

2025-2026

# СПРАВОЧНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ УСЛУГ ДЛЯ СЕМЕЙ



Составлен:

Объединенный школьный округ Twin Rivers

Отдел обслуживания учащихся

Отдел заботы о благополучии и посещаемости детей

Справочный указатель услуг для семей предназначен для того, чтобы помочь семьям нашего школьного сообщества найти ресурсы, которые могут пригодиться в случае необходимости. Справочник был создан при поддержке Объединенного школьного округа Twin Rivers. В округе Сакраменто и прилегающих районах есть много дополнительных служб, к которым жители могут обратиться за помощью.

Позвоните по телефону Infoline Sacramento 211 или (916) 498-1000, или посетите сайт [211sacramento.org/211/](http://211sacramento.org/211/), чтобы узнать о других возможностях.

Вы также можете посетить сайт [findhelp.org](http://findhelp.org), чтобы найти полезные ресурсы.

Прежде чем позвонить по телефону или начать поиск конкретной услуги в интернете, рекомендуется записать следующее:

- С КЕМ бы вы хотели поговорить?
  - КАКУЮ информацию вы хотите получить, или
  - ЗАЧЕМ вам нужна эта услуга?
  - ПОМНИТЕ: если вам не смогли помочь куда вы позвонили, спросите могут ли они вам порекомендовать куда можно позвонить за помощью?

Некоторые программы, указанные в данном справочнике, могут ограничить свои услуги из-за сокращения бюджета. Если вы обнаружите, что услуга больше не предоставляется или номер телефона изменился, пожалуйста, свяжитесь с офисом CWA по телефону (916) 566-1615, чтобы мы могли внести исправления в следующую публикацию данного справочника.

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Представленные в этом руководстве ресурсы предлагаются исключительно в качестве справочной информации и не являются рекомендациями.

## Часто используемые номера телефонов

## Название услуги

## Номер телефона

## СОДЕРЖАНИЕ

Телефоны для вызова экстренной службы	Страница 3
Телефоны для некритических ситуаций	Страница 3
Продовольственные программы	Страница 4-6
Одежда нуждающимся	Страница 6-7
Магазины подержанных вещей – THRIFT STORES	Страница 7
Жилье для малообеспеченных	Страница 8
Жилье/приюты и т.д. в чрезвычайных ситуациях	Страница 9, 10
Центры помощи/временное размещение	Страница 11
Медицинские клиники	Страницы 12- 13
Информация о Medi-Cal	Страница 13
Ресурсы для родителей	Страницы 14-16
Консультирование/поддержка/терапия и т.д.	Страница 16-18
Юридическая помощь/ клиники	Страницы 18-19
Общественный транспорт	Страница 20
Программы помощи в оплате коммунальных услуг	Страница 20
Школьные округа	Страница 21
Детские сады и ясли	Страницы 21-23
Услуги репетиторов	Страницы 23-24
Программы наставничества	Страницы 24-25
Помощь в трудоустройстве и профессиональная подготовка	Страницы 25-26
Зоны отдыха и парки	Страницы 26
Библиотеки	Страницы 26-27

## ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ

Полиция, шериф, пожарная служба, скорая помощь	911
Национальная линия помощи при самоубийствах и кризисных ситуациях — звоните или отправляйте SMS	988, круглосуточно
Служба защиты взрослых	(916) 874-9377
Калифорнийская линия помощи молодежи в кризисных ситуациях — звоните или отправляйте SMS	(800) 843-5200, круглосуточно
Розыск ребенка - Горячая линия	(800) I – AM – LOST, (800-426-5678)
Служба защиты детей	(916) 875-KIDS (5437)
Детский сад в кризисных ситуациях – Детский дом Сакраменто	Северное отделение - (916) 679-3600, круглосуточно
	Южное отделение - (916) 394-2000, круглосуточно
Кризисная текстовая линия (психологическая поддержка)	741741
Окружная линия помощи в кризисных ситуациях в области психического здоровья	(916) 875-1055, круглосуточно
Токсологический центр	(800) 222-1222, круглосуточно
Горячая линия по вопросам беременности	Позвоните по номеру (916) 541-2273 или отправьте SMS по номеру (916) 538-1097
Служба ретрансляции телекоммуникаций	711
Полиция Twin Rivers школьного округа	(916) 566-2777
Горячая линия WEAVE (домашнее насилие)	(916) 920-2952, круглосуточно
Wind Youth приют -Горячая линия для подростков (возраст 12-17 лет)	(916) 628-1492, круглосуточно

## ТЕЛЕФОНЫ ДЛЯ НЕКРИТИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ

Информационная линия Сакраменто	211 или (916) 498-1000
Анонимная служба для людей с алкогольной зависимостью	(916) 454-1100, круглосуточно
Al-Anon Сакраменто - Анонимная служба для людей с алкогольной зависимостью	(916)334-2970
Служба психиатрической помощи для взрослых и детей	(916) 875-1055
Анонимная служба для людей с наркотической зависимостью	(800) 600-4673
Шериф	(916) 874-5115
Программа помощи жертвам и свидетелям	(916) 874-5701
WEAVE -Домашнее насилие	(916) 448-2321
WIND -Услуги для молодежи	(916) 504-3313

## ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЕ ПРОГРАММЫ

<b>Cal Fresh: Department of Human Assistance - Департамент социальной помощи Calfresh</b>	(800) 560-0976	Ежемесячная помощь лицам и семьям с низким доходом или без дохода для покупки питательных продуктов.
<b>Calvary Christian Church - Христианская церковь</b> 2667 Del Paso Blvd. Sacramento 95815	(916) 929-5725	Раздача продуктов питания – по вторникам в 11:00.
<b>Carmichael Food Closet - Продовольственный склад</b> 5645 Marconi Ave. Carmichael 95608	(916) 483-9232 Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Открыто Пн/Вт/Чт с 13:30 до 14:00 и Чт с 18:00 до 19:00. Необходимо предъявить удостоверение личности.
<b>Carmichael Seventh-Day Adventist Church - Церковь адвентистов седьмого дня</b> 7694 Pasadena Ave. Sacramento 95841	(916) 487-8684 Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Раздача продуктов питания по средам с 9:00 до 11:30.
<b>Feeding God's Children (Кормим детей)</b> 5808 Watt Ave. North Highlands 95660	(916) 803-5233 Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Звоните по пятницам с 7:00 до 8:00, чтобы зарезервировать коробку с продуктами. Забирайте по субботам с 8:15 до 8:30.
<b>Joey's Food Locker</b> 3301 Fong Ranch Road Sacramento 95834	(916) 870-1659 Для получения более подробной информации позвоните по телефону.	Программа питания по четвергам с 16:00 до 17:30.
<b>Loaves &amp; Fishes</b> 1351 N. C Street Sacramento 95811	(916) 446-4961	Раздают теплый и питательный обед бездомным с понедельника по пятницу с 11:30 до 13:00, в субботу и воскресенье с 11:00 до 12:30.
<b>Manna Food Bank - Продовольственный банк</b> 4840 Marysville Blvd. Sacramento 95838	(916) 922-6442	Раздача продуктов питания по четвергам с 16:00 до 19:00 и по пятницам с 9:00 до 12:00.
<b>Maryhouse</b> 1321 N C Street Сакраменто 95811	(916) 446-4961	Горячий завтрак подается с 8:00 до 8:45 утра для одиноких женщин, семей и одиноких мужчин с детьми.
<b>Pilgrimage Sacramento-Lifting Spirits Higher Unhoused Pop Up</b> firstumcsac.org/events	Подробности см. на веб-сайте.	Общественные обеды и отдых в различных местах Сакраменто.

<b>Potters House</b> 2994 Del Paso Blvd. Sacramento 95815	(916) 905-6268	Раздача еды с 10:00 до 11:30.
<b>Purpose &amp; Legacy</b> 5314 Walnut Ave. Sacramento 95841	(916) 200-3989	Раздача продуктов питания Пн/Ср/Пт 11:00–13:00.
<b>River City Food Bank</b> <b>Продовольственный банк</b> 1800 28 <sup>th</sup> St. Sacramento 95816  2300 Edison Ave. Sacramento 95821  rivercityfoodbank.org	(916) 446-2627	Раздача продуктов питания вт/чт 10:30–13:30  Распределение продуктов питания Ср/Пт 10:30–13:30
<b>Sacramento Food Bank &amp; Family Services -</b> <b>Продовольственный банк и семейные услуги</b> Sacramentofoodbank.org	(916) 456-1980	Позвоните или посетите веб-сайт, чтобы найти ближайший пункт распределения продуктов питания.
<b>Salvation Army – Армия спасения</b> 3213 Orange Grove Ave. North Highlands 95660  2500 Alhambra Blvd. Sacramento 95817	(916) 678-4010	Раздача продуктов питания: Вт/Ср/Чт с 9:00 до 13:00. Продукты питания для пожилых людей старше 60 лет: 4-й понедельник и четверг с 9:00 до 13:00.  Раздача продуктов питания в последнюю среду каждого месяца. Во всех местах требуется предъявить удостоверение личности и подтверждение проживания в округе Сакраменто.
<b>Twin Rivers USD — Взаимодействие с семьями и сообществом</b>  <a href="https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Family-and-Community-Engagement-FACE/Community-Resources/">https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Family-and-Community-Engagement-FACE/Community-Resources/</a>	(916) 566-1788	Раздача продуктов питания для малообеспеченных членов сообщества при поддержке Sacramento Food Bank & Family Services.

