

Guía de Recursos Comunitarios



PARA NIÑOS Y FAMILIAS EN EL CONDADO DE DAKOTA



CUIDADO DE LA SALUD



SALUD DENTAL



SALUD DE LA MUJER



COMIDA



VIVIENDA



NECESIDADES ESPECIALES/DISCAPACIDAD



APOYO A LAS FAMILIAS

Departamento de Salud Pública del Condado de Dakota
651.554.6100 ■ www.dakotacounty.us



Public Health
Prevent. Promote. Protect.
TO GOOD HEALTH



Departamento de Salud Pública

Visite www.dakotacounty.us para mas información

Información General 651.554.6100

Número de Fax: 651.554.6130

Correo electrónico: public.health@co.dakota.mn.us

Programa del Asma

Para niños (recién nacidos a 18 años) que han sido diagnosticados con asma. El personal del condado visita y trabaja con la familia para encontrar formas de reducir los síntomas del niño, para hablar sobre recursos comunitarios y para disminuir la exposición a lo que pueda provocar el asma en casa.

Child and Teen Checkups (C&TC)

El personal del Programa de Chequeos para Niños y Adolescentes puede ayudarle a buscar doctor, o dentista, a hacer una cita, encontrar transporte para citas médicas, o intérprete médico, para familias con niños y jóvenes desde cero hasta 21 años de edad, y que tengan Asistencia Médica.

Visitas Familiar al Hogar

El personal de Visitas Familiar al Hogar apoya a las familias durante el embarazo y después del parto. El personal puede proporcionar chequeos de crecimiento y desarrollo para infantes y niños, y recursos para niños con necesidades especiales/discapacitados. Para solicitarlo, llame o complete el formulario en línea en www.dakotacounty.us (búsqueda "visitas domiciliarias").

Programa Follow Along

Mantiene un seguimiento del desarrollo de su hijo desde el nacimiento a los 5 años de edad. Descubra si su hijo está jugando, hablando, creciendo, moviéndose y actuando como los otros niños de su misma edad.

Vacunas para niños y adultos 952.891.7999

Las campañas de vacunas sin-cita se llevan a cabo mensualmente en West St. Paul y Apple Valley. Llame para obtener información actualizada o para hacer una cita.

Pruebas de Radón

Haga una prueba para saber si tiene radón en su casa. Puede recoger el equipo para la prueba en Apple Valley (952.891.7500) o West St. Paul (651.554.6100), llame para confirmar la disponibilidad de existencias.

Pruebas y tratamiento para la Tuberculosis

Ofrecemos la prueba de la tuberculosis en la piel, con cita. Las personas con tuberculosis podrán recibir medicina gratis.

Programa de Nutrición WIC 952.891.7525

El programa WIC (Women, Infants, and Children-Mujeres, Infantes y Niños) es un programa nutricional que ofrece alimentos nutritivos gratis y educación sobre nutrición a las familias. Se proporciona apoyo y educación a las mujeres, sobre lactancia.

Departamento de Salud Pública del Condado de Dakota
1 Mendota Road W., Suite 410, West St. Paul, MN 55118
651.554.6100 / Email: public.health@co.dakota.mn.us

Servicios del Condado de Dakota

Información General 651.437.3191

Manutención de los hijos 651.554.5909

Empleo y Asistencia Económica 651.554.5611

Horario: 8:00 a.m. – 4:30 p.m.

- Dinero en efectivo y ayuda de emergencia
- Ayuda para comida
- Servicios para la Buena Administración de las Finanzas Personales
- Ayuda para la guardería
- Asistencia médica

Servicios Sociales 651.554.6000

- Pre-calificación para Niños y Familias 952.891.7459
- Pre-calificación de Servicios para Adultos 651.554.6424

Servicios Comunitarios 651.554.6336

- Servicios para las personas mayores y para discapacitados
- Trastorno del Espectro del Autismo
- Discapacidades del desarrollo
- Ayuda con Auxiliar Médico personal

Bibliotecas del Condado de Dakota 651.450.2900

Parques del Condado de Dakota 952.891.7000

Servicios para los Veteranos 651.554.5601

Servicios de Crisis

Intervención en Casos de Crisis del Condado de Dakota 952.891.7171

www.dakotacounty.us (búsqueda "Mental Health")

