

Consejos Prácticos

- Memorice su número de seguro social (xxx-xx-xxxx)
- Consiga una tarjeta de identificación de California o de su escuela, y guárdela consigo siempre
- Si tiene una tarjeta de Medi-Cal, guárdela consigo
- Mantenga una lista de números telefónicos de emergencia (adulto de confianza, proveedor de cuidado prenatal, doctor de su bebé, etcétera)



¡ Los Padres son Importates

Al igual que la madre, el padre necesita que participe en la vida de sus hijos:

- Sea un buen modelo de conducta.
- Pase tiempo con sus hijos.
- Juegue con ellos. Enséñeles del mundo.
- Participe en su cuidado.



Patrocinado en parte por:

First 5 Yuba

Comisión para Niños y Familias del Condado de Sutter

El Departamento de Educación de California, División de Desarrollo de Niños por medio de contratos con la Oficina de Educación del Condado de Yuba y el Superintendente de Escuelas del Condado de Sutter



Adolescentes Embarazadas & Padres Jóvenes

Lugares para encontrar ayuda y información



¿Tiene Preguntas?

Talvez estoy embarazada. ¿A dónde puedo ir para averiguar? Llame –

- Planned Parenthood _____ 821-4800
- A Women's Friend _____ 741-0556
- Salud Pública Del Condado de Yuba _ 749-6366
- Harmony Health Medical Clinic ____ 743-6888
- Salud Pública Del Condado de Sutter 822-7215

Estoy embarazada. ¿Ahora qué hago?

- Dile a un adulto de confianza
- Consiga cuidado médico
- Comuníquese con WIC para alimentos

Acabo de tener a mi bebé y necesito comida y pañales. ¿Adónde voy? Llame –

- WIC Condado de Yuba County __ 749-4830
Condado de Sutter County _ 822-7224
- Salvation Army _____ 216-4530
- Comuníquese con un Centro de Recursos para Familias (vea el interior)
- American Red Cross _____ 673-1460

Necesito ir a una cita con el médico de mi bebé. ¿Quién puede ayudarme?

- Para transportación, llame a Yuba-Sutter Transit 634-6889 (Pase para adolescentes cuesta \$5 por mes, gratis para niños)

Para un asiento de seguridad **De Bajo Costo or Gratis**, llame

- Harmony Health FRC _____ 742-5049
- Salud Pública Del Condado de Yuba _ 749-6366

¿Necesito cuidado de niños! Llame –

- Children's Home Society de California _ 673-7503

Quiero regresar a la escuela. Llame –

- Yuba Cal Learn
Pregunte por Jan _____ 749-6987
- Sutter Cal Learn
Pregunte por Sharon ____ 822-7133 Ext. 437

¿En dónde puedo conseguir empleo?

- Programa de Oportunidades de Empleo Para Jóvenes _____ 749-4885
(Vea SERVICIOS DE EDUCACION Y EMPLEO en el interior)

Tengo problemas con alcohol y/o drogas. ¿A quién puedo llamar?

- YS Drug/Alcohol Prevention
Pregunte por Dulia _____ 674-1885 X 109

Alguien me golpea. ¿Dónde puedo conseguir ayuda? Llame—

- Casa de Esperanza _____ 674-2040

Mi bebé no deja de llorar. Mi niño hace berrinches. Llame—

- Condado de Yuba—Llame a Thelma _ 749-4991
- Condado de Sutter—Llame a Linda _ 822-5968

Necesito hablar con alguien que entienda lo que estoy sufriendo.

