



¿Está Buscando Ayuda? Números Telefónicos para Adolescentes

- La mayoría de servicios son gratis o a precios bajos.
- Visita el sitio de internet SoCoYouth.org para encontrar otros teléfonos y enlaces. Los consejeros de la escuela, pastores o sacerdotes, y proveedores de salud también te pueden proveer con recursos y ayuda.
- Todos los números de teléfono tienen el área 707 a menos que se indique lo contrario.

Líneas de Emergencia y Disponibles las 24 Horas

Sobredosis de Drogas o Alcohol	911
VIH/SIDA Línea de Ayuda	1-800-342-2437
Línea Nocturna del VIH (de 5pm-5am 7 días a la semana)	1-800-273-2437
Servicios de Psiquiatría de Emergencia (incluye el suicidio)	1-800-746-8181
Albergue de Emergencia de Social Advocates for Youth	1-800-544-3299
<i>Speak Up</i> (reportes anónimos por amenazas de armas en las escuelas)	1-866-SPEAK-UP
Unidos Contra el Asalto Sexual (por violación)	545-7270
Línea para Reportar Violencia Doméstica de YWCA	546-1234

Albergues de Emergencia para Adolescentes

Programa de Transición Abraxis (Lunes a Viernes, del medio día a las 8pm)	568-4415
Albergue <i>The Coffee House</i>	546-3432

Para Reportar Abuso Infantil o Negligencia

Servicios de Protección para los Niños	565-4304
--	----------

Consejería

Centro de Consejería para Niños de CPI/Santa Rosa	585-6108 x227
Centro Comunitario de Consejería de Rohnert Park	664-4215
Circuit Riders/Windsor	838-6641 x226
Agencia de Servicios para Familias	545-4551
Centro de Consejería Humanidad	521-4754
Kaiser Permanente	571-3778
Centro de Servicios para las Personas de Petaluma	765-8488
Servicios para los Jóvenes de Rohnert Park	584-2672
Santa Rosa Junior College en Santa Rosa	527-4445
Santa Rosa Junior College en Petaluma	778-3919
Hospicio de Santa Rosa Memorial	568-1094
(Servicios por la pérdida de un ser querido)	
Abogacía Social para Jóvenes de Healdsburg	431-7658
Abogacía Social para Jóvenes de Santa Rosa	544-3299
Abogacía Social para Jóvenes de Sonoma	996-7991
Salud Mental del Condado de Sonoma	565-4810
Desarrollo para Adultos y Jóvenes del Condado de Sonoma)	793-9030
(para Jóvenes de Rohnert Park y Cotati)	
Sutter VNA y Hospicio (por la pérdida de un ser querido)	535-5780
Unidos contra el Asalto Sexual	545-7270
Servicios Comunitarios del Oeste del Condado	829-5717

Muchos centros de salud también ofrecen servicios de salud mental.

Consejería sobre el Alcohol, las Drogas y el Tabaco

Grupo para Adolescentes de Alcohólicos Anónimos	575-6760 x1
(familias en situaciones de alcoholismo)	
Servicios para Alcohólicos y Otras Drogas	565-7450
Línea de Ayuda para Fumadores de California	1-800-45-NO-FUME
(para dejar de fumar)	
Centro de Alternativas al Abuso de Drogas (DAAC)	544-3295
DAAC Intercambio de Jeringas	544-3295
Kaiser Permanente	
Programas para dejar de Fumar	566-5253

Servicios para Personas que Dependen de las Drogas 571-3835

Grupos de Apoyo para Homosexuales, Lesbianas, Bisexuales y de Orientación Sexual Indefinida

Consejería para Homosexuales o Jóvenes que tienen Preguntas sobre su Orientación Sexual 579-4947
Alianzas de Homosexuales y Heterosexuales 579-4947
Padres y Amigos de Lesbianas y Homosexuales (PFLAG) 1-866-350-2462
Imágenes Positivas 568-5830
Información y Referencias de Homosexuales/Lesbianas del Condado de Sonoma 526-0442

Problemas con la Alimentación y el Cuerpo

Grupos de Asistencia y Apoyo para Jóvenes por Desórdenes de la Alimentación 778-7849
QUEST 303-3246

Asistencia Legal

Asistencia Legal Rural de California (cubre todo el Condado de Sonoma) 528-9941
Ayuda Legal del Condado de Sonoma 542-1290
Fundación de Servicios Legales del Condado de Sonoma 546-2924
Proyecto para Víctimas/Testigos 565-8250

Línea de Referencias del Dept. de Servicios de Salud del Condado Sonoma

1-800-427-8982

Le recomiendan para que obtenga servicios de cuidado prenatal, planificación familiar, servicios dentales y a otros recursos en la comunidad.