Servicio al Cliente y referidos las 24 horas en crisis de salud mental

Dakota County Housing Crisis Line 651.554.5751

www.dakotacounty.us (búsqueda "housing assistance")

Casa De Esperanza 651.772.1611

www.casadeesperanza.org

Línea bilingüe las 24 horas para ayuda en caso de violencia doméstica

Línea de mensajes de texto para situaciones de crisis:

Envía "MN" al 741741

Servicios gratis disponibles las 24/7. Úsala si tú o alguien cercano a ti está pasando por una crisis de salud mental o está contemplando suicidarse.

Lewis House - Casa Lewis

- Eagan 651.452.7288

- Hastings 651.437.1291

- Línea de ayuda en caso de Asalto Sexual 651.405.1500

www.360communities.org Disponible 24 horas al día para vivienda y protección para mujeres y niños abusados.

Este directorio es una guía de recursos y no implica aprobación por parte del Departamento de Salud Pública del Condado de Dakota. La información está sujeta a cambios.

DCPHD-HR-2947b (12/2019)

Líneas de Ayuda

United Way 2-1-1 (marque 211) 651.291.0211
www.211unitedway.org

Línea de Enlace para la Discapacidad 1.866.333.2466

MinnesotaHelp.Info
www.minnesotahelp.info/index (Base de datos de recursos disponible)

Agencias Multi-Servicios

Estas agencias quizá pueden ayudarle con comida, vivienda, transporte, servicios públicos y asistencia de emergencia.

360 Communities 952.985.5300
www.360communities.org

CAP Agency 651.322.3500
www.capagency.org

Hastings Family Service 651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org

Para personas que residen en el Distrito Escolar Independiente 200 y el área de Hastings

Mission Outpost 952.898.9311
www.popmn.org/gethelp/basicneeds

Iglesia Luterana El Príncipe de Paz, Burnsville

Neighbors Inc. 651.455.5000
www.neighborsmn.org

Para personas que residen en Inver Grove Heights, South St. Paul, West St. Paul, Mendota Heights, Mendota, Sunfish Lake, y Lilydale

Salvation Army 651.746.3400
www.salvationarmynorth.org

Dependencia Química

Dakota County Chemical Health 651.554.6000
www.dakotacounty.us (búsqueda "Chemical Health")

El condado puede ayudar a las personas con un examen toxicológico y tratamiento de dependencia de sustancias químicas, si:

- residen en el condado actualmente;
- no tienen seguro médico que cubra tratamiento de dependencia de sustancias químicas, o si el plan del seguro médico ha negado la cobertura;
- cumplen con los requisitos, establecidos por el Estado de Minnesota, de ingreso y número de personas en la familia.

Favor de comunicarse a la Línea de Pre-calificación para Adultos del Departamento de Servicios Sociales al 651-554-6424 para elegibilidad.

Dependencia Química (continuación)

Alcoholics Anonymous (AA) 952.922.0880
www.aaminneapolis.org

La organización Intergroup del área metropolitana de Minneapolis ofrece apoyo y recursos a todas las personas que necesiten ayuda por problemas de alcoholismo. Las llamadas se atienden las 24 horas.

Al Anon/Alateen 651.771.2208
www.al-anon-alateen-msp.org

Al Anon Grupos Familiares, incluye Alateen para adolescentes, y Al-Anon para Niños y Adultos; ayuda para familias de alcohólicos (Minneapolis/St. Paul).

Comunidades Latinas Unidas en Servicio: CLUES 651.379.4200
www.clues.org

Organización sin fines de lucro que ofrece recursos y servicios lingüística y culturalmente relevantes para Latinos

Narcotics Anonymous Minnesota 1.877.767.7676
www.naminnnesota.us

Tobacco Quit Plan Helpline 1.888.354.7526
www.quitplan.com

Si piensa que Usted o alguien que conoce tiene una adicción a los opioides: Llame a su Doctor de cabecera - Llame a la línea nacional de ayuda de la Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) al 1.800.662.HELP - O visite el sitio web de la SAMHSA ingresando a <https://www.samhsa.gov/>

Visite www.cdc.gov/drugoverdose para aprender más sobre como protegerse Usted y sus seres queridos del abuso, adicción y sobredosis de opioides.