¿Adónde voy? Llame –

- Harmony Health FRC _____ 742-5049
- Teen Success _____ 821-4803



| Ayuda con Comida y Alimentos |

Programa WIC	
Condado de Yuba	749-4830
Condado de Sutter	822-7224
Salvation Army	216-4530

| Cuidado de Niños |

Children's Home Society of CA	673-7503
-------------------------------	----------

| Hablemos |

Harmony Health FRC	742-5049
Teen Success	821-4803

| Educación y Servicios de Empleo |

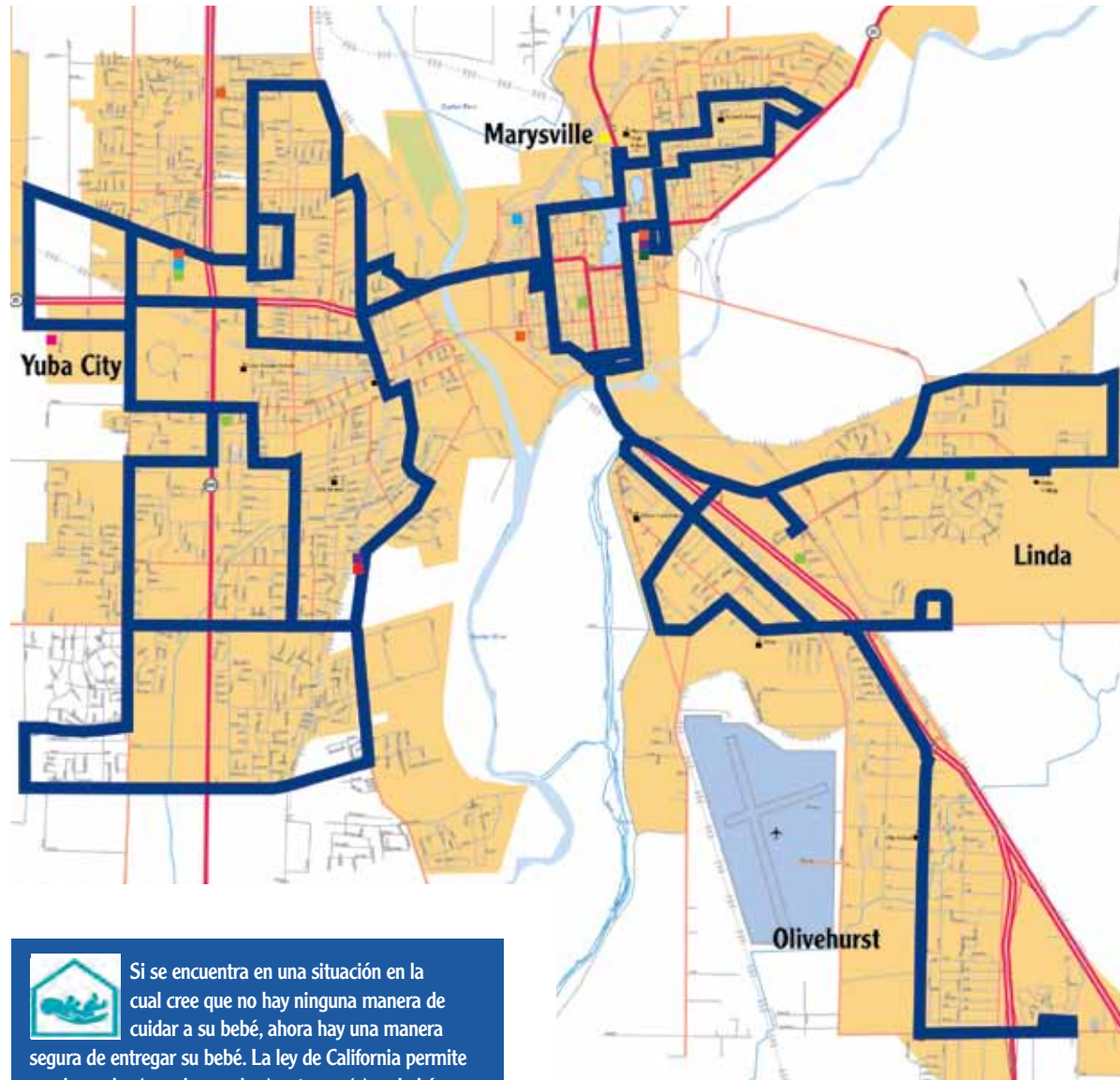
Yuba Cal Learn	749-6987
Sutter Cal Learn	822-7133 Ext. 437
Distrito Escolar de Marysville	749-6154
Secundaria de Wheatland	633-3100
Distrito Escolar de Yuba City	822-5200
Distrito Escolar de Live Oak	695-5400
Distrito Escolar de la Secundaria de Sutter	822-5161
Distrito Escolar de la Secundaria de East Nicolas	656-1422
Yuba College	741-6700
Yuba Co. Career Preparatory Charter School	749-4000
Centro Regional De Carreras—1 Stop	
Yuba	749-4850
Sutter	822-5340
Programa de Oportunidades de Empleo Para Jóvenes	749-4885