<b>Union Gospel Mission</b> 400 Bannon Street Sacramento 95811	(916) 447-3268	Звоните в 11:00 по вторникам и четвергам, чтобы записаться, время получения — с 13:00 до 15:00 в тот же день.
<b>WIC</b> <a href="http://dhs.saccounty.gov/pub/wic/Pages/Women-Infant-and-Children-Home.aspx">dhs.saccounty.gov/pub/wic/Pages/Women-Infant-and-Children-Home.aspx</a>	(916) 876-5000	Программа для женщин, младенцев и детей, которая предоставляет продукты питания беременным и кормящим матерям, а также младенцам и детям до 5 лет.

## ОДЕЖДА НУЖДАЮЩИМСЯ

<b>Common Ground Covenant Church</b> 8355 Arroyo Vista Dr. Sacramento 95823	(916) 689-3010	Раздача продуктов питания по субботам с 9:00 до 12:00.
<b>Dress The Part, Inc.</b>	(916) 293-7377 <a href="mailto:info@dressthepart.org">info@dressthepart.org</a>	Предоставляет повседневную и выходную одежду для подростков и молодых людей (в возрасте от 14 до 21 года).
<b>First Baptist Church of North Sacramento</b> 2601 Del Paso Blvd.	(916) 922-9365	Расдача одежды для людей каждую пятницу с 9:30 до 12:00. Предоставляет рюкзаки с школьными принадлежностями, куртки и обувь в зимние месяцы.
<b>Francis House Center – Next Move Homeless Services – Центр услуг для бездомных</b> 1422 C Street Sacramento 95814	(916) 443-2646	Раздача продуктов питания: понедельник, вторник, четверг и пятница с 9:00 до 12:00 и с 13:00 до 15:00.
<b>God's Little Lambs Free Store-New Beginnings Fellowship Church</b> <b>Бесплатный магазин</b> 7008 10 <sup>th</sup> Street Rio Linda 95673	(916) 799-2099	Все товары всегда бесплатны. Одежда и многое другое. Каждый вторник с 18:00 до 19:00 и в первую субботу каждого месяца с 9:00 до 13:00.
<b>Love I.N.C.</b>	(916) 383-3232 <a href="http://loveincsacramento.com/request-help/#">loveincsacramento.com/request-help/#</a>	Предоставляет одежду и товары для детей. Пожалуйста, позвоните или посетите веб-сайт, чтобы сделать запрос.
<b>Shores of Hope – Центр помощи</b> 110 6 <sup>th</sup> Street West Sacramento 95605	(916) 372-0200	Одежду предлагают с понедельника по четверг с 9:00 до 15:00.
<b>Sisters In Christ - LifePointe Church</b> 7200 Rio Linda Blvd. Rio Linda 95673	(916) 991-4624	Бесплатный магазин с одеждой и другими товарами, открыт по вторникам и четвергам с 9:00 до 12:00

<b>St. Anne's Catholic Church</b> 7724 24 <sup>th</sup> Street Sacramento 95832	(916) 422-8380	Одежда и обувь предоставляются в первый четверг месяца с 9:00 до 10:00, за исключением дождливых дней.
<b>Union Gospel Mission</b> 400 Bannon Street Sacramento 95811	(916) 447-3268	Женская и детская одежда: вторник и четверг с 9:00 до 12:00. Мужская одежда: понедельник-четверг с 9:00 до 12:00, необходимо прибыть до 9:30, опоздавшие не допускаются.

## МАГАЗИНЫ ПОДДЕРЖАННЫХ ВЕЩЕЙ - THRIFT STORES

<b>Deseret Industries</b> 3000 Auburn Blvd. Sacramento 95821	(916) 482-1480 Открыто с понедельника по субботу с 9:00 до 18:00
<b>Dollar Thrift</b> 5338 Auburn Blvd. Sacramento 95841	(916) 333-8788 Открыто с понедельника по субботу с 10:00 до 18:00
<b>Goodwill Industries</b> 5400 Date Ave., E Sacramento 95841	(916) 678-5700
4401 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842	(916) 332-2294
2502 Watt Ave. Sacramento 95821	(916) 480-9002
2040 Alta Arden Expwy Sacramento 95825	(916) 779-7468
<b>Pacific Thrift Store</b> 6101 Watt Ave. North Highlands 95660	(916) 514-0154

**ЖИЛЬЕ ДЛЯ МАЛООБЕСПЕЧЕННЫХ**  
**Для доступа к ресурсам сначала наберите 211.**

<b>Angelic Housing Resources Foundation Inc.</b> <a href="http://angelichousing.org">angelichousing.org</a>	(916) 432-8055	Помогает взрослым жителям округа Сакраменто, которые нуждаются в жилье и независимой жизни, перейти к доступному совместному проживанию.
<b>CHOC - Community Housing Opportunities - Возможности жилья в сообществе</b> <a href="http://chochousing.org">chochousing.org</a>	(707) 759-6043	Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступных объектов недвижимости. Вы должны подать заявку на каждый объект отдельно.
<b>Hope Cooperative — постоянное жилье с поддержкой</b> <a href="https://hopecoop.org/housing-programs/">https://hopecoop.org/housing-programs/</a>	211	Предоставляет бездомным взрослым и семьям или подверженным риску бездомности, с психическими расстройствами, подходящее жилье, если оно доступно.
<b>HUD - Поисковая система доступного жилья</b> <a href="https://resources.hud.gov/#">https://resources.hud.gov/#</a>		Поисковая система с информацией о доступном жилье и его местоположении.
<b>Mercy Housing</b> <a href="http://mercyhousing.org/find-housing/">mercyhousing.org/find-housing/</a>	(916) 414-4400	Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступных объектов недвижимости. Вы должны подать заявку на каждый объект отдельно.
<b>Mutual Housing</b> <a href="http://mutualhousing.com/searchlisting">mutualhousing.com/searchlisting</a>	(916) 453-8400	Разрабатывает и управляет доступными и экологически устойчивыми жилищными сообществами. Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступных объектов недвижимости. Вы должны подать заявку на каждый объект отдельно.
<b>Армия спасения</b>	(916) 678-4010 Prompt #2	Помощь с оплатой аренды, переездом или предотвращением выселения в зависимости от наличия финансирования.
<b>SHRA</b> <a href="http://shra.org/other-affordable-housing-options/">shra.org/other-affordable-housing-options/</a>	(916) 440-1390	Список доступного арендного жилья и карта на указанном веб-сайте. Программа ваучеров на выбор жилья также осуществляется через это агентство.
<b>YWCA</b> <a href="https://www.ywcaccc.org/residential-housing-for-women">https://www.ywcaccc.org/residential-housing-for-women</a>	(916) 800-9773	Жилищная программа для одиноких женщин с низким доходом. Сдаются комнаты, детей не принимают, возможен лист ожидания.