Niños con Necesidades Especiales/Discapacidad

Información y recursos sobre el Trastorno del Espectro del Autismo www.dakotacounty.us (búsqueda "Autism")	651.554.6336
Family Voices of MN www.familyvoicesofminnesota.org Apoyo de padres-para-padres	1.866.334.8444
Fraser Center www.fraser.org Servicios para autismo, salud mental, rehabilitación	612.767.7222
Living Well with ADHD www.centerforlivingwellwithadhd.org	952.921.5870
Living Well Disability Services www.livingwell.org	651.688.8808
Minnesota Hands and Voices www.mnhandsandvoices.org/	651.265.2435
National Alliance on Mental Illness of Minnesota (NAMI Minnesota) www.namihelps.org	651.645.2948
PACER Center www.pacer.org Apoyo y consejería para niños con discapacidades y para sus familias.	952.838.9000
The ARC Greater Twin Cities www.arcminnesota.org	952.920.0855

WOMEN, INFANTS & CHILDREN (WIC) PROGRAM

El Programa WIC es un programa alimenticio que ayuda a las familias a alimentarse mejor y mantenerse saludables.

El Programa WIC ofrece:

- Información alimenticia específica según las necesidades de su familia
- Educación y apoyo en materia de lactancia
- Alimentos saludables
- Derivaciones a otros programas de salud y comunitarios

Si está embarazada, acaba de tener un bebé o tiene niño menor de 5 años, es posible que reúna los requisitos para acceder al Programa WIC.

Para solicitarlo o pedir más información, llame al Programa WIC del Condado de Dakota al 952-891-7525 o envíe un mensaje de texto con la palabra "dakotawic" al 85511.

Ropa



360 Communities www.360communities.org	952.985.5300
Community Clothes Closet www.hosannalc.org Iglesia Luterana Hosanna!, Lakeville	952.898.9595
Hastings Family Service www.hastingsfamilyservice.org Para personal que residen en el Distrito Escolar Independiente 200 y del área de Hastings	651.437.7134
Mission Outpost www.popmn.org Iglesia Luterana Príncipe de Paz, Burnsville	952.435.8102
Neighbors Inc. www.neighborsmn.org	651.455.5000

Servicios Culturales

Estas agencias quizá pueden ayudarle con comida, apoyo familiar, empleo, educación, salud y bienestar y empoderamiento personal.

Indian Health Board www.indianhealthboard.com	612.721.9800
Centro Tyrone Guzman (Latino) www.centromn.org	612.874.1412
CLUES (Latino) - St. Paul - Servicios para Envejecer Bien www.clues.org	651.379.4200 651.379.4280
ECHO www.echominnesota.org Información en varios idiomas sobre salud de emergencia y seguridad	
Neighborhood House www.neighb.org	651.789.2500
Progressive Individual Resources, Inc. www.pirimn.org	651.222.6567
Zacah www.zacah.org Organización Islámica para apollar a Mulsumanes y seguidores de otras fe	651.705.5968

Servicios Dentales



Empastes dentales, extracciones, otros servicios

¿Tiene asistencia médica? Comuníquese con su seguro médico para preguntar sobre su plan dental.

Children's Dental Services 612.746.1530

www.childrensdentalservices.org

Para niños menores de 26 y mujeres embarazadas; se acepta MA; Tarifas variables y cuidado gratis

Community University Health Care 612.301.3433

www.cuhcc.umn.edu (búsqueda Dental Care)

Las tarifas varían dependiendo del tamaño de la familia e ingreso

Dentistry for Children & Adolescents 952.435.4102

www.childrensdent.com

No se acepta la Asistencia Médica – Solo atendemos a personas con discapacidades físicas o mentales

Helping Hands Health Center 651.224.7561

Hope Dental Clinic 651.789.7605

www.hopedentalclinic.org

Indian Health Board 612.721.9800

www.indianhealthboard.com

Metropolitan State Univ. Dental Clinic 651.793.1793

www.dental.metrostate.edu

No se ofrecen tarifas más bajas ni servicios gratis

Minnesota Dental Association 1.800.950.3368

www.mndental.org (Opción de búsqueda "Find-a-Dentist" para encontrar un dentista por área)

