

# Recursos Comunitarios



Escuelas Públicas de Portland  
Programa Head Start  
2010-2011

Actualizado 9/10

.....

## Indice de Servicios Comunitarios

Bienvenidos a Head Start	1
Recursos para todo el año	2
Abuso	3
Abuso de alcohol y drogas	3-4
Servicios para los niños	4
Linea de crisis	4
Servicios al cliente	5
Servicios de emergencia p/comida	5
Empleo	5-6
Programas de capacitación p/empleo	6
Asistencia con la electricidad	6-7
Servicios a familias que no hablan Ingles	7-8
Planeación familiar	8
Información sobre finanzas	8
Cuidado de salud p/niños	8
Servicios dentales	8-9
Vacunas	9
Clinicas/Doctores	9-10
Servicios de vivienda	10
Casa hogar de emergencia	10-11
Información legal	11
Recursos	11-12
Clases p/como educar a los niños	12
Recreación	13
Centros comunitarios	13
Programas especiales	13
Albercas, piscinas	13-14
TANF (Asistencia Temporal a Familias Necesitadas )	14



# BIENVENIDOS A HEAD START

## Este es sú libreto de Servicios Comunitarios

Si usted necesita más información ,  
favor de comunicarse con

su Trabajadora de Servicios a la Familia:

---

o con

El maestro/a de su niño/a:

---



## RECURSOS PARA TODO EL AÑO

**211 \***

Este numero solo funciona cuando llama de una casa/apartamento.  
El numero de United way proporciona la misma información.

### United Way Información y referencias

**503-222-5555 \* (Usa servicios de interpretes)**

Usamos una base de datos con mas de 2000 servicios sociales en los condados, Multnomah, Washington, Clackamas, y Clark, conectamos al cliente con la agencia apropiada a sus necesidades. Nuestra base de datos nos ayuda a responder efectivamente a las circunstancias de el cliente y sus necesidades.

### **Comida de emergencia y casa hogar o Refugio.**

**503-222-5555**

Este es un programa de Multnomah County Community Action, una linea de servicios de emergencia que esta abierta a altas horas del dia. Provee varios servicios a aquellos que se encuentran en crisis. Despues de la entrevista inicial, un consejero determina que servicios hay disponibles para el cliente: un vale para una noche en un hotel, una caja con comida, o un vale para un taxi o gasolina. Esta linea esta abierta de 4 a 9 de la noche en los dias aviles y 24 horas durante los fines de semana y dias festivos.

### **Información y Referencias**

Portland, informacion de la ciudad	503-823-4000
Policia # p/No-emergencias	503-823-3333
Linea de Información/Policia	503-823-4636
Tri-Met Transportación*	503-238-7433

## **Servicios Comunitarios**

### **Abuso**

Department de Servicios Humanos	
Reportes de abuso infantil *	<b>503-731-3100</b>
CARES ( Evaluación e intervencion al abuso infantil)	503-276-9000
2800 N. Vancouver Ave., Ste. 201 Por las noches llame	503-413-4128
Linea de violencia domestica	503-235-5333
<b>Crisis Response Team*</b>	<b>503-823-2095</b>

### **Abuso de alcohol/Drogas**

#### ***Información y grupos de apoyo***

Informacion de servicios AL-Anon / Alateen	503-292-1333
Alcoholicos Anonymos	503-223-8569
Programa de ayuda drogas y alcohol	503-231-4000
El Programa Hispano *	503-236-9670
Familias Anonymas	800-736-9805
MADD (Madres Contra Conductores Ebrios)	503-723-5040
Linea abierta Narcoticos Anonimos	503-727-3733
Lifeworks *	503-645-9010
Linea de ayuda y compañerismo en Oregon *	800-923-4357