**ЖИЛЬЕ/ПРИЮТЫ И Т. Д. В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**  
**Для доступа к ресурсам сначала позвоните по номеру 211.**

<b>Academy Stay – Жилье для молодежи из приемных семей</b> <a href="https://www.academystay.org/">https://www.academystay.org/</a>	(916) 548-7961	Краткосрочное жилье для молодых людей в возрасте от 18 до 24 лет, которые воспитывались в приемных семьях.
<b>American Red Cross – Служба помощи при стихийных бедствиях</b>	(916) 993-7070  Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Краткосрочная немедленная помощь при стихийных бедствиях, которая может включать временное размещение/жилье.
<b>Family Promise of Sacramento</b> <a href="http://familypromisesacramentoca.org">familypromisesacramentoca.org</a>	(916) 443-3107	Помогает малообеспеченным семьям, оказавшимся без кровла, достичь самодостаточности и вновь обрести жилье. Временное жилье на срок до 90 дней. Только для семей, имеющих детей в возрасте до 18 лет.
<b>First Step Communities</b> <a href="https://www.firststepcommunities.org/">https://www.firststepcommunities.org/</a>	211	Временное жилье, пожалуйста, свяжитесь с 211 для оценки потребности в жилье.
<b>Lutheran Social Services of Northern California – Connection Program</b>  <a href="http://lssnorcal.org/what_we_do/concord_redding_stockton_sacramento/connections.html">lssnorcal.org/what_we_do/concord_redding_stockton_sacramento/connections.html</a>	211	Предоставляет жилье и услуги бывшим бездомным, чтобы они не вернулись к бездомной жизни. Для молодежи в возрасте от 18 до 24 лет.
<b>My Sister's House – Safe Haven Shelter –</b> программа «Безопасный приют» <a href="http://www.my-sisters-house.org">www.my-sisters-house.org</a>	(916) 428-3271  Круглосуточная горячая линия На многих языках	Разнообразные услуги поддержки, включая приют для жертв домашнего насилия, сексуального насилия и торговли людьми.
<b>Next Move - Служба помощи бездомным</b>	211	Экстренное убежище для семей и одиноких людей.
<b>Overcomers Программа</b>	(916) 924-3113  (916) 920-3082	Программа для женщин  Программа для мужчин
<b>Горячая линия по жилищным вопросам в Сакраменто</b>	211	Помогает семьям с ресурсами для получения помощи в жилищном вопросе, жилья и других сопутствующих услуг.
<b>Центр ресурсов для ветеранов Сакраменто</b> <a href="https://nationsfinest.org/">https://nationsfinest.org/</a>	(916) 393-8387  7270 East Southgate Dr. Sacramento, CA 95823	Обеспечивает быстрое переселение и временную жилищную поддержку только для ветеранов. Пн.-пт. 8:00-17:00

<b>Salvation Army – Center of Hope</b> - приют для бездомных <a href="https://sacramento.salvationarmy.org/sacramento_metro/center-of-hope-shelter">https://sacramento.salvationarmy.org/sacramento_metro/center-of-hope-shelter</a>	211; (916) 442-0331 Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Взрослые, ищащие приют, могут позвонить по номеру 211 для оценки ситуации.
<b>ST. John's Program for Real Change</b> <a href="https://saintjohnsprogram.org/program/get-help/">https://saintjohnsprogram.org/program/get-help/</a>	(916) 453-1482	Комплексные 12-месячные программы проживания для бездомных женщин и их детей.
<b>Step Up on Second</b>	211	Программа City Motel для семей с детьми. Необходимо иметь направление через 211.
<b>Travelers Aid</b>	(916) 399-9646	Ваучеры на проживание в мотеле для бездомных семей с детьми, в зависимости от наличия мест.
<b>Waking the Village – Housing Program Prevention and Intervention</b> admin@wakingthevillage.org	Позвоните или отправьте SMS по номеру (916) 525-5965 (916) 601-2979 PO Box 160085 Sacramento 95816	Предлагает жилье и поддержку бездомным или лицам, подверженным риску остаться без жилья. Оказывает услуги по профилактике, вмешательству и посредничеству для лиц в возрасте от 12 до 24 лет.
<b>WEAVE – Safe House</b> <a href="https://weaveinc.org/safe-shelter">weaveinc.org/safe-shelter</a>	(916) 928-2952 Круглосуточная линия для поддержки и информации	Программа экстренного безопасного жилья для жертв домашнего насилия, сексуального насилия, сексуальной торговли и их детей
<b>Wind Youth Services</b> – Приют для подростков  Общее основание  <a href="https://www.windyouthservices.org/emergency-shelter">https://www.windyouthservices.org/emergency-shelter</a>	(916) 628-1492 Для получения более подробной информации звоните по телефону.  211	Предлагает услуги по предоставлению ночлега в чрезвычайных ситуациях для несовершеннолетних (12-17 лет), оказавшихся без крова.  Услуги по предоставлению временного ночлега для лиц в возрасте 18-24 лет.
<b>Union Gospel Mission Sacramento</b> <a href="https://ugmsac.com/">https://ugmsac.com/</a>	(916) 447-3268  Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Предоставляем ночной приют для мужчин с 17:30 в порядке живой очереди.  Программа проживания для мужчин. Подойдите к окну для связи понедельника по четверг, которое открывается в 9:00, и подайте заявку.  <i>Union Gospel требует предъявить действительное удостоверение личности и текущий отрицательный результат теста на туберкулез для обеих программ.</i>
<b>Men's New Life Program</b>		

**ЦЕНТРЫ ПОМОЩИ, ВРЕМЕННОЕ РАЗМЕЩЕНИЕ И Т. Д.**  
**Для доступа к ресурсам сначала позвоните по номеру 211.**

<b>Capital Compassion — Центр временного пребывания для бездомных</b> <a href="https://www.capitalonline.cc/homeless-initiatives">https://www.capitalonline.cc/homeless-initiatives</a>	(916) 856-5683 10173 Crayton Way, 4A Sacramento 95827	Душевые доступны только по предварительной записи. Дополнительные ресурсы доступны по телефону.
<b>Crisis Nursery Program - Программа детского сада в критических ситуациях</b> <a href="https://www.kidshome.org/what-we-do/crisis-nursery-program/">https://www.kidshome.org/what-we-do/crisis-nursery-program/</a>	(916) 679-3600/4533 Pasadena Ave., Sacramento 95821  (916) 394-2000/ 6699 South Land Park Dr., Sacramento 95831	Родители могут привести своих детей в возрасте от 0 до 5 лет в один из двух детских садов в Сакраменто для получения услуг по уходу за детьми в чрезвычайных ситуациях или круглосуточный присмотр за детьми в трудные времена.
<b>Friendship Park – Loaves &amp; Fishes</b> <a href="https://sacloaves.org/programs-services/">https://sacloaves.org/programs-services/</a>	(916) 443-7378	Частный парк, предоставляющий услуги по временному уходу.
<b>Maryhouse – Loaves &amp; Fishes</b> <a href="https://www.hartstogether.org/north-sacramento">https://www.hartstogether.org/north-sacramento</a>	(916) 446-4961	Дневной центр без ограничений для женщин и семей, оказавшихся без кровла.
<b>North Sacramento HART</b> <a href="https://www.hartstogether.org/north-sacramento">https://www.hartstogether.org/north-sacramento</a>	Mount Calvary Baptist Church 3407 Altos Ave Sacramento 95838	Услуги по временному уходу по средам 9:00 – 12:00
<b>Pilgrimage Sacramento</b> <a href="http://firstumcsac.org/events">firstumcsac.org/events</a>	Подробности см. на веб-сайте.	Услуги по временному уходу в различных местах Сакраменто.
<b>Sacramento LGBT Community Center – Q Spot</b> <a href="https://saccenter.org/youth">https://saccenter.org/youth</a>	(916) 442-0185	Центр помощи для ЛГБТ и молодежи в возрасте от 13 до 24 лет.
<b>South Sacramento HART</b> <a href="https://southsachart.org/get-involved">https://southsachart.org/get-involved</a>	Florin Road Methodist Church 7560 Florin Road Sacramento 95828	Услуги по временному уходу каждую 2-ю субботу с 9:00 до 12:00
<b>Wind Youth Drop-In Center</b> <a href="https://www.windyouthservices.org/drop-in-center">https://www.windyouthservices.org/drop-in-center</a>	(916) 504-3313	Для бездомных и сбежавших из дома молодых людей в возрасте от 18 до 24 лет.

## Медицинские клиники, обслуживающие район Twin Rivers USD

### **-Обновлено в июне 2025 г. – для получения самой достоверной информации обязательно звоните в клиники.**

Первым и лучшим источником информации о детских прививках и всех видах медицинской помощи является ваш лечащий врач (PCP). Если вам нужны немедленные прививки для зачисления в школу, обратитесь к своему лечащему врачу, чтобы записаться на прием в тот же день или без предварительной записи. Если у вас нет лечащего врача, смотрите список ниже для получения дополнительной информации. Пожалуйста обращаться к школьной медсестре, если вам нужна дополнительная помощь.