MN Donated Dental 651.454.6290

www.dentallifeline.org/minnesota

Atención gratuita para personas con discapacidad permanente, adultos mayores o médicamente delicados

Prince of Peace Dental Clinic 952.898.9318

www.popmn.org/gethelp/dental/

Sharing & Caring Hands-Dental 612.338.4640

www.sharingandcaringhands.org/day-services

Southern Heights Dental Group 507.334.6433

www.southernheightsdental.com

True North Community Dental Clinic 952.403.5149

www.truenorthcdc.com

University of MN Dental Clinics 612.625.2495

www.dentalclinics.umn.edu

West Side Dental Clinic 651.602.7575

www.westsidechs.org

Limpieza dental y rayos x

Century College 651.779.5787

Normandale Community College 952.358.8608

Dental Hygiene Clinic

Educación



Head Start

Early Head Start (Embarazo a 3 años) 651.322.3500
and Head Start (De 3 años a edad escolar)

www.capagency.org

Programa gratis de educación pre-escolar de alta calidad o visitas al hogar para mujeres embarazadas y niños de 0-5 años de edad.

Programa Familiar de la Educación Temprana (ECFE)

Help Me Grow 1.866.693.4769

www.helpmegrowmn.org

Información/referencias para la Evaluación del Desarrollo (De 0-5 años)

Escuelas Públicas de South St. Paul 651.457.9418

Distrito 6

www.tridistrictce.org

Burnsville/Eagan/Savage 952.707.4150

Distrito Escolar 191

www.communityed191.org

Distrito Escolar 192 Farmington 651.460.3200

www.farmington.k12.mn.us/community_education

Distrito Escolar 194 Lakeville 952.232.2150

www.isd194.org

Distrito Escolar 196 651.423.7920

Rosemount/Eagan/Apple Valley

www.district196.org

Distrito Escolar 197 West St. Paul 651.403.8390

www.isd197.org

Aprendizaje a Temprana Edad y Centro de Recursos para la Familia

Distrito Escolar 199 Inver Grove Heights 651.306.7503

www.isd199.org/schools/early-learning/ecfe

Distrito Escolar 200 Hastings 651.480.7678

www.hastingscommunityed.com

Educación (continuación)



Evaluación de la niñez temprana (preescolar)

En la sección anterior se incluyen los sitios web de los distritos.

ISD 6 South St. Paul Public School	651.288.6897
ISD 191 Burnsville/Eagan/Savage	952.707.4100
ISD 192 Farmington	651.460.3200
ISD 194 Lakeville	952.232.3000
ISD 196 Rosemount/Eagan/Apple Valley	651.423.7899
ISD 197 West St. Paul	651.403.8363
ISD 199 Inver Grove Heights	651.306.7520
ISD 200 Hastings School District	651.480.7381

Educación para Adultos

Programa Gratis para adultos, clases de lectura, matemáticas, Inglés como Segunda Idioma y diploma G.E.D. (equivalente a diploma de la escuela preparatoria).

Minnesota Literacy Council	651.645.2277
www.mnliteracy.org/hotline	
1-800-222-1990 / Text 612.424.1211	
Contáctenos para ayudarlo a encontrar clases en su área	

Ayuda Financiera

Empleo y Asistencia Económica	651.554.5611
www.dakotacounty.us (búsqueda "Financial Counseling")	
Ayuda financiera, asistencia de emergencia, ayuda para comida, ayuda para el cuidado prenatal, ayuda para la guardería y programa de ayuda para los refugiados	
Angel Foundation	612.627.9000
www.mnangel.org Para pacientes con cáncer	
Asistencia para los Recibos de Energía (CAP Agency)	651.322.3500
Ayuda financiera para poder pagar los recibos de luz y gas (de Octubre a Mayo)	
360 Communities	952.985.5300
www.360communities.org	
Hastings Family Service	651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org	
Servicio Social Luterano de Asesoría Financiera	1.888.577.2227
www.lssmn.org/debt	
Neighbors, Inc.	651.455.5000
www.neighborsmn.org	
Administración del Seguro Social	1.800.772.1213
www.ssa.gov	
Zacah	651.705.5968
www.zacah.org	