### **Centros de tratamiento para abuso de sustancias**

Acadia (N Interstate ave)	503-2456262
Change Point	503-253-5954
CODA	503-239-8400
DePaul Treatment Center Programa p/adultos	503-535-1181
El Programa Hispano *	503-236-9670
Lifeworks *	503-645-9010
Mental Health Treatment & Addiction *	503-988-5464
Native American Rehabilitation Association	503-621-1069

Proyecto Latino en Morrison Center *	503-736-6565
The Salvation Army Adult Rehabilitation	503-230-9875

## Servicios a Niños

Albina Head Start & Early Head Start *	503-282-1975
CASA proyecto para niños	503-988-5115
Centro de recursos p/violencia domestica*	503-640-5352
Proyecto de intervención para niños	503-640-5352
Childcare Connect de Multnomah	800-556-6616
Children Relief Nursery - 8425 N. Lombard St. *	503-283-4776
Children First of Oregon	503-236-9574
Early Head Start - 12790 SE Stark *	503-258-8903
Early Head Start Family Center of Ptld. *	503-236-9389
Escuchemos a lo niños	503-280-1388
Educación basada en contra del abuso infantil y la violencia para edades de 3 a 12 años	
Head Start escuelas publicas en portland *	503-916-5724
Hospital Emanuel Centro de Salud	503-280-3500
MECP (Multnomah Early Childhood Programs) *	503-262-4100
Mt. Hood Head Start - 10100 NE Prescott *	503-491-6111
Porta-bebes Condado Multnomah	503-413-4005
Recursos p/cuidado de niños Multnomah	503-282-2824
Servicios a Padres y sus niños	503-284-6267
Oregon Safenet; información & referencias *	503-988-5858
	800-723-3638

## Linea de Crisis

24-Horas linea de crisis p/ salud mental (usa servicios de interpretacion )	503-988-4888 1-800-716-9769
Portland Impact *	503-988-6000
Jugadores/apostadores anonymos	800-233-8479
Linea abierta ayuda con electricidad	503-548-0217
Linea de ayuda con bandas juveniles (gangs)	503-823-4264
Linea de crisis p/mujer en Portland	503-235-5333
Linea p/derechos del arrendador *	503-288-0130
Linea p/derechos a quien recibe welfare *	503-241-4111
Programa p/victimas de violación y asalto sexual	503-988-3222

## Servicios al Cliente

Oficina Para Mejoria de Negocios  
Linea de Fraude al consumidor  
Deudores Anonymos  
Solutions Northwest

503-226-3981  
503-229-5576  
503-972-8576  
503-232-8139

## Comida/servicios de emergencia

### Comida de emergencia y casa hogar/Refugio \*

503-222-5555

(24 horas los fines de semana, abierto hasta las  
4pm los dias habiles)

AMA (Albina Ministerial Alliance) \*

503-282-0555

Ministerios de Comunidad Cristiana

503-282-7683

Ecumenical Ministries of Oregon (NE & Killingsworth)

503-284-5470

El Programa Hispano \*

503-669-8350

Villa de claravista\*

503-988-4119

Golden Harvesters 6825 N. Willamette Blvd.

503-286-0750

PCultivando jardines (NE 42nd)

503-284-8420

Instala y levanta lugar para cultivar  
provee semillas, plantitas, clases, y mentores  
en lugares de bajos ingresos en toda la ciudad

NE Comida de Emergencia

503-284-5470

Oregon Food Bank (tiene 84 locales p/comida

800-282-0555

de emergencia en el condado Multnomah) \*

503-282-0555

Sunshine Division

503-823-2102

Salvation Army Family Services(1785 N Sandy)

503-872-8379

Niños saludables: comida gratis incluyendo  
formula y otras comidas de 0 a 6 años de edad

503-239-1264

503-493-3925

Clinicas del Programa WIC: \*

503-988-5682

Mid County: 12710 SE Division St.

extension 24684

East County: 600 NE 8<sup>th</sup> (Gresham)

extension 24214

Northeast Portland: 5329 NE MLK Blvd.