Medi-Cal, Elegibilidad y Ayuda Económica

1-877-699-6868

Servicios Médicos Confidenciales de Sexualidad

- Anticonceptivos incluyendo condones y Contracepción de Emergencia
- Pruebas de embarazo y consejería
- Pruebas de Enfermedades Transmitidas Sexualmente incluyendo el VIH

Tus padres no se tienen que enterar. Todo lo que digas sobre el sexo, las drogas y tus sentimientos es confidencial a menos que nos digas que:

- Estás siendo abusada(o)
- Vas a hacerte daño o vas a hacerle daño a alguien mas

T= Solo adolescentes; G=Clínica para hombres; A=Proveen servicios de abortos

Centro Médico Regional de Alexander Valley/Cloverdale 894-4229
Centro Médico Alianza/Healdsburg 433-5494
Centro de Salud de la Escuela Elsie Allen/Santa Rosa (T) 528-5770
Abierto a estudiantes de 12 a 18 años del Condado de Sonoma
Clínica para Adolescentes de Forestville (T) 887-0427
Servicios de Información y Exámenes para detectar el VIH/SIDA 565-4620
Kaiser Permanente Servicios para Adolescentes (T)
Citas/Mensajes 393-4033
Teléfono Confidencial para Adolescentes 486-8312
Centro de Salud del Area de Occidental 874-2444
Centro de Salud de Petaluma (T) 559-7543/559-7500
Clínica para Adolescentes Phoenix/Petaluma (T) 490-7298/217-3383
Planned Parenthood/Rohnert Park (A) 1-800-967-7526
Salud Pública – Clínica de Chanate/Santa Rosa (T/G) 565-4820
Clínica de Riley Street/Santa Rosa (T/G) 565-4820
Centro de Salud del Rio Ruso/Guerneville 869-2849
Servicios de Salud de Santa Rosa Junior College 527-4445
Servicios de Salud de SRJC en Petaluma 778-3919
Proyecto de Salud para Indígenas del Condado de Sonoma/Santa Rosa 521-4545
Centro de Salud de la Universidad de Sonoma State 664-2921
Centro Comunitario de Salud del Valle de Sonoma/Sonoma (T) 939-6070
Centro Comunitario de Salud del Suroeste/Santa Rosa
Clínica Lombardi (T) 547-2222
Centro de Practica Familiar en Chanate (A) 303-3600
Especialistas en la Salud de la Mujer/Santa Rosa (A) 537-1171

La Contracepción de Emergencia (EC), también es conocida como Plan B o la pastilla de la mañana siguiente y **puede prevenir un embarazo hasta 5 días después de haber tenido relaciones sexuales sin protección.** Pide EC en tu clínica junto con tu método anticonceptivo regular. EC también está disponible en farmacias que participan en el programa de acceso (llama al 1-888-NOT-2-Late para encontrar una farmacia que te quede cerca) y se puede comprar sin receta médica si tienes 18 años o más. El precio varía. **Es GRATIS para los que tienen una tarjeta vigente de Family PACT.**

Apoyo para Adolescentes Embarazadas y Padres Adolescentes

Conexiones para Padres Adolescentes

565-4480

Servicios Gratuitos de Información para la Adopción

Adopción del Estado de California

588-5000

Ley de Protección para Recién Nacidos: www.babysafe.ca.gov

Una madre o padre que no puede o no quiere quedarse con su recién nacido, lo puede entregar legal y confidencialmente en un lugar seguro antes de que pasen tres días después de haber nacido. No se piden nombres o cualquier otra información. **El bebe debe ser entregado en la sala de emergencias de un hospital.**

*Desarrollado por el Comité de Abogacía para la Salud de los Adolescentes y el Programa de Salud Materna, Infantil y de Adolescentes Revisado en Noviembre de 2008
Fondos proporcionados por el Programa MCAH, Departamento de Salud Pública del Estado de California*