Para mantenerse en forma



- Parques del Condado de Dakota - www.dakotacounty.us/parks
- Parques de la Ciudad - www.dakotacounty.us (búsqueda "cities and townships")
- Para Mantenerse en Forma y hacer Ejercicio en el Condado de Dakota www.dakotacounty.us (búsqueda "Fitness and Exercise") Encuentre opciones de lugares para caminar adentro, Programa de Caminata "Simple Steps", y a dónde ir a jugar en el Condado de Dakota en la sección de Consejos para Padres.
- Cuadernillo "Where Can We Go to Play" (A Donde Podemos ir a Jugar?) disponible en inglés y español, con ideas asequibles para que la familia se divierta en el condado de Dakota - www.dakotacounty.us (búsqueda "Healthy Living").

Comida



Varias Iglesias locales ofrecen comidas comunitarias gratis o con una donación.

Bancos de Alimentos Gratis y Comidas Comunitarias

www.dakotacounty.us (búsqueda "Food Shelves")

Minnesota Food Helpline	1.888.711.1151
Hunger Solutions	651.486.9860
www.hungersolutions.org (Llámenos para ayudarlo a encontrar un banco de alimentos gratis en su área)	
360 Communities	952.985.5300
www.360communities.org	
Neighbors, Inc.	651.455.5000
www.neighborsmn.org	
Dakota County WIC	952.891.7525
Hastings Family Service	651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org	
The Open Door Pantry	651.688.3189
www.theopendoorpantry.org	
Fare for All Program	763.450.3880
www.fareforall.org (Para comprar su mandado gastando menos)	
Meals on Wheels	612.623.3363
www.meals-on-wheels.com	
Farmers Market	
www.minnesotagrown.com Algunos mercados agrícolas aceptan EBT y WIC	

Cuidado de la salud



Clínicas de Bajo Costo

Crown Medical Center 612.871.4354

www.crownmedicalcenter.org

Exámenes médicos para la Tarjeta Verde y clínicas de servicios para viajeros

Diamondhead Community Clinic 952.707.4171

www.isd191.org

Para niños desde el nacimiento hasta finalizar la escuela secundaria. Solamente para los que viven en el Distrito Escolar 191

Dakota Child and Family Clinic 651.209.8640

www.dakotachildandfamily.org

Minnesota Family Planning and STD 1.800.783.2287

(Enfermedades de Transmisión Sexual) www.sexualhealthmn.org

Clínica de Vacunas de Salud Pública 952.891.7999

www.dakotacounty.us (búsqueda "Immunization Clinic")

St. Mary's Clinic 651.287.7777

www.stmaryshealthclinics.org

Atención médica gratis (que no sea de emergencia) para personas sin seguro médico, llame para hacer cita

Westside Community Health Services 651.602.7500

www.westsidechs.org

Otros recursos:

- Clínicas de análisis para las Enfermedades de Trasmisión Sexual
 - www.dakotacounty.us (búsqueda "STD testing")
 - www.health.state.mn.us (búsqueda "low cost health services")

Seguro Médico

MNsure 1.855.366.7873

Lunes - Viernes 8:00 a.m - 6:00 p.m.

www.mnsure.org

Dakota County Employment and Economic Assistance 651.554.5611

www.dakotacounty.us

Para seguro médico por medio del Condado de Dakota

MinnesotaCare 651.297.3862

www.mn.gov/dhs

Portico Healthnet 651.489.2273

www.porticohealthnet.org

1.866.489.4899 / Intérpretes disponibles

Ayuda para personas sin seguro médico/ayuda con la aplicación

Medicamentos Recetados

Algunas farmacias participan en programas de descuento para medicamentos y pueden ofrecer medicamentos genéricos a bajo costo. Llame a su farmacia.

Para deshechar sus medicamentos de forma segura en las oficinas del Sheriff del Condado de Dakota – visite el sitio www.dakotacounty.us (busque "safe disposal").

Visión

Vision Loss Resources

612.871.2222

www.visionlossresources.org/

Clínicas oftalmológicas con tarifas móviles

Thirty nine Dollar Glasses

1.800.672.6304

www.39dollarglasses.com

Descuento de receta para lentes y lentes de contacto.