extension 29217

Villa de Clara Vista \*

503-988-5682

William Temple House

503-226-3021

## Empleos

City of Portland Lista de trabajos \*

503-823-4573

Goodwill Industries \*

503-542-3900

IRCO Youth Opportunity Center (14 to 21 years)

503-528-7500

Job Corps Outreach Admission & Placement \*

503-326-6800

### Oficinas de empleo, estado de Oregon

Downtown Workforce Portland Office - 1433 SW 6 <sup>th</sup> *	503-731-4139
East Workforce Multnomah Office (Gresham) *	503-669-7112
Central Portland Workforce	503-280-6046
NE Workforce Center	503-280-6013
<b>Oregon State Employment Division (N Webster) *</b>	503-326-6800
Multnomah County (lista de empleos)	503-248-5035
PCC Workforce Training Center	503-943-5600
PCC Metro One Stop	503-943-2000
Portland Old Town Workforce	503-226-7387
Southeast Worksource - 6927 SE Foster Rd.	503-226-7387
Steps to Success/East -1415 SE 122 <sup>nd</sup> Ave. *	503-256-0432
Information sobre desempleo *	503-451-2400
Proyecto education/Derechos del trabajador *	503-233-6787
Vocational Rehabilitation offices *	971-673-2555
Oficina Vocacional en el Norte de Portland	503-665-8113

## Programas de Capacitacion p/Empleo

### *Información sobre capacitación y aprendizaje*

Better People and Better Jobs 4310 NE MLK Blvd (para individuos con record criminal)	503-281-2663
Job Corp Outreach - 1130 SW Morrison, Ste. 525 *	503-326-6800
Northeast Workforce Training Center - PCC (NE 42 <sup>nd</sup> )	503-288-4370
Oregon Council for Hispanic Advancement *	503-228-4131
Native American Community Employment	503-288-8177
Portland Community College (METRO)	503-943-2000
Portland Community College (SE/2305 SE 82 <sup>nd</sup> )	503-802-6322
Portland Habilitation Center	503-261-1266
Portland Youth Builders	503-286-9350
State of Oregon (Bureau of Labor) *	971-673-0761
Workforce Steps to Success	503-249-5644

## Asistencia p/Electricidad

### *Llamar al # de telefono en su cuenta/bill*

Albina Ministerial Alliance *	503-285-0493
Community Energy Project for Weatherization * (solo informacion, materiales y talleres gratis)	503-284-6827



programas, apoyo para los padres, informacion sobre influencia con pandillas, servicios a Asiaticos, apoyo a los adolescentes que son padres de familia.

Lutheran Community Services 605 S.E. 39<sup>th</sup> Ave. **503-231-7480**  
Disponible a cualquiera que necesite servicios de consejeria bilingue y culturalmente apropiada. Los idiomas disponibles son: Chinese, Croatian, Iranian, Laotian, Khmer (Cambodia). Apoyo con la diciplina a familias Asiaticas.

Oregon Council for Hispanic Advancement \* **503-245-2600**  
108 NW 9th, Suite 201  
Servicios de informacion y referencias en Español.

Russian Oregon Social Services 4033 S.E. Woodstock **503-777-3437**  
Servicios a residentes de Oregon y SW Washington. Servicios de transicion, asesoria, programas de educacion, ciudadania, y asistencia legal.

SOAR Refugee Program (Ecumenical Ministries of Oregon)  
2906 NE Glisan **503-284-3002**  
Reclutan, y entrenan esponsors para los refugiados. Ayuda a refugiados con el papeleo y poder traer miembros de la familia desde su pais de origen.

