados en Parenting Now! Revisiones del peso del bebé, apoyo en la alimentación a infantes y educación. Oportunidad para conocer y platicar con otros padres de familia. Todos los miércoles. Anotarse de 11 a.m. - 12 p.m.

**Daisy C.H.A.I.N. ~ Creating Healthy Alliances**  
 In New-Mothering **ESP** \*  
 www.daisychainlane.org info@daisychainlane.org  
 Servicios profesionales de posparto de doulas, IBCLCs y otros. Apoyo en la lactancia sin cita y clases de música para bebés, abierto para todos, no necesita registrarse. Disponibilidad y horarios en la página web. Sin costo.

**Doulas of Lane County**  
 www.dousoflaneounty.com  
 Una red de personas que ofrece información en parto y postparto, comodidad física, apoyo emocional y ayuda práctica para la experiencia de parto y las primeras semanas de cuidado de un recién nacido.

**Healthy Families Lane County** VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

**La Leche League of Eugene** **ESP** \*  
 Lalecheleagueoregon.webs.com Línea de ayuda: 541-744-6055  
 Facebook: La Leche League of Eugene msusanscott@gmail.com  
 Voluntarios acreditados LLL disponibles para apoyo en la lactancia por medio de una línea directa, correo electrónico, textos y Facebook. Comuníquese para los horarios de reuniones. Sin costo.

**CENTRO NACIONAL DE CONTROL DE ENVENENAMIENTO**  
 1-800-222-1222

**COMISION DE SEGURIDAD DE PRODUCTOS PARA EL CONSUMIDOR U.S.**  
 1-800-638-2772

**Lane County Maternal Child Health Services** **ESP**  
 mch.referrals@co.lane.or.us  
 151 West 7th Ave., Suite 210, Eugene 541-682-8720  
 Programas de apoyo para los padres. **Babies First!**: Nacimientos subsecuentes, niños de 3 años y menores; **CaCoon**: Niños con necesidades especiales de cuidado de salud; **Nurse-Family Partnership**: Mujeres embarazadas de su primer hijo; **Oregon Mother's Care**: Inscripción en OHP para mujeres embarazadas.

**Lane County WIC Program** VER NECESIDADES BÁSICAS

**March of Dimes** VER MÉDICO • DENTAL

**McKenzie-Willamette Medical Center**  
 www.mckweb.com  
**Women's Health, Birth & Children's Center** **ESP** \*  
 1460 G St., Springfield 541-741-4649  
 Recorridos por el centro de nacimientos y clases de parto. Servicios pediátricos de paciente interno y médicos pediátricos. Un coordinador de cuidado maternal conecta a las familias a recursos en la comunidad como sea necesario. Salas para niños Nivel II y laboratorista interna 24/7.

**McKenzie Midwives and Lactation Services**  
 960 N. 16th Street, Suite 108, Springfield 541-744-8660  
 Parteras enfermeras certificadas proporcionan cuidado prenatal integral, nacimiento, postparto y servicios de bienestar de la mujer. Nacimientos atendidos en el hospital.

**Open Adoption & Family Services** **ESP**  
 www.openadopt.org info@openadopt.org  
 315 West 10th Ave., Eugene 541-343-4825  
 Agencia privada pro-elección, sin fines de lucro dedicada a promover decisiones reproductivas. Gratis, consejería de embarazo todas las opciones, para mujeres y parejas. Planes de adopción sin costo para los padres biológicos. Servicios de por vida para los clientes.

**Oregon Department of Human Services** VER ABUSO/NEGLIGENCIA INFANTIL • VIOLENCIA DOMÉSTICA • ABUSO/ASALTO SEXUAL

**PeaceHealth Midwifery Services** **ESP**  
 Charnel Community Clinic,  
 151 West 7th Ave., Suite 310, Eugene 541-682-8777  
 Parteras enfermeras certificadas proporcionan cuidado prenatal integral, servicios de nacimiento y postparto, sin importar su habilidad para pagar.

**Planned Parenthood** VER MÉDICO • DENTAL

**Postpartum Support International** VER LÍNEAS DE AYUDA  
**WellMama, Inc.** **ESP** Línea de ayuda: 1-800-896-0410  
 www.wellmamaoregon.org info@wellmamaoregon.org  
 150 Shelton McMurry Blvd., Suite 208, Eugene  
 Servicios maternos de apoyo de salud mental a mujeres y sus familias en Lane County, que estén teniendo dificultad con emociones relacionadas al embarazo, postparto y problemas de salud. Sin costo.

## RECREACIÓN

**City of Eugene Recreation Services** **ESP** \*  
 www.getrec.org recreation@eugene-or.gov  
 100 West 10th Ave., Suite 321, Eugene 541-682-5333  
 Programas, clases y actividades para todas las edades incluyendo natación, campamentos, ligas deportivas, programas al aire libre, paseos, oportunidades adaptativas de recreación, educación temprana y enriquecimiento después de clases.