Child and Teen Checkups



Chequeos para Niños y Adolescentes:

Eres elegible si:

- Tienes hasta 20 años de edad y
- Recibes Asistencia Médica

Encuentra un doctor y un dentista que visites regularmente para que conozca a tus hijos.

- Programa una cita para un chequeo.
- Aprende más sobre el desarrollo y la salud de tu hijo.
- ¡Llama a tu seguro médico para encontrar un doctor, dentista, intérprete, o alguien que te lleve a tus citas médicas para obtener recompensas! El número telefónico está en la parte de atrás de tu tarjeta de seguro.

Las revisiones C&TC deberán hacerse a los:

2 semanas	9 meses	24 meses
2 meses	12 meses	30 meses
4 meses	15 meses	-----
6 meses	18 meses	Cada año a partir de los 3 años hasta los 20

¡Revisión dental cada 6 meses hasta los 12 meses de edad!

¡PARA SABER MÁS!

Dakota County Child and Teen Checkups (C&TC)
952-891-7500



Vivienda



Dakota County Housing Crisis Line 651.554.5751

Línea de Crisis de Vivienda del Condado de Dakota
Albergues en caso de emergencia, ayuda para evitar el desalojo
e información sobre recursos/referencias sobre la vivienda
www.dakotacounty.us (búsqueda "housing assistance")

C.O.R.E Drop In Center 612.205.7944

www.thelinkmn.org/core

Para Jóvenes en riesgo o sin hogar actualmente que pueden obtener
ayuda con necesidades básicas (comida, ropa, lavandería, etc) y
conectarse con un/a trabajador/a social y servicios tales como vivienda

Albergues

Dakota Woodlands (para familias) 651.456.9110

www.dakotawoodlands.org

Harbor Shelter 651.480.8377

Para jóvenes de 12-20 años

General

Dakota County 651.675.4400

Community Development Agency

www.dakotacda.org

Vivienda a precios accesibles

Localizador de vivienda a precios accesibles

www.housinglink.org

Asuntos de Salud Ambiental 952.891.7500

Salud Pública del Condado de Dakota
Respuesta a sus preguntas sobre Salud Ambiental

Habitat for Humanity 651.207.1700

Homeowner & Foreclosure Prevention Program

www.tchabitat.org

Programa para obtener casa y
Prevención del Juicio Hipotecario

Smoke-Free Housing Directory 651.646.3005

www.msmokefreehousing.org

Aptitudes para el Trabajo

MN Workforce Centers

www.mnworkforcecenter.org

Servicios que pueden ayudarle a encontrar trabajo, a cambiar
de carrera, o actualizar su currículum

- West St. Paul WorkForce Center 651.554.5955

- Burnsville WorkForce Center 952.703.3100

- Shakopee WorkForce Center 952.445.7087

MinnesotaWorks.net

www.minnesotaworks.net

Base de Datos de Trabajos en Línea, y otros sitios de empleo
en internet para buscar y aplicar para trabajos

Ayuda Legal



Dakota County Family Court Self-Help Center

- Apple Valley 952.891.7135

- Hastings 651.438.8080

- West St. Paul 651.554.6200

www.dakotacounty.us (búsqueda "legal help")

Centro de Auto-ayuda sobre la Corte Familiar del Condado
de Dakota. Consulta gratis de 30 minutos sobre asuntos de
corte familiar para residentes del condado que no cuenten
con un abogado.

Centro Legal de MN para el Inmigrante 1.800.223.1368

www.ilcm.org

Ayuda legal para inmigrantes y refugiados

LawHelpMN

www.lawhelpmn.org

Asistencia Legal del Condado de Dakota 952.431.3200

www.dakotalegal.org

Southern MN Regional Legal Services 1.888.575.2954

www.smrls.org 651.291.2837

Ayuda legal gratis para personas de bajos ingresos

Tubman Chrysalis Center

612.870.2400

www.tubman.org



VACUNAS PARA NIÑOS Y ADULTOS

Hay vacunas disponibles para niños y adultos que:

- No tienen seguro de salud
- Tienen un seguro de salud que no cubre la vacuna

Y los niños que:

- Son Indios Americanos o Nativos de Alaska
- Están en un Programa de Cuidado de Salud de Minnesota (MA, MNCare o PMAP)

No hay cobro por las vacunas, se aceptan donaciones. Los niños menores de 18 años DEBEN de venir acompañados de alguno de los padres o del tutor o traer la forma adecuada de consentimiento por escrito.