## Planeación Familiar

Informacion De Salud, Multnomah \* **503-988-3816**  
Planned Parenthood N.E. \* **503-775-4931**  
Planned Parenthood S.E. \* **503-775-0861**

## Información de finanzas

Clear Point Financial Solutions \* **503-634-2227**  
Empresa Mercy Corps (clases en finanzas) **503-236-1580**  
Family Financial Planners \* **503-282-7267OSU**  
Family Finance:  
<http://extension.oregonstate.edu/multnomah/finance>  
Portland Housing Center (clases en finanzas) **503-282-7744 Ext. 101**

## Cuidado de Salud p/Niños

HEAD START NO PAGARA SU CUENTA MEDICA SIN QUE SE LE NOTIFIQUE DE ANTEMANO. RECUERDE: SI USTED NECESITA AYUDA POR PARTE DE HEAD START, USTED NECESITA SER APROVADO POR HEAD START PRIMERO. COMUNIQUESE CON SU TRABAJADORA DE SERVICIOS A LA FAMILIA PARA MAS INFORMACION.

Plan de Salud en Oregon \* (usa servicio de interpretes) 800-359-9517

Familias que reciben dinero en efectivo del welfare, llamar a **503-988-3816** si tienen dificultad en encontrar un doctor o dentista.

*USTED NO TIENE PLAN DE SALUD DE OREGON, O POR PARTE DE SU TRABAJO, O SI NO TIENE SEGURO DENTAL, LOS SIGUIENTES DOCTORES Y DENTISTAS SON SUGERIDOS PARA SU CONVENIENCIA. ELLOS SON MUY BUENOS EN TRATAR DE ASESORAR SUS NECESIDADES MEDICAS Y DENTALES. 1-800-359-9517*

### **Servicios Dentales:**

Dr. Michael Biermann/University of Park Dental 5900 N. Lombard	503-285-0229
Creston Dental Clinic (for PPS students in K thru 12 <sup>th</sup> ) 4701 SE Bush	503-916-5808
Dental Care Today – Broadway Clinic 3502 NE Broadway - (English and Spanish)	503-284-1602
Multnomah County Dental Clinics –Informacion *	503-988-3816
OHSU Dental Clinic - 611 SW Campus Drive *	503-494-8867
Escuela de Practicantes en #p/español *	503-494-2800
Portland Community College Clinica Dental (SW 49th Ave) No aceptan emergencias	503-978-4909
Project Dental Health - 214 N. Russell	503-494-6822
William Temple House	503-283-3511

### **Vacunas:**

*Puede ir a cualquiera de estas clinicas. Puede ser que le cobren una pequeña cuota, tambien se puede hacer planes para personas que no puedan pagar.*

*Personas registradas en plan medical con el condado hacer cita: 503-988-3333*

*Clinica comunitaria para vacunación 503-988-3828*

### **Clinicas/Doctores:**

La Clinica de Buena Salud - 6736 NE Killingsworth St. *	503-988-3991
Children's Community Clinic *	503-284-5239
Multnomah County Health Information and Referral *	503-988-3816
Clinica Pediatra Emanuel	503-413-2902
Clinica Pediatra Legacy	503-215-3300
Servicios de salud a nativos americanos(NARA)	503-988-3333
National College of Naturopathic Medicine	503-552-1555

Midtown Health Clinic	503-988-3601
North Portland Clinic - 9000 N. Lombard	503-988-5304
Northeast Health Center - 5329 N.E. MLK Blvd. *	503-988-5183
Para niños y mujeres (OR, SAFENET) *	503-988-5858
Outside-In Coalition Clinic - 3652 SE 34th ave	503-223-4421
Providence Group Medicine - 5279 N. Lombard	503-215-3300
Lion's club eyeglasses and Hearing	503-988-3601
Devers Memorial Eye Clinic	503-413-7022
Centro de Salud Rosewood (SE Powell Blvd)	503-772-4335