**Нужна медицинская страховка? Обратитесь в Sacramento Covered — службу, которая помогает жителям региона Сакраменто получить необходимую медицинскую/стоматологическую помощь и страховку (916) 414-8333 или (866) 850-4321.**

<b>Elica Health Centers</b> <a href="http://www.elicahealth.org">www.elicahealth.org</a> (855) 354-2242 (все клиники)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимаются частные страховки, Medi-Cal, скользящая шкала в зависимости от дохода (без страховки). Kaiser, частные страховки или Medi-Cal не принимаются</li> <li>• Только по предварительной записи</li> <li>• Часы работы клиники Пн-Пт 8:00 -15:30 (обеденный перерыв 12:00 - 13:00)</li> </ul>
<b>Peach Tree Health</b> <a href="http://www.pickpeach.org">www.pickpeach.org</a> • 3810 Rosin Ct. Suite 100, Sacramento, CA 95834 (916) 779-7656	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает частную страховку, Medi-Cal, шкала, основанная на доходе (без страховки)</li> <li>• Только по предварительной записи, без записи не принимаем</li> <li>• Часы работы клиники Пн – Пт 8:00 – 17:00 (обеденный перерыв 12:00 – 13:00)</li> </ul>
<b>Planned Parenthood</b> <a href="http://www.plannedparenthood.org">www.plannedparenthood.org</a> (877) 855-7526 (главный) • 5700 Watt Ave., North Highlands, CA 95660 • 201 29 <sup>th</sup> St. Suite B, Sacramento, CA 95816	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает частную страховку, Medi-Cal, специальные программы для незастрахованных – в зависимости от услуг.</li> <li>• Предпочтительно записываться на прием</li> <li>• Часы работы клиники 8:00 – 16:30 (часы работы могут меняться, звоните, чтобы уточнить)</li> </ul>
<b>Sacramento Community Clinic</b> <a href="http://www.halocares.org">www.halocares.org</a> • 2200 Del Paso Blvd., Sacramento, CA 95815 (916) 642-1867 (включая стоматолога), 2138 Del Paso Blvd • 7275 E. Southgate Dr. Suite 204 Sacramento, CA 95823 (916) 642-1867 (включая стоматолога, Suite 106)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает Medi-Cal</li> <li>• Предпочтительно записываться на прием</li> <li>• Без записи прием не гарантируется</li> <li>• Часы работы клиники Пн – Пт 8:00 – 17:00 (обеденный перерыв с 12:00 до 13:30)</li> </ul>
<b>Sacramento County Immunization Clinic</b> • 4600 Broadway Suite 1300, Sacramento, CA 95820 (916) 875-7468	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает Medi-Cal и незастрахованных.</li> <li>• Только по предварительной записи. Без предварительной записи не принимается.</li> <li>• Прием по предварительной записи осуществляется каждую вторую пятницу.</li> <li>• Часы работы клиники: пн – пт, 8:00 – 16:30</li> </ul>
<b>Sacramento Native American Health Center (SNAHC)</b> <a href="http://www.SNAHC.org">www.SNAHC.org</a> • 2020 J street, Sacramento, CA 95811 (916) 341-0575	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Шкала оплаты в зависимости от дохода для незастрахованных</li> <li>• Только по предварительной записи.</li> <li>• Не оказывает неотложную помощь.</li> <li>• Пн-пт 7:30-17:00 (перерыв на обед с 12:00-13:00)</li> </ul>
<b>San Lucas Pediatric Clinic</b> <a href="http://www.sanlucasped.com">www.sanlucasped.com</a> • 4100 E. Commerce Way Suite 100, Sacramento, CA 95834 (916) 575-9090	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает Medi-Cal, частную страховку</li> <li>• Только по предварительной записи</li> <li>• Пн.-Пт. 8:30 – 17:30.</li> </ul>
<b>WellSpace Health</b> <a href="http://www.wellspacehealth.org">www.wellspacehealth.org</a> (916) 737- 5555 (все клиники) • 2433 Marconi Avenue, Sacramento, CA 95821 • 3441 Marysville Blvd., Sacramento, CA, 95838 • 6015 Watt Ave., Suite 2, North Highlands, CA 95660 • 5959 Greenback Ln. Suite 500, Citrus Heights, CA 95621 • 3946 Norwood Ave, Sacramento, CA 95838	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимает Medi-Cal, без страховки (скользящая шкала).</li> <li>• Предпочтительно записываться на прием заранее.</li> <li>• Принимаются пациенты без записи</li> <li>• Часы работы клиники Пн.-Пт. 8:00-17:00 (обеденный перерыв 12:00-13:00)</li> <li>• Телефонный центр работает в обеденный перерыв.</li> </ul>
<b>Местные аптеки</b> , включая Rite Aid, Walmart, CVS и т. д.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стоимость индивидуальной вакцинации варьируется. Для получения дополнительной информации позвоните в аптеку.</li> </ul>

## КЛИНИКИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

<b>Dignity Health Urgent Care – Midtown Sacramento</b> <a href="https://www.dignityhealth.org/dhmf/locations/sacramento-urgent-care">https://www.dignityhealth.org/dhmf/locations/sacramento-urgent-care</a>	(916) 733-3377 3000 Q St. Sacramento 95816	Для получения дополнительной информации позвоните или посетите веб-сайт.
<b>Mercy Clinic – Loaves &amp; Fishes</b> <a href="http://www.sacloaves.org/programs-services">http://www.sacloaves.org/programs-services</a>	(916) 874-2811 1321 C St. Sacramento 95811	Клиника первичной и неотложной медицинской помощи.
<b>One Community Health – Arden Arcade</b> <a href="https://onecommunityhealth.com/locations/arden-arcade-campus/">https://onecommunityhealth.com/locations/arden-arcade-campus/</a>	(916) 443-3299 1442 Ethan Way, Suite 100 Sacramento 95825	В этом учреждении предоставляются услуги первичной и специализированной медицинской помощи.
<b>Sac Valley Women's Health</b> <a href="https://svwhealth.com/services/">https://svwhealth.com/services/</a>	(916) 451-2273 или (916) 451-4357	Широкий спектр конфиденциальных услуг по поддержке репродуктивного здоровья. Для получения подробной информации позвоните по телефону.
<b>The Willow Clinic</b> <a href="https://www.willowclinic.org/services/medical">https://www.willowclinic.org/services/medical</a>	916-572-4502 1400 North A St. Sacramento 95811	Открыта по субботам с 9:00 до 11:30, обслуживание в порядке живой очереди, без предварительной записи.
<b>VA Northern California Health Care System</b> <a href="https://www.va.gov/northern-california-health-care/">https://www.va.gov/northern-california-health-care/</a>	(800) 382-8387	Медицинское обслуживание ветеранов.

## ИНФОРМАЦИЯ О MEDI-CAL

**Знаете ли вы, что вы или ваш ребенок можете получить Medi-Cal, если ребенку до 19 лет или если вы ожидаете ребенка? Для получения более подробной информации посетите сайт:**  
<https://apply.coveredca.com/lw-shopandcompare/#incomeGuidelines>.

<b>Medi-Cal</b> <a href="http://www.benefitscal.com">www.benefitscal.com</a>	(800) 560-0976
<b>Medi-Cal Dental</b>	Служба поддержки клиентов (800) 322-6384
<b>Найти поставщика Medi-Cal</b>	<a href="https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov/en/find-provider">https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov/en/find-provider</a>
<b>Округ Сакраменто – Психическое здоровье</b>	

**РЕСУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**  
**(бесплатные или по доступным ценам)**

<b>Alta California Regional</b> <a href="https://www.altaregional.org/">https://www.altaregional.org/</a>	(916) 978-6400	Оказывает помощь людям с нарушениями развития и их семьям, помогая им воспользоваться необходимыми государственными и частными услугами для удовлетворения их индивидуальных потребностей.
<b>Area 4 Agency on Aging</b> <a href="https://www.agencyonaging4.org/">https://www.agencyonaging4.org/</a>	(916) 486-1876	Координирует и развивает услуги для пожилых людей.
<b>Birth &amp; Beyond Family Resource Center – Mutual Assistance Network - Robertson Community Center – Центр взаимопомощи</b> <a href="https://www.mutualassistance.org/">https://www.mutualassistance.org/</a>	(916) 696-6689 3525 Norwood Ave. Sacramento 95838	Широкое сотрудничество между системами, предоставление эффективной поддержки на основе глубокого понимания сообщества.
<b>Birth &amp; Beyond – North Sacramento Family Resource Center</b> North.Sac@KidsHome.org	(916) 679-3743 1565 River Park Drive Sacramento 95815	Широкое сотрудничество между системами, предоставление эффективной поддержки на основе глубокого понимания сообщества.
<b>Birth &amp; Beyond Family Resource Center WellSpace Health North Highlands Community Health Center</b> nhbbFRC@WellSpaceHealth.org	(916) 679-3925 6015 Watt Ave. North Highlands 95660	Широкое сотрудничество между системами, предоставление эффективной поддержки на основе глубокого понимания сообщества.
<b>Black Child Legacy – Liberty Towers Church</b> <a href="http://www.libertytowers.org">www.libertytowers.org</a>	(916) 900-6708 5229 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842	Предоставляет сообществу методы и ресурсы для устранения неравенства, чтобы у каждого был шанс на успех.
<b>Black Child Legacy – Robertson Family Development Center</b> <a href="http://www.robertsfdc.com/">http://www.robertsfdc.com/</a>	(916) 646-6631 ext.103 3725 Marysville Blvd. Sacramento 95838	Широкий спектр услуг, включая ресурсы для поддержки беременных и младенцев, раздачу памперсов, поддержку семьи, группы поддержки, общественные мероприятия, защиту интересов и связи с другими агентствами.
<b>Center For Fathers and Families</b> <a href="https://www.cffsacramento.org/cms">https://www.cffsacramento.org/cms</a>	(916) 568-3237 920 Del Paso Blvd Sacramento 95815	Отвечают на потребности отцов и их семей, предлагая программы и услуги, которые способствуют росту, обогащению и расширению возможностей. Обучение методам контроля агрессивного поведения. Совместное воспитание детей, практическое воспитание, группа поддержки отцов и общественные мероприятия.
<b>Chicks in Crisis</b> <a href="https://chicksincrisis.org/">https://chicksincrisis.org/</a>	(916) 896-0031 9455 E. Stockton Blvd. Elk Grove, CA 95624	Помощь беременным и воспитывающим детей подросткам всех возрастов в продолжении обучения в школе. Поддержка в виде дородового ухода, помощи в воспитании детей, одежды, детских товаров, предметов первой необходимости, посещений под надзором по решению суда и многое другое.