Las campañas de vacunas sin-cita se llevan a cabo mensualmente en West St. Paul o Apple Valley 4:00 p.m. - 6:00 p.m. Hay citas disponibles en Apple Valley, llame 952-891-7999.

Para obtener más información, visite www.DakotaCounty.us (busque "vacunas").

Salud Mental

Dakota County

www.dakotacounty.us (búsqueda "Mental Health")

- **Adult Mental Health** 651.554.6424
- **Children's Mental Health** 952.891.7453
- **Crisis Response 24-hour** 952.891.7171
Intervención en casos de crisis las 24-horas por teléfono y en persona

Servicio de respuesta ante crisis del Condado de Dakota

Llame al 911 para las emergencias que pongan en riesgo la vida.

La Unidad de respuesta ante crisis es una línea telefónica para situaciones de crisis que está disponible las 24 horas para todas las personas del Condado de Dakota. Las llamadas son respondidas por personal muy amable, que está capacitado en materia de recursos comunitarios y recuperación ante situaciones de crisis que ayudan a preservar y mantener la salud mental. También pueden colaborar del siguiente modo:

- Ayuda telefónica en caso de crisis
- Educación y respaldo para la familia
- Derivaciones a recursos de la comunidad
- Acceso a psiquiatría y terapia de urgencia
- Evaluaciones para crisis de salud mental
- Servicios de estabilización por crisis

Proveedores de salud mental y otro recursos

Associated Clinic of Psychology (Clínica de Psicología)

- **Apple Valley** 952.432.1484
- **West St. Paul** 651.450.0860

Fast-Tracker

www.Fast-TrackerMN.org

Clinicas de salud mental y recursos para el trastorno por uso de sustancias

Mental Health Association of Minnesota 651.493.6634

www.mentalhealthmn.org

Minnesota Mental Health Clinic 651.454.0114

www.mnmentalhealthclinics.com

Programa de apoyo comunitario financiado por el Condado de Dakota
Apple Valley, Eagan and Lakeville

National Alliance on Mental Illness of Minnesota 651.645.2948

(NAMI Minnesota)

www.namihelps.org

Apoyo para los Padres



Licencias de Guarderías del Condado de Dakota 952.891.7400

Para guarderías autorizadas en casas (búsqueda "child care licensing")

Dakota County Public Health 651.554.6115

www.dakotacounty.us (búsqueda "home visits")

Visitas al Hogar Familiar apoya a mujeres embarazadas y a familias con niños pequeños. Le ofrecerán información útil y le darán apoyo para que usted pueda desarrollar nuevas habilidades como padre.

Kids-n-Kinship 952.892.6368

www.kidsnkinship.org

Parent Aware 1.888.291.9811

www.parentaware.org

Base de datos de guarderías y programas de educación temprana

Safe Families for Children 612.518.5986

www.safe-families.org

Together for Good 651.440.4058

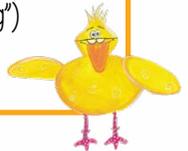
www.tfgood.org/

Regístrate en el Programa Follow Along en el Condado de Dakota

- El programa te ayudará a mantener un seguimiento sobre el desarrollo de tu hijo desde su nacimiento hasta los 5 años de edad.
- Descubre si tu hijo está jugando, hablando, creciendo, moviéndose y actuando como los otros niños de su misma edad.

¡ES
DIVERTIDO,
FÁCIL y
GRATUITO!

Regístrate en línea:
www.dakotacounty.us
(busque "Follow Along")



Transporte



Llame a su plan de seguro médico si necesita transporte para ir a una cita con el médico y si tiene MinnesotaCare o Medical Assistance.

Servicio de autobuses DakotaLink (DakotaLink)

www.dakotacounty.us (búsqueda "Dakotalink" para ver los horarios)

DakotaLink es un servicio de autobuses pagado por el Condado de Dakota para ayudar a las personas a acceder a los servicios que ofrece el Condado, las citaciones judiciales, las reuniones con el personal y demás actividades relacionadas con el Condado. El servicio brinda tres viajes ida y vuelta por día, de lunes a viernes (excepto los días feriados), entre Hastings, Egan y West St. Paul.