## Vivienda

### *Renta a bajo costo*

Albina Community Development *	503-493-0293
Albina Ministerial Alliance Human Resources	503-285-0493
Central City Concern Departamento viviendas	503-294-1681
Ciudad de Portland (inspección de/vivienda y Ruidos)	503-823-7306
Ecumenical Ministries of Oregon*	503-221-1054
Concilio de Oregon p/vivienda justa	503-223-8197
Habitat for Humanity of Portland *	503-287-9529
Housing Authority of Portland (llamar y avisar que necesita interprete)	503-802-8300
Housing Connections *	503-802-8562
HUD (Dept. of Housing & Urban Development)	971-220-2600
Human Solutions (2900 SE 122nd) *	503-548-0200
Oregon Council for Hispanic Advancement *	503-228-4131
Portland Community Land Trust * (para rentar o comprar: familias de bajos ingresos para comprar la casa pero rentar el terreno)	503-493-0293
Portland Community Reinvestment Initiatives Inc. (for N/NE/SE Ptlid.- Renta casas a bajo costo) *	503-288-2923
Portland Development Commission – PDC Prestamos p/comprar casa *	503-823-3400
Portland Housing Center (para comprar casa) *	503-282-7744
Reach Community Development Incorp. (oportunidad de rentar a bajo costo)	503-231-0682
Ready-to-Rent * (p/personas con mal credito y quieren rentar)	503-282-7744
Rebuilding Together with Christman in April (ayuda con reparaciones a la casa)	503-943-7515
Renter's Rights Hotline *	503-288-0130

(Organización comunitaria que ayuda a los arrendadores)*	
Section 8 Housing (Housing Authority of Portland)	503-802-8333
Tenant Hotline – Community Alliance of Tenants *	503-460-9702
Volunteers of America – home free *	503-771-5503

### ***Casas hogar de emergencia***

Linea de Crisis par refugio en Oregon	503-222-5555
Linea de Crisis p/mujer en Oregon *	503-235-5333

### **Información p/asuntos Legales**

Caridades Catolicas, servicios de Imigracion *	503-542-2855
El Programa Hispano *	503-669-8350
Servicios de Referencias con Abogados *	503-684-3763
Servicios de Legal Aide	503-224-4086
Child Support Helpline *	800-383-1222
Homeless Law Project	503-224-4094
Lewis and Clark Legal Clinic	503-768-6600
Modest Means	503-768-6500
Oregon Law Help (solo en internet) *	
OREGONLAWHELP.com (español e ingles)	
Outside In Volunteer Lawyers (ayuda p/adolescentes) *	503-223-4121
Resolutions NW-Neighborhood Mediation (gratis) *	503-595-4890
Orden de Restricción (Multnomah County)	503-988-3943
Clinica Legal San Andres *	503-281-1500
Support Enforcement (Policia de Portland) *	503-988-3150
Tel-Law Información pre-grabada *	503-620-3000
Y materiales por escrito	
Linea sobre derechos de welfare *	503-241-4111
Centro de abogacia para personas con discapacidad	503-243-2081

### **Recursos p/Salud Mental y Consejeria**

*Lugares donde le ayudan con asuntos de disciplina y comportamiento.  
Nota: Las siguientes agencias cobran dependiendo en sus ingresos.*

Big Brother/Big Sister of Portland (gratis)	503-249-4859
Cascadia Central Intake Line *	503-674-7777
Delaunay	

Downtown  
NE Clinic

Dougy Center for Grieving Children, *	503-775-5683
EL Telefono Amigo *	503-233-5816
EL Progroma Hispano *	503-669-8350
Juvenile Firesetters Program for Children (1thru 18)	503-823-3806
Lutheran Family Services - 605 S.E. 39 <sup>th</sup>	503-232-0042
Lifeworks Northwest servicios para adultos	503-288-8066
Men and Women's centro de consejeria	503-235-3433
Morrison Center - 3355 S.E. Powell Blvd. --- Intake	503-542-3025
N Portland office	503-258-4526
SE Portland office	503-258-4320
NE Portland office	503-258-4380
Network Behavioral Healthcare	503-283-3763
Northeast Catholic Services	503-253-0964
Tualatin Valley Center	
in NE Portland	503-230-9334
in Southeast Portland	503-234-3400
Parents Anonymous – Parent Support Line	503-258-4557
Trillium Family Services	503-234-7532
William Temple House (free Counseling)	503-226-3021
Salud mental y adicciones *	503-988-3999

## Clases p/como educar a los niños

Estas agencias ofrecen una variedad de clases durante todo el año.  
Es bueno llamar e informarse sobre el costo, horarios y dias de clases.  
Algunas o la mayoría de las clases cobran una pequeña cuota.