**Eugene Family YMCA** **ESP** \*  
 www.eugeneymca.org holly@eugeneymca.org  
 2055 Patterson St., Eugene 541-686-9622  
 Guardería certificada (edades 2½ - 11), clases de natación, ejercitarse en familia y recreación, deportes para adolescentes, campamentos de verano y eventos para la familia. Cuidado de niños disponible mientras los padres hacen ejercicio. Asistencia financiera disponible.

**Eugene Public Library** VER BIBLIOTECAS

**Eugene School District 4J** VER CUIDADO INFANTIL

**Family Resource Centers of Lane County** VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

**River Road Park and Recreation District**  
 www.rrpark.org  
 1400 Lake Dr., Eugene 541-688-4052  
 Una amplia variedad de actividades preescolares y después de clases educación, recreación, manualidades y actividades acuáticas. Eventos especiales orientados a la familia también se ofrecen tiempos para actividades.

**Springfield Public Library** VER BIBLIOTECAS

  
 La impresión de este poster de recursos ha sido posible gracias al apoyo financiero del Club Activo 20-30 de Eugene.

**Tamarack Aquatic Center** **ESP** \*  
 www.tamarackaquatic.org info@tamarackaquatic.org  
 3575 Donald St., Suite 300, Eugene 541-686-9290  
 Clases de natación en agua tibia para bebés. Natación para bebés y familia, clases de bienestar, ejercicio en su propio horario. Becas disponibles.

**Willamalane Park and Recreation District** **ESP**  
 www.willamalane.org  
 250 South 32nd St., Springfield 541-736-4544  
**Bob Keefer Center** 541-736-4544  
**Splash! At Lively Park** 541-736-4244  
**Willamalane Park Swim Center** 541-736-4080

Clases padres-hijos, preescolar, cuidado después de clases, clases de natación, eventos especiales y más.

**NECESIDADES ESPECIALES** VER DISCAPACIDAD

## RECUPERACIÓN DEL ABUSO DE SUSTANCIAS

**Adolescent and Family Services**  
 www.afsclinic.org afs@oslc.org

**Oregon Social Learning Center Building**,  
 10 Shelton McMurry Blvd., Eugene 541-284-7560

**Centro Latino Americano Building**,  
 944 West 5th Ave., Eugene **ESP** 541-687-2667

Tratamientos de droga y alcohol para adolescentes basados en evidencia. El tratamiento es proporcionado sin costo para las familias como parte de un estudio de investigación.

**Center For Family Development** VER TERAPIA PSICOLÓGICA

**Centro Latino Americano** VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

**Chrysalis ~ a program of White Bird** **ESP** \*  
 350 East 11th Ave., Eugene 541-683-1641

Tratamiento de paciente externo en drogas y alcohol para adultos (mayores de 18 años). Tratamiento DUII para adultos. Clínica nocturna de acupuntura para desintoxicación, mantenimiento y otras necesidades médicas para adultos (edades 18 y mayores), \$10 - 20 por sesión.

**Emergency** **ESP** AOD y juego: 541-741-7107  
 Salud mental: 541-741-7107

2149 Centennial Plaza, Suite 4, Eugene 541-741-7107

1040 Oak St., Eugene 541-342-6987

1461 Oak St., Eugene 541-687-9139

374 Q St., Springfield 541-746-4041

1932 Pine St., Florence 541-997-8509

78B Centennial Loop, Eugene AOD/Administración: 541-687-8820

Tratamiento de paciente externo con alcohol y drogas, juegos de azar y terapia de salud mental. Se acepta OHP para el tratamiento AOD y servicios de salud mental.

**Looking Glass Community Services** VER TERAPIA PSICOLÓGICA

**Nar-Anon Family Eugene-Springfield Group**  
 www.nar-anon.org 1-800-477-6291  
 wso@nar-anon.org

Grupos de apoyo para miembros de la familia y amigos afectado por la adicción al alcohol y drogas de un ser querido. Llame para los horarios de las juntas y lugares. Sin costo.

**Relief Nursery, Inc.** VER EDUCACIÓN PARA LA FAMILIA/APOYO

**Serenity Lane**  
 www.serenitylane.org admissions@serenitylane.org  
 Residential Treatment 541-687-1110 o 1-800-543-9905  
 Outpatient Treatment 541-485-1577

Tratamiento de alcohol y drogas en Oregon y Washington para adultos edades 18 y mayores. Se aceptan la mayoría de los seguros médicos.

**Willamette Family, Inc.** **ESP**  
 www.wfsts.org info@wfsts.org  
 Detoxification and Sobering 541-343-6512  
 Rapid Access Center 541-762-4300

195 West 12th St., Eugene (admisiones a todos los servicios)

Tratamiento de calidad en uso de sustancias, salud mental, desintoxicación, cuidado de salud primario, cuidado de niños en el sitio y servicios a la familia. Servicios residenciales y de paciente externo.

**Traducción al Español por Gabriela Fabián-Santiago en colaboración con Head Start of Lane County.**

parenting now!

“Una persona nunca será más alta que cuando se arrodilla a ayudar a un niño.”