

# Recursos para adolescentes embarazadas



## ¿Necesita un médico?

Encuentre **cuidado prenatal** gratis o de bajo costo en el Condado de Alameda, incluyendo Medi-Cal inmediato/temporal si usted no tiene seguro médico.

Llame a la Línea de Salud Familiar (888) 604-4636 de 8:30 am - 5 pm de lunes a viernes o visita [www.ACHealthCare.org](http://www.ACHealthCare.org)



## ¿Necesita terminar la escuela?

El programa **Cal-Safe** le puede ayudar a completar la **escuela secundaria o un programa de GED**. También ofrece servicios de cuidado infantil, grupos de apoyo y educación para padres.

Llame a **Fruitvale Academy** en Oakland al (510) 536-6086 o llame a **William P. Burke Academy** en Hayward al (510) 785-9326 para más información.



## ¿Quiere ayuda financiera?

El programa **Cal-Teen** (antes llamado Cal-Learn) proporciona incentivos financieros y servicios de apoyo para **adolescentes terminando la escuela o un programa de GED**.

**Puede aplicar en cualquier oficina de Servicios Sociales**. Encuentra la oficina más cercana en <http://www.alamedasocialservices.org/>



## ¿Necesita recursos de comida?

El programa de **WIC** provee consejería nutricional, referencias, ayuda con la lactancia materna y alimentos saludables para adolescentes embarazadas y padres adolescentes. WIC tiene oficinas locales en todo California. Llame al (888) 942-9675 para encontrar la oficina más cercana a usted.

La **línea de ayuda de alimentos** del Banco de Comida del Condado de Alameda puede conectarle con programas que ofrecen comida diariamente. También le ayudan a aplicar para **estampillas de comida!** Llame al (510) 635-3663, Lunes - Viernes, de 9 am - 4 pm.

## Programas de apoyo adicionales

Adolescentes embarazadas y padres adolescentes pueden trabajar directamente con alguien que le puede ayudar a centrarse en sus fortalezas y establecer metas. Obtenga educación para la salud, pruebas de detección del desarrollo infantil, recursos financieros y de vivienda, y clases de crianza.

- Residentes de Alameda, Albany, Berkeley, Emeryville, Oakland y San Leandro llamen a **Brighter Beginnings** al (510) 437-8950.
- Residentes de Hayward, Union City, San Lorenzo, Castro Valley, Newark, Sunol, Pleasanton, Livermore y Fremont llamen a **Tiburcio Vasquez HC Family Support Services** al (510) 471-5907 ext 3711.
- Residentes de Oakland llamen a **Planned Parenthood/Teen Success, Inc.** (510) 899-8693.

## Otros recursos:

- **Llame al 211** - información de vivienda o refugios de emergencia y muchos otros recursos de salud y servicios humanos. Las llamadas son contestadas 24/7 en varios idiomas.
- El **Centro de Justicia Familiar** del Condado de Alameda – ayuda a sobrevivientes de violencia doméstica y otros tipos de violencia. Ofrecen servicios de intervención de crisis, refugio de emergencia, asesoramiento, manejo de casos, y mucho más. Llame al (510) 267-8800 o visite [www.acfjc.org](http://www.acfjc.org)