<b>Help Me Grow Sacramento</b> <a href="https://www.helpmegrowsac.org/">https://www.helpmegrowsac.org/</a>	(916) 822-8744	Бесплатные обследования развития и другие ресурсы для оценки детей от рождения до 5 лет.
<b>Homework Help – Sacramento Public Library</b> <a href="https://www.saclibrary.org/Education/Students-Educators/Homework-Help">https://www.saclibrary.org/Education/Students-Educators/Homework-Help</a>		Предлагает различные онлайн-ресурсы и методы, чтобы помочь учащимся с домашними заданиями и поддержать их обучение.
<b>Liberty Towers Youth Center</b> <a href="https://www.libertytowers.org/">https://www.libertytowers.org/</a>	(916) 807-4903 5229 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842	Специальный центр для подростков в возрасте от 11 до 24 лет. Программы включают в себя психическое здоровье и осведомленность о самоубийствах, профилактику злоупотребления психоактивными веществами, предотвращение насилия и 5-звездочное лидерство. В течение недели также доступны часы приема без предварительной записи.
<b>Impact Sac – Liberty Towers</b> <a href="http://www.impactsac.org">www.impactsac.org</a> Instagram: @impactsac	(916) 900-6707	Центр где вдохновляют и поощряют молодых людей выражать себя и стремиться к своим целям.
<b>Национальная горячая линия по вопросам домашнего насилия</b> <a href="https://www.thehotline.org/">https://www.thehotline.org/</a>	(800) 799-SAFE (7233) Отправьте SMS с текстом START на номер 8878	Круглосуточная конфиденциальная помощь людям, пострадавшим от насилия в отношениях.
<b>National Parent &amp; Youth Helpline</b> <a href="https://nationalparentyouthhelpline.org/">https://nationalparentyouthhelpline.org/</a>	(855) 427-2736	Звоните, отправляйте SMS или обращайтесь в чат для тех, кто нуждается в поддержке и/или совете.
<b>Neighborhood Wellness</b> <a href="https://neighborhoodwellness.org/">https://neighborhoodwellness.org/</a>		Программы и услуги направлены на устранение социальных, экономических, академических и медицинских неравенств с целью снижения барьеров, связанных с неблагоприятными условиями.
<b>Департамент социальных служб округа Сакраменто</b> <a href="https://ha.saccounty.gov/Pages/About-DHA.aspx">https://ha.saccounty.gov/Pages/About-DHA.aspx</a>	(916) 874-3100	Предлагает программы и услуги в области занятости, жилья, здравоохранения, транспорта, образования и ухода за детьми.
<b>Продовольственный банк и служба помощи семьям округа Сакраменто</b> <a href="https://www.sacramentofoodbank.org/diapers">https://www.sacramentofoodbank.org/diapers</a>  <a href="https://www.sacramentofoodbank.org/immigration">https://www.sacramentofoodbank.org/immigration</a>	(916) 456-1980	Бесплатные памперсы

<p><b>Stanford Settlement Neighborhood Center</b></p> <p><a href="https://www.stanfordsettlement.org/">https://www.stanfordsettlement.org/</a></p>	<p>(916) 927-1303 450W. El Camino Ave. Sacramento 95833</p>	<p><u>Детская программа:</u> для учащихся К-6 классов, группы после школы и летние дневные лагеря с акцентом на социально-эмоциональную поддержку. Включает в себя услуги поддержки для участников и их семей.</p> <p><u>Центр для подростков:</u> для молодежи 7-12 классов в возрасте до 18 лет. Центр дневного пребывания, групповые мероприятия и услуги поддержки, чтобы помочь молодежи оставаться в школе и не попасть в неприятности.</p> <p><u>Центр для пожилых:</u> для старших людей в возрасте 50 лет и старше, предоставляем транспорт, питание и оздоровительные мероприятия, чтобы люди в возрасте оставались здоровыми и независимыми.</p>
<p><b>Victim Witness Assistance Programs – Sacramento County District Attorney's Office</b></p> <p><a href="https://www.sacda.org/victim-services/victim-witness-assistance-program/">https://www.sacda.org/victim-services/victim-witness-assistance-program/</a></p>	<p>(916) 874-6218</p>	<p>Предоставляет защиту и поддержку жертвам преступлений в нашем сообществе.</p>

## КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ, ПОДДЕРЖКА, ТЕРАПИЯ И Т. Д.

<p><b>Capitol Start Community Services</b></p> <p><b>Команда по консультированию, поддержке и взаимодействию (CSET) для детей и молодежи, подвергшихся коммерческой сексуальной эксплуатации (CSEC)</b></p> <p><a href="https://www.starsinc.com/sacramento-county/">https://www.starsinc.com/sacramento-county/</a></p>	<p>Sacramento Downtown/Arden Arcade Center (916) 584-7800</p> <p>North Sacramento Center (916) 344-0249</p> <p>(916) 844-2426 shine@starsinc.com</p>	<p>Индивидуальное и семейное консультирование, кризисное вмешательство, поддержка сверстников, группы/мероприятия после школы.</p> <p>Услуги CSET включают оценку потребностей, кризисное вмешательство, снижение вреда, образование и связь с необходимыми ресурсами и поддержкой.</p>
<p><b>Care Solace</b></p> <p><a href="http://www.caresolace.com/site/trusd">www.caresolace.com/site/trusd</a></p>		<p>Направляем студентов на получение услуг относительно лечения психических расстройств и расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ.</p>
<p><b>Community Helpline – A Crisis &amp; Support Hotline— горячая линия для кризисных ситуаций и поддержки</b></p> <p><a href="https://chelpline.org/">https://chelpline.org/</a></p>	<p>(877) 541-2525</p>	<p>Конфиденциальная горячая линия для кризисных ситуаций, направления к специалистам и поддержки. Работает ежедневно с 8:00 до 20:00.</p>

<b>Community Outreach Recovery Empowerment (CORE) Madison – Turning Point Community Programs</b>  <b>Community Outreach Recovery Empowerment (CORE) Rosin – Turning Point Community Programs</b>  <a href="https://www.tpcp.org/program/core/">https://www.tpcp.org/program/core/</a>	(916) 388-3231 3628 Madison Ave, #6, #7, и #10 North Highlands 95660	Амбулаторные услуги по лечению поведенческих расстройств для взрослых с соответствующим диагнозом: Пн-пт 8:00 – 16:30
<b>Elica Behavioral Health</b> <a href="https://www.elicahealth.org/behavioral-health/">https://www.elicahealth.org/behavioral-health/</a>	(916) 454-2345 4815 Watt Ave. North Highlands 95660	Предлагаются комплексные услуги в области поведенческого здоровья.
<b>Genesis Mental Health – Loaves &amp; Fishes</b> <a href="https://sacloaves.org/programs-services/">https://sacloaves.org/programs-services/</a>	(916) 699-1540	Беспрепятственный доступ к услугам по охране психического здоровья для взрослых, оказавшихся без крова, независимо от наличия страховки
<b>Heartland Child &amp; Family Services</b> <a href="https://doingwhateverittakes.org/">https://doingwhateverittakes.org/</a>	(916) 922-9868 811 Grand Ave. Sacramento 95838  (916) 418-0828 2829 Watt Ave., #200 Sacramento 95821	Психическое здоровье и психологическая поддержка для молодежи в возрасте от 0 до 21 года.
<b>La Familia Counseling Center - Консультационный центр</b> <a href="https://lafcc.org/">https://lafcc.org/</a>	(916) 452-3601 3301 37th Ave. Sacramento 95824	Консультационные и поддерживающие услуги для молодежи (от рождения до 21 года) и их семей.
<b>Life Practice Counseling Group - Группа психологической поддержки</b> <a href="https://www.lifepractice.org/contact">https://www.lifepractice.org/contact</a>	(916) 300-6576	Предлагает консультационные услуги в зависимости от ежемесячного дохода.
<b>MAS-Social Services Foundation - Фонд социальных услуг</b> <a href="https://mas-ssf.org/">https://mas-ssf.org/</a>	(916) 486-8626 3820 Auburn Blvd., #83 Sacramento 95821	Оказывает помощь семьям в целом и мусульманской общине в частности в удовлетворении их потребностей в социальных услугах.
<b>River Oak Центр для детей</b> <a href="https://www.riveroak.org/programs/">https://www.riveroak.org/programs/</a>	(916) 609-5100 info@riveroak.org	Психологическая помощь детям и молодежи.
<b>National Alliance on Mental Illness (NAMI) Sacramento</b> <a href="https://namisacramento.org/">https://namisacramento.org/</a>	(916) 890-5467	Бесплатная поддержка в области психического здоровья, онлайн/очные группы, ресурсы и образование.