DARTS 651.455.1560

www.dartsconnects.org

Proporciona servicios de transporte para adultos mayores. Tarifas económicas disponibles según sus posibilidades.

GAPP Services, Inc. 952.953.9299

Transporte con choferes voluntarios para residentes del condado. Deben llamar para programar su cita al menos una semana antes.

GoDakota 651.203.0183

www.dakotacounty.us

Ayuda a encontrar opciones de transporte público y privado y Servicios como Metro Transit, Minnesota Valley Transit Authority, y DARTS. Esta disponible el entrenamiento de viaje gratis.

Just Friends Program 651.437.7134

Servicio a personas en el área de Hastings y en el distrito escolar 200. www.hastingsfamilyservice.org

LOOP Sistema de Autobuses 651.234.2272

www.dartsconnects.org

Un sistema de autobuses económico que hace viajes en círculo para ayudar a los adultos mayores a que vayan de compras y a que se mantengan activos en la comunidad. Actualmente en Hastings, W. St. Paul, Lakeville y South St. Paul. Con accesibilidad para silla de ruedas y carrito eléctrico.

Metro Mobility 651.602.1111

www.metrotransit.org/metro-mobility TTY 651.221.9886

Para llevar a personas que han sido médicamente certificadas por discapacidad, debido a que no pueden tomar otros autobuses por su discapacidad y condiciones de salud.

Metro Transit 612.373.3333

www.metrotransit.org

El Programa de Asistencia de Tránsito (TAP) ayuda a hacer más económico el transporte público (\$1 por viaje), para residentes de bajos ingresos que cumplan con los requisitos de ingresos (www.metrotransit.org/TAP).

Minnesota Valley Transit Authority 952.882.7500

www.mvta.com

Neighbors Inc. of South St. Paul 651.455.1508

www.neighborsmn.org

Proporciona servicio a miembros de la comunidad con bajos ingresos en Inver Grove Heights, South St. Paul, West St. Paul, Mendota Heights, Mendota, Sunfish Lake y Lilydale.

Salud de la Mujer

Apoyo para la lactancia

Dakota County Public Health

- Visitas al Hogar 651.554.6115
- Women, Infant and Children (WIC) 952.891.7525

The Birthplaces en los centros de atención materna Fairview and HealthEast Maternity Care Centers

www.fairview.org/overarching-care/the-birthplace/locations

- Servicios de lactancia en las clínicas Fairview 855.FAIRVIEW
www.fairview.org (búsqueda "lactation")

- Especialistas en lactancia en las clínicas HealthEast 651.232.8080
www.healtheast.org/maternity/during/breastfeeding

Baby Café Hastings en TLC of Hastings 651.437.4200

www.babycafeusa.org/ (búsqueda "Hastings")

Centro médico Regions Hospital: Clase sobre lactancia "Partners in Breastfeeding" 651.293.8176

www.regionshospital.com (búsqueda "lactation")

Especialistas en lactancia de HealthPartners 952.967.7955

www.healthpartners.com (búsqueda "lactation")

Localizador de La Leche League

www.llusa.org/locator/

Hospital United: Servicios de lactancia de The Mother Baby Center en

Minneapolis 612.863.4638
St. Paul 651.241.6250

www.themotherbabycenter.org/

Embarazo y Salud de la Mujer

Amnion Pregnancy Center 952.898.4357

www.amnionpc.org

Planned Parenthood 952.890.0940

www.mypregnancychoices.com

Postpartum Anxiety and Depression Support Group 612.863.4770

www.allinahealth.org (búsqueda "Postpartum")

Pregnancy and Postpartum Support MN 612.787.7776

www.pregnancypostpartumsupportmn.com

Pregnancy Choices 952.997.2229

www.mypregnancychoices.com

SAGE-Breast & Cervical Cancer Testing 1.888.643.2584

www.health.state.mn.us (búsqueda "SAGE")

Wakota - A Guiding Star Center 651.457.1195

www.guidingstarwakota.org