| Centros de Recursos para Familias (FRCs) |

Los FRCs ofrecen servicios y recursos para apoyar a las familias.

Condado de Yuba:	
Centros de Recursos para Familias ABC	740-7766
Centros de Recursos para Familias de Camptonville	288-9355
Centros de Recursos para Familias Harmony Health	742-5049
FRC del Distrito Escolar de Wheatland	633-4061
Centros de Recursos para Familias del Condado de Yuba	749-3279
Condado de Sutter:	
Family SOUP	751-1925
Hands of Hope	755-3491

Mapa y Lista de Recursos



Si se encuentra en una situación en la cual cree que no hay ninguna manera de cuidar a su bebé, ahora hay una manera segura de entregar su bebé. La ley de California permite que la madre (o ambos padres) entregue(n) su bebé seguramente y con confidencialidad, dentro de tres días de nacer. La ley requiere que el bebé sea llevado a un hospital público o particular, o a un parque de bomberos que expone este logotipo.

Ruta de Yuba-Sutter Transit

Para conseguir una copia de las rutas de autobús de Yuba-Sutter Transit, llame 634-6889 o visite www.yubasuttertransit.com

| Cuidado Prenatal/Planificación Familiar Ciudad de Salud y Vacunas para Niños |

Lindhurst Centro de Salud Familiar	743-4611
Wheatland Centro de Salud Familiar	633-9679
Richland Centro de Salud Familiar	674-9400
Del Norte Centro Médico para Niños	671-8820
Del Norte Centro Médico Familiar	673-9420
Harmony Health Clinic	743-6888
Peach Tree Clinic	749-3242
Planned Parenthood	821-4800
Live Oak Clínica Médica	695-0700
Sutter North Medical Foundation	675-2457
Salud Pública del Condado de Yuba	749-6366
Salud Pública del Condado de Sutter	822-7215

| Desarrollo de Mi Hijo |

First 5 Yuba	749-4877
Comisión para Niños y Familias del Condado de Sutter	822-7505
Comportamiento de Niños	
• Yuba	749-4991
• Sutter	822-7215
Superintendente de Escuelas del Condado de Yuba	749-4900
Superintendente de Escuelas del Condado de Sutter	822-2900
E Center Head Start	741-2995
Salud Pública del Condado de Yuba	749-6366
Salud Pública del Condado de Sutter	822-7215

| Líneas Gratuitas de Acceso Directo |

Planned Parenthood	1-800-230-PLAN (7526)
Línea de Asistencia Inmediata de Abuso De Menores	1-800-422-4453
Línea de Asistencia Inmediata de Violencia Doméstica	1-800-799-7233
Línea para Menores en Crisis	1-800-843-5200

| Intervención en Situaciones de Crisis las 24 Horas |

Casa de Esperanza	674-2040
Línea de Asistencia Inmediata de Abuso De Menores	1-800-422-4453
Línea para Menores en Crisis	1-800-843-5200
Servicios de Bienestar de Niños del Condado de Yuba	749-6288
Servicios de Bienestar de Niños del Condado de Sutter	822-7227