<b>Sacramento County – Mental Health Services (ACCESS) – Службы психического здоровья Сакраменто округа</b> <a href="https://mentalhealthservicerequest.saccounty.net/">https://mentalhealthservicerequest.saccounty.net/</a>	(916) 875-1055	Линия для направления к специалистам по психическому и поведенческому здоровью.
<b>Sacramento Mental Health Urgent Care Clinic (MHUCC)-Turning Point Community Programs – Клиника неотложной психиатрической помощи Сакраменто</b> <a href="https://www.tpcp.org/program/urgent-care/">https://www.tpcp.org/program/urgent-care/</a>	(916) 520-2460 2130 Stockton Blvd., #300 Sacramento 95817 24 часа в сутки, 7 дней в неделю	Клиника без предварительной записи для жителей всех возрастов, переживающих кризис психического здоровья, независимо от их платежеспособности.
<b>Sacramento Regional Family Justice Center – SRFJC Counseling</b> <a href="https://www.sacramentoofjc.org/">https://www.sacramentoofjc.org/</a>	(916) 875 4673	Индивидуальные консультации с учетом перенесенных травм и ориентированные на интересы жертв, а также направления на групповые консультации для всех возрастов.
<b>Sierra Mental Wellness Group</b>	(916) 783-5207 406 Sunrise Ave., #300 Roseville 95661	Комплексные услуги по охране психического здоровья.
<b>Youth Help Network</b> <a href="https://starsyouth.net/about-us/">https://starsyouth.net/about-us/</a>	Звоните по номеру (833) 333-2946 Пн.-пт. 9:00-19:00  Отправьте SMS на номер (916) 860-8619 Пн.-пт. 9:00-19:00	Обеспечиваем молодежи доступ к услугам по поддержке психического здоровья, кризисному вмешательству, жилищной поддержке и многому другому.
<b>WEAVE</b> <a href="https://www.weaveinc.org/get-help">https://www.weaveinc.org/get-help</a>	(916) 920-2952	Индивидуальное и групповое консультирование для лиц, пострадавших от домашнего насилия и сексуального насилия.
<b>WellQor</b> <a href="https://wellqor.com/online-therapy/">https://wellqor.com/online-therapy/</a>	(646) 687-4646	Онлайн-терапия и консультирование. Принимает большинство видов страховок.

## ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ/КЛИНИКИ

<b>Доступная юридическая помощь</b>	(916) 971-3055  Позвоните или отправьте SMS по номеру (916) 508-6772	Предоставляет недорогие юридические ресурсы и помощь в подаче заявлений о банкротстве или разводе.
<b>Департамент гражданских прав Калифорнии – помощь в случаях дискриминации</b> <a href="https://calcivilrights.ca.gov/complaintprocess/">https://calcivilrights.ca.gov/complaintprocess/</a>	(800) 884-1684	Защищает людей от незаконной дискриминации в сфере занятости, жилья, бизнеса и государственных программ.

<p><b>California Rural Legal Assistance, INC. (CRLA) - юридическая помощь</b>  <a href="https://www.crlaf.org/get-help">https://www.crlaf.org/get-help</a></p>	<p>(916) 446-7904  2210 K Street  Sacramento +5816    Более подробную информацию можно найти на веб-сайте.</p>	<p>Бесплатно для жителей с низким доходом, независимо от иммиграционного статуса. Не оказывает помощь в уголовных делах.</p>
<p><b>Capitol Pro Bono</b>  <a href="https://capitalprobono.org/our-services/">https://capitalprobono.org/our-services/</a></p>	<p>(916) 551-2102  (888) 551-21062</p>	<p>Бесплатная помощь в гражданских правовых вопросах для клиентов с низким доходом, проживающих в районе Сакраменто.</p>
<p><b>Семейное право – Центр самопомощи</b>  <a href="https://www.saccourt.ca.gov/family/self-help-center.aspx">https://www.saccourt.ca.gov/family/self-help-center.aspx</a></p>	<p>(916) 875-3400  3341 Power Inn Road,  комната 113  Sacramento 95826</p>	<p>Бесплатная помощь лицам, не представленным адвокатом. Предоставляется информация, помогающая заполнить и обработать формы, а также понять судебные процедуры. Не предоставляет юридических консультаций.</p>
<p><b>Юридические услуги по вопросам иммиграции – Opening Doors</b>  <a href="https://openingdoorsinc.org/programs/defending-immigrants/">https://openingdoorsinc.org/programs/defending-immigrants/</a></p>	<p>(916) 492-2591  1111 Howe Ave., #125  Sacramento 95825</p>	<p>Бесплатное юридическое представительство для отдельных лиц и семей в регионе Большого Сакраменто, включая поддержку в вопросах гражданства, отсроченных действий в отношении детей-иммигрантов (DACA) и изменения статуса (гин-карты).</p>
<p><b>Юридические услуги по вопросам иммиграции – World Relief Sacramento</b>  <a href="https://worldrelief.org/sacramento/our-work/ils/">https://worldrelief.org/sacramento/our-work/ils/</a></p>	<p>(916) 978-2658</p>	<p>Предоставляет юридические услуги по вопросам иммиграции, оказывая поддержку и предоставляя знания, необходимые для получения легального статуса для себя и своих семей в США.</p>
<p><b>Юридическая помощь на рабочем месте</b>  <a href="https://legalaidatwork.org/clinics/">https://legalaidatwork.org/clinics/</a></p>	<p>Права работников (916) 905-5857  Языковые права (800) 864-1664  Работа и семья (800) 880-8047  Проект «Выжить» (жертвы домашнего насилия, сексуального насилия и преследования)  (888) 864-8335</p>	<p>Бесплатные юридические консультации и горячие линии. Предоставляется бесплатная прямая и индивидуальная помощь. Необходимо соответствовать критериям отбора клиентов.</p>
<p><b>Региональный центр семейного правосудия Сакраменто</b>  <a href="https://www.sacramentofjc.org/">https://www.sacramentofjc.org/</a></p>	<p>916) 875-4673 (HOPE)  3341 Power Inn Road,  комната 112  Sacramento 95826</p>	<p>Помощь в подаче ходатайств о вынесении ограничительных приказов в связи с насилием в семье и жестоким обращением</p>

## ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ

<b>AMTRAK</b> <a href="https://www.amtrak.com/stations/sac">https://www.amtrak.com/stations/sac</a>	(800) 872-7245 Более подробную информацию можно найти на веб-сайте.	401 I Street, Sacramento 95814
<b>Автобусная компания Greyhound</b> <a href="https://www.greyhound.com/">https://www.greyhound.com/</a>	(800) 231-2222 Для получения более подробной информации посетите веб-сайт.	420 Richards Blvd., Sacramento 95811  201 Pacific Street, Roseville 95678
<b>Lyft</b> <a href="https://www.lyft.com/">https://www.lyft.com/</a>	Для получения более подробной информации посетите веб-сайт.	
<b>Paratransit</b> <a href="https://paratransit.org/">https://paratransit.org/</a>	(916) 429-2009 Для получения более подробной информации посетите веб-сайт.	2501 Florin Rd., Sacramento 95822
<b>Региональный транспорт Сакраменто</b> <a href="https://www.sacrt.com/">https://www.sacrt.com/</a>	(916) 321-2877 Для получения более подробной информации посетите веб-сайт.	1225 R Street Sacramento 95811
<b>Uber</b> <a href="https://www.uber.com/global/en/r/cities/sacramento-ca-us/">https://www.uber.com/global/en/r/cities/sacramento-ca-us/</a>	Для получения более подробной информации посетите веб-сайт.	
<b>Yellow Cab</b> <a href="https://www.yellowcabsacramento.com/">https://www.yellowcabsacramento.com/</a>	(916) 444-4222	