American Red Cross 503-284-1234

Kaiser Permanente (Health Education)	503-286-6816
Legacy Health Systems (Community Education)	503-413-7348
Portland Community College (Parenting Dept.)	503-731-6622
Providence Medical Center (Health & Education Dept.)	503-574-6595
Morrison Center	503-542-3025
Voluntarios de America	503-236-3033
Padres Anonymos de Oregon	503-258-4557

## Recreacion

Boys and Girls Clubs of Portland (SE/NE)	503-232-0077
Children's Museum - 4015 SW Canyon Rd.	503-223-6500
Oregon Children's Theatre - 600 SW 10 <sup>th</sup> Ave., Ste. 215	503-228-9571
Oregon Museum of Science & Industry (OMSI)	503-797-6674
Oregon Zoo	503-226-1561
Portland Parks and Recreation	503-823-2525
Contacto Latino para N/NE: *	503-823-1669

## Centros Comunitarios:

### *Lugares donde los niños pueden disfrutar de actividades planeadas*

Dishman Center	77 N.E. Knott	503-823-3673
Montavilla Center	8219 N.E. Glisan	503-823-4101
Mount scott	5530 SE 72nd	503-823-3183
Overlook House	3839 N. Drive	503-823-3188
Peninsula Park	700 N. Portland	503-823-3620
Sellwood	1436 S.E. Spokane	503-823-3195
St. Johns Center	8427 N. Central	503-823-3192
University Park	9009 N. Foss	503-823-3631
Woodstock	5905 S.E. 43rd	503-823-3633

## Programas Especiales:

Community Music Center - 3350 SE Francis St	503-823-3177
Theater Program - 2909 SW 2 <sup>nd</sup> Ave.	503-823-2787

## Albercas y Piscinas:

Program Information	503-823-SWIM
Columbia Pool	7701 N. Chautauqua 503-823-3669

Creston Pool	SE 44 <sup>th</sup> & Powell	503-823-3672
Matt Dishman Pool	77 NE Knott	503-823-3673
Grant Pool	2300 NE 33 <sup>rd</sup>	503-823-3674
MLC Pool	2033 NW Glisan	503-823-5130
Montavilla Pool	8219 NE Glisan	503-823-3675
Mt. Scott Pool	5530 SE 72nd Ave.	503-823-3183
Peninsula Pool	700 N. Portland Blvd.	503-823-3677
Pier Pool	N. Seneca & St. Johns	503-823-3678
Sellwood Pool	7951 SE 7 <sup>th</sup>	503-823-3679
SW Pool	6820 SW 45th Ave.	503-823-2840
Wilson Pool	1151 SW Vermont	503-823-3680

## TANF (Asistencia Temporal a Familias Necesitadas)

*Estampillas de Comida, ADC, Jobs, Medicaid, Oregon Health Plan, Cash Assistance*

<b>Albina Child Welfare</b> - 30 N. Webster *	(97211, 97227)	503-280-6781
<b>East Child Welfare</b> (3618 S.E. 122 <sup>nd</sup> ) *	(97208, 97224, 97230, 97260, 97266, 97236, 97233, 97219)	503-257-4200
<b>Midtown Child Welfare</b> (1425 NE Irving St) *		503-673-1800
<b>Southeast Child Welfare</b> - (3975 S.E. Powell Blvd.) *	(97215, 97202, 97206)	503-731-3181