## ПРОГРАММЫ ПОМОЩИ В ОПЛАТЕ КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ

<b>Программы CARE и FERA – PG&amp;E</b> <a href="https://www.pge.com/en/account/billing-and-assistance/financial-assistance/california-alternate-rates-for-energy-program.htm">https://www.pge.com/en/account/billing-and-assistance/financial-assistance/california-alternate-rates-for-energy-program.htm</a>	(866) 743-2273
<b>CRP – HEAP</b> <a href="https://www.communityresourceproject.org/Services/Utility-Assistance">https://www.communityresourceproject.org/Services/Utility-Assistance</a>	(916) 567-5200
<b>EAPR – SMUD</b> <a href="https://www.smud.org/Rate-Information/Low-income-and-nonprofits">https://www.smud.org/Rate-Information/Low-income-and-nonprofits</a>	(888) 742 - 7683
<b>Программа помощи в оплате коммунальных услуг Армии спасения</b>	(916) 678-4010, нажмите #2

## ШКОЛЬНЫЕ ОКРУГА

<b>Twin Rivers Unified School District</b>	(916) 566-1600 www.trusd.net	5115 Dudley Blvd McClellan, Ca 95652
<b>Center Unified School District</b>	(916) 338-6400 www.centerusd.org	8408 Watt Ave. Antelope, Ca 95843
<b>Elverta Joint Elementary School District</b>	(916) 991-2244 www.ejesd.net	7900 Eloise St. Elverta, Ca 95626
<b>Natomas Unified School District</b>	(916) 567-5400 www.natomasunified.org	1901 Arena Blvd. Sacramento, Ca 95834
<b>Robla School District</b>	(916) 649-5248 www.robla.k12.ca.us	5248 Rose St. Sacramento, Ca 95838
<b>Sacramento City Unified School District</b>	(916) 643-7400 www.scusd.edu	5735 47th Ave. Sacramento, Ca 95864
<b>San Juan Unified School District</b>	(916) 971-7700 www.sanjuan.edu	3738 Walnut Ave. Carmichael. Ca 95608

## ДЕТСКИЕ САДЫ И ЯСЛИ

<b>BEANSTALK</b> <a href="https://www.beanstalk.ws/">https://www.beanstalk.ws/</a> Общая информация об уходе за детьми: (916) 344-6259 <b>Дошкольное образование</b>	(916) 566-1820  (916) 566-1660  (916) 566-1950	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dry Creek Elementary 1230 G St. Rio Linda 95673</li> <li>- Regency Park Elementary 5901 Bridgecross Dr. Sacramento 95835</li> <li>- Ridgepoint Elementary 4680 Monument Dr. Sacramento 95842</li> </ul>
<b>HEAD START (SETA)</b>	(916) 563-5125  (916) 563-5390  (916) 563-5360  (916) 563-5350	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 6015 Watt Ave., #5 North Highlands 95660</li> <li>- 3829 Stephen Drive North Highlands 95660</li> <li>- 5665 Hillsdale Blvd., #4 Sacramento 95842</li> <li>- 5249 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842</li> </ul>

<b>Детские сады в TRUSD огруе</b>	(916) 566-3420	- Castori Elementary 1801 South Ave. Sacramento 95838
Утренние или вечерние программы	(916) 566-3425	- Del Paso Elementary 590 Morey Ave. Sacramento 95838
	(916) 566-3475	- Hagginwood Elementary 1418 Palo Verde Ave. Sacramento 95815
	(916) 566-1880	- F.C. Joyce Elementary 6050 Watt Ave. North Highlands 95660
	(916) 566-1850	- Kohler Elementary 4004 Bruce Way North Highlands 95660
	(916) 566-2700	- Las Palmas Elementary 477 Las Palmas Ave. Sacramento 95815
<b>TRUSD Государственная детские сады</b>	(916) 566-2705	- Northwood Elementary 2630 Taft St. Sacramento 95815
Утренние или вечерние программы (916) 566-1616	(916) 566-1930	- Orchard Elementary 1040 Q St. Rio Linda 95673
	(916) 566-2740	- Smythe Elementary 2781 Northgate Blvd. Sacramento 95833
	(916) 566-2745	- Strauch Elementary 3141 Northstead Dr. Sacramento 95833
	(916) 566-2755	- Woodlake Elementary 700 Southgate Rd. Sacramento 95815
	(916) 566-1670	- Woodridge Elementary 5761 Brett Dr. Sacramento 95842
<b>Детские сады на полный день в TRUSD</b>	(916) 566-3415	- Babcock Elementary 2400 Cormorant Way Sacramento 95815
(916) 566-1616	(916) 566-1850	- Kohler Elementary 4004 Bruce Way North Highlands 95660
	((916) 566-1900	- Madison Elementary 5241 Harrison St. North Highlands 95660
	(916) 566-2700	- Las Palmas Elementary 477 Las Palmas Ave. Sacramento 95815
	(91) 566-2705	- Northwood Elementary 2630 Taft St. Sacramento 95815

	(916) 566-2745  (916) 566-1980  9916) 566-1670	- Strauch Elementary 3141 Northstead Dr. Sacramento 95833 - Vineland Preschool 6450 20th St. Rio Linda 95673 - Woodridge Elementary 5761 Brett Dr, Sacramento 95842
<b>TRUSD Pacific (только для младенцев/малышей)</b>	(916) 566-2715	- Pacific High 6560 Melrose Dr. North Highlands 95660
<b>TRUSD Head Start/Early Head Start</b>	(916) 566-3485  (916) 566-3485  (916) 566-1910	- Morey Avenue 155 Morey Ave. Sacramento 95838 - Rio Linda Preschool 631 L Street Rio Linda 95673 - Oakdale Elementary 3708 Myrtle Ave. North Highlands 95660
<b>Child Action</b> <a href="https://wp.childaction.org/">https://wp.childaction.org/</a>	(916) 369-0191	Бесплатная информация о детских садах и направления в детские сады, семейные детские сады и т. д.
<b>TrustLine</b>	(800) 822-8490	TrustLine — это калифорнийский реестр поставщиков услуг по уходу за детьми на дому, прошедших проверку на наличие судимостей и проверку анкетных данных.

## УСЛУГИ РЕПЕТИТОРОВ

<b>Услуги по обучению взрослых грамоте –</b> <b>Общественная библиотека Сакраменто</b> <a href="https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/Adult-Literacy">https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/Adult-Literacy</a>	(916) 264-5032 828 I Street Sacramento 95814	Бесплатные индивидуальные занятия для взрослых, желающих улучшить свои навыки чтения, письма и математики.
<b>Услуги GED –</b> <b>Общественная библиотека Сакраменто</b> <a href="https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/GED-High-School">https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/GED-High-School</a>	Посетите веб-сайт, чтобы подать заявку	Предоставляет бесплатную подготовку к экзамену GED и репетиторство
<b>Помощь в выполнении домашних заданий –</b> <b>Общественная библиотека Сакраменто</b> <a href="https://www.saclibrary.org/education/students-educators/homework-help">https://www.saclibrary.org/education/students-educators/homework-help</a>		Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт
<b>Калифорнийский учебный центр</b> <a href="https://www.californialearningcenter.com/">https://www.californialearningcenter.com/</a>	(916) 486-2646 3400 Cottage Way Sacramento 95825	Для получения более подробной информации посетите веб-сайт или позвоните по телефону.

Образовательные услуги – SF Johnson Family & Community Services <a href="https://www.sjfamilyservices.com/member-programs">https://www.sjfamilyservices.com/member-programs</a>	(916) 710-4146 Подайте заявку на веб-сайте	Виртуальное репетиторство для учащихся 2–12 классов. Стоимость зависит от дохода семьи.
<b>Free, 1-on-1, Online Tutoring – Learn To Be -</b> Бесплатные индивидуальные онлайн-репетиторские услуги <a href="https://www.learntobe.org/">https://www.learntobe.org/</a>	(714) 926-0395	Бесплатное онлайн-репетиторство для учащихся с К по 9 класс. Помощь в чтении и математике.
<b>Homework Club – Life Matters, Inc.</b> <a href="https://www.lifemattersinc.org/">https://www.lifemattersinc.org/</a>	(916) 304-3564	Предлагает детям школьного возраста бесплатную помощь в выполнении домашних заданий и школьных работ.
<b>Paper Tutoring Services - репетиторские услуги</b> <a href="https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Student-Services/Paper-Tutoring-Service/index.html">https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Student-Services/Paper-Tutoring-Service/index.html</a>		Онлайн-репетиторство по запросу, которое предоставляет учащимся неограниченную академическую поддержку 24/7.
<b>Sprout Tutoring</b> <a href="https://www.sproutvolunteertutoring.org/">https://www.sproutvolunteertutoring.org/</a>	Посетите веб-сайт, чтобы записаться на прием.	Предоставляет бесплатные услуги репетиторов для пациентов педиатрического отделения и их братьев и сестер, которые пропустили занятия в школе из-за госпитализации или частых посещений врача.
<b>Tutoring - CogniTutor – Репетиторские услуги</b> <a href="https://cognitutor.com/get-a-tutor/">https://cognitutor.com/get-a-tutor/</a>	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт	Обслуживает учащихся от дошкольного до университетского возраста по сниженной цене.

## ПРОГРАММЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

<b>AgingUP – Программа наставничества для молодежи</b> <a href="https://agingup.org/">https://agingup.org/</a>		Программа наставничества, которая помогает молодым людям, которые воспитывались в приемных семьях.
<b>4th Angel Mentoring Program – Cleveland Clinic Cancer Center -Программа наставничества – Онкологический центр</b> <a href="https://4thangel.ccf.org/">https://4thangel.ccf.org/</a>	(866) 520-3197	Бесплатное наставничество, которое обеспечивает индивидуальную поддержку тем, кто борется с раковым заболеванием или тем, кто ухаживает за больными.
<b>Big Brothers Big Sisters</b> <a href="https://www.bbbs-sac.org/">https://www.bbbs-sac.org/</a>	(916) 646-9300 1750 Howe Ave., #240 Sacramento 95825	Обеспечивает индивидуальные дружеские и наставнические отношения с мальчиками и девочками в возрасте от 7 до 18 лет. Для получения дополнительной информации звоните по телефону.
<b>Hope Mentor-MISS Foundation</b> <a href="https://www.missfoundation.org/grieving/">https://www.missfoundation.org/grieving/</a>	(602) 279-6477 Подайте заявку на сайте	Волонтерские наставники для родителей, бабушек и дедушек, братьев и сестер, потерявших близких. Бесплатно.
<b>Наставничество – Strive For College</b> <a href="https://www.ustrive.com/">https://www.ustrive.com/</a>	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт.	Бесплатная онлайн-платформа наставничества, которая связывает старшеклассников с людьми, готовыми помочь им пройти процесс поступления в колледж.

<b>Мобильное наставничество – Teach On to Lead One</b> <a href="https://t1l1.org/mobile-mentor-registration/">https://t1l1.org/mobile-mentor-registration/</a>	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт.	Бесплатная поддержка и наставничество для молодежи.
<b>Pro Youth &amp; Families</b> <a href="https://proyouthandfamilies.org/youth-development-programs/">https://proyouthandfamilies.org/youth-development-programs/</a>	(916) 576-3300 3780 Rosin Court, #120 Sacramento 95834	Предлагает широкий спектр программ прямых услуг, включая наставничество для молодежи.
<b>Roberts Family Development Center</b> <a href="https://robertsfdc.org/">https://robertsfdc.org/</a>	(916) 646-6631	Услуги наставничества предоставляют учащимся из групп риска индивидуальную поддержку или поддержку в небольших группах.
<b>Молодежный центр Сакраменто</b> <a href="https://www.sacyouthcenter.org/programs">https://www.sacyouthcenter.org/programs</a>	(916) 248-1081	Программа наставничества основана на работе в небольших группах, что делает ее доступной для молодежи.
<b>Программа наставничества для молодежи – Tuesday's Children</b> <a href="https://www.tuesdayschildren.org/our-programs/youth-mentoring/">https://www.tuesdayschildren.org/our-programs/youth-mentoring/</a>	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт.	Бесплатная виртуальная программа наставничества. Соединяет заботливых взрослых с детьми в возрасте от 6 до 18 лет, которые потеряли близкого человека, служившего в вооруженных силах США после 11 сентября.

## ПОМОЩЬ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

<b>Программа трудоустройства взрослых – Asian Resources, Inc.</b> <a href="https://asianresources.org/programs/">https://asianresources.org/programs/</a>	(916) 454-1892	Семинары по подготовке к трудоустройству, помощь в поиске работы, услуги тренера по трудоустройству и обучение на рабочем месте.
<b>Программа трудоустройства взрослых – Greater Sacramento Urban League</b> <a href="https://www.gsul.org/employment/">https://www.gsul.org/employment/</a>	(916) 614-9001	Развитие карьеры, профессиональное обучение, трудоустройство и навыки межличностного общения для возвращения на рынок труда.
<b>Услуги по трудоустройству – Southside Unlimited</b> <a href="https://southsideunlimited.com/">https://southsideunlimited.com/</a>	(916) 387-8080	Обучение профессиональным навыкам для взрослых с нарушениями развития.
<b>Обучение на рабочем месте – Sacramento Regional Conservation Corps</b> <a href="https://www.saccorps.org/our-services">https://www.saccorps.org/our-services</a>	(916) 386-8394	Программа профессиональной подготовки и образования для молодых людей в возрасте от 18 до 26 лет.
<b>Pride Industries</b>	(844) 426-2253	Предоставляет программы по трудоустройству людей с ограниченными возможностями. Профессиональное обучение, трудоустройство, наставничество на рабочем месте и развитие навыков для самостоятельной жизни.

Программа поддержки беженцев в области трудоустройства – Lao Family Community Development, Inc. <a href="https://lfcd.org/our_service/employment-programs/">https://lfcd.org/our_service/employment-programs/</a>	(916) 359-2788	Услуги по трудоустройству и профессиональной подготовке для вновь прибывших беженцев, лиц, получивших убежище, и лиц с особыми иммиграционными визами, проживающих в США менее 5 лет.
<b>SETA – Sacramento Works</b> <a href="https://sacworks.seta.net/job-centers/">https://sacworks.seta.net/job-centers/</a>	Посетите веб-сайт, чтобы узнать адреса центров занятости и контактные номера.	Предлагает различные виды помощи в трудоустройстве и обучении.
<b>Школа для взрослых Twin Rivers</b> <a href="https://www.tras.edu/">https://www.tras.edu/</a>	(916) 566-2785	Возможности для достижения личных, образовательных и профессиональных целей.
<b>Расширение прав и возможностей женщин</b> <a href="https://womens-empowerment.org/job-readiness-empowerment/">https://womens-empowerment.org/job-readiness-empowerment/</a>	(916) 669-2307	Подготовка к трудоустройству и расширение прав и возможностей женщин, оказавшихся без жилья или подверженных риску бездомности.

## ЗОНЫ ОТДЫХА И ПАРКИ

Arcade Creek Recreation & Park District <a href="https://www.arcadecreekrpd.gov/">https://www.arcadecreekrpd.gov/</a>	(916) 482-8377 4855 Hamilton St. Sacramento 95841
<b>City of Sacramento Park &amp; Recreation</b> <a href="https://www.cityofsacramento.gov/ypce/parks">https://www.cityofsacramento.gov/ypce/parks</a>	(916) 808-5200 915 I St. Sacramento 85814
<b>Gibson Ranch</b> <a href="https://regionalparks.saccounty.gov/Parks/RegionalParksDetails/Pages/GibsonRanch.aspx">https://regionalparks.saccounty.gov/Parks/RegionalParksDetails/Pages/GibsonRanch.aspx</a>	(916) 875-7275 8556 Gibson Ranch Rd. Elverta 95626
<b>North Highlands Recreation &amp; Park District</b> <a href="https://www.nhrpd.org/">https://www.nhrpd.org/</a>	(916) 332-7440 6040 Watt Ave. North Highlands 95660
<b>Rio Linda/Elverta Recreation &amp; Park District</b> <a href="https://www.rleparks.com/">https://www.rleparks.com/</a>	(916) 991-5929 810 Oak Ln. Rio Linda 95673

## БИБЛИОТЕКИ

Библиотеки округа Сакраменто	(916) 264-2920	<a href="https://www.saclibrary.org/locations">https://www.saclibrary.org/locations</a>
------------------------------	----------------	---

<b>Arcade Library</b>	2443 Marconi Ave. Sacramento 95821
<b>Carmichael Library</b>	5605 Marconi Ave. Carmichael 95608
<b>Del Paso Heights</b>	920 Grand Ave. Sacramento 95838
<b>North Highlands-Antelope Library</b>	4235 Antelope Rd. Antelope 95843
<b>North Sacramento – Hagginwood Library</b>	2109 Del Paso Blvd. Sacramento 95815
<b>Rio Linda Neighborhood Library</b>	6724 6 <sup>th</sup> St. Rio Linda 95673