

2026-2027

СПРАВОЧНИК РЕСУРСОВ ДЛЯ СЕМЕЙ



Составлен:

Объединенным Школьным Округом Twin Rivers

Отделом Обслуживания Учащихся

Службой по вопросам о благополучии и посещаемости детей

Справочник ресурсов для семей предназначен для того, чтобы помочь семьям нашего школьного сообщества найти доступные ресурсы и поддержку в случае необходимости. Подготовка этого справочника стала возможной благодаря Объединенному школьному округу Twin Rivers. В округе Сакраменто и прилегающих районах также доступно множество других услуг и ресурсов, к которым жители могут обратиться за помощью.

Для получения дополнительной информации позвоните в *Infoline Sacramento* по номеру 211 или (916) 498-1000 либо посетите сайт 211sacramento.org/211/, чтобы ознакомиться с дополнительными вариантами помощи.

Вы также можете посетить сайт findhelp.org, чтобы найти необходимые вам ресурсы и услуги.

Перед тем как позвонить в организацию или начать поиск определенной услуги в интернете, возможно, вам будет полезно заранее записать:

- **КОМУ** вы хотите позвонить или с кем хотите поговорить?
- **ЧТО** вы хотите узнать?
- **ПОЧЕМУ** вам необходима эта услуга?
- ПОМНИТЕ: если данная организация не может вам помочь, может ли она направить вас в другую организацию, которая сможет оказать необходимую помощь?

Некоторые программы, указанные в этом справочнике, могли ограничить предоставляемые услуги в связи с сокращением финансирования. Если вы обнаружите, что какая-либо услуга больше не предоставляется или номер телефона изменился, пожалуйста, свяжитесь с офисом CWA по телефону (916) 566-1615, чтобы соответствующие исправления можно было внести в следующее издание справочника.

ПРИМЕЧАНИЕ: Ресурсы, указанные в данном справочнике, предоставлены исключительно в информационных целях и предназначены для направления к соответствующим службам. Их включение в справочник не означает, что мы рекомендуем или одобряем эти организации или услуги.

Часто используемые номера телефонов

Название услуги

Номер телефона

СОДЕРЖАНИЕ

Номера телефонов экстренных служб	Стр. 3
Номера телефонов неэкстренных служб	Стр. 3
Продовольственные ресурсы	Стр. 4-6
Помощь с одеждой нуждающимся	Стр. 6-7
Комиссионные магазины	Стр. 7
Помощь с жильем для малообеспеченных семей	Стр. 8
Экстренное жилье/приюты	Стр. 9-10
Центры дневного пребывания/временного ухода	Стр. 11
Медицинские клиники	Стр. 12-13
Информация о Medi-Cal	Стр. 14
Ресурсы для родителей	Стр. 14-17
Консультации/поддержка/терапия	Стр. 17-19
Юридическая помощь/юридические клиники	Стр. 20-21
Общественный транспорт	Стр. 21
Программы помощи в оплате коммунальных услуг	Стр. 22
Школьные округа	Стр. 22
Дошкольные учреждения и уход за детьми	Стр. 23-25
Программы дополнительного обучения	Стр. 25-26
Программы наставничества	Стр. 26-27
Помощь в трудоустройстве и профессиональное обучение	Стр. 27
Парки и программы отдыха	Стр.
28	
Библиотеки	Стр. 28

НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

Полиция, шериф, пожарная служба, скорая медицинская помощь	911
Национальная линия помощи при суицидальных мыслях и кризисных ситуациях — звонки или текстовые сообщения	988, круглосуточная линия
Служба защиты взрослых	(916) 874-9377
Калифорнийская кризисная линия для молодежи — звонки или текстовые сообщения	(800) 843-5200, круглосуточная линия
Розыск ребенка - Горячая линия	(800) I – AM – LOST, (800-426-5678)
Служба защиты детей	(916) 875-KIDS (5437)
Центр экстренной помощи и временного ухода за детьми – Детский дом Сакраменто	Северное отделение - (916) 679-3600, круглосуточная линия Южное отделение - (916) 394-2000, круглосуточная линия
Кризисная текстовая линия (психологическая поддержка)	741741
Окружная кризисная линия службы психического здоровья	(916) 875-1055, круглосуточная линия
Центр токсикологической помощи	(800) 222-1222, круглосуточная линия
Горячая линия помощи по вопросам беременности	Звонок: (916) 451-2273 или SMS: (916) 538-1097
Ретрансляционная телефонная служба (для людей с нарушениями слуха и речи)	711
Горячая линия WEAVE (домашнее насилие)	(916) 920-2952, круглосуточная линия
Горячая линия экстренного приюта Wind Youth (для молодежи 12-17 лет)	(916) 628-1492, круглосуточная линия

НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ НЕЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

Информационная линия Сакраменто	211 или (916) 498-1000
Анонимная служба для людей с алкогольной зависимостью	(916) 454-1100, круглосуточная линия
Анонимная служба для людей с наркотической зависимостью	(800) 600-4673
Служба доступа к психиатрической помощи для взрослых и детей	(916) 875-1055
Sacramento Al-Anon (поддержка для семей и близких людей с алкогольной зависимостью)	(916) 334-2970
Шериф округа Сакраменто (неэкстренная линия)	(916) 874-5115
Полиция города Сакраменто (неэкстренная линия)	(916) 808-5471
Полиция Объединенного школьного округа Twin Rivers	(916) 566-2777
Программа помощи жертвам и свидетелям	(916) 874-5701
WEAVE - Помощь пострадавшим от домашнего насилия	(916) 448-2321
WIND – Служба поддержки молодежи	(916) 504-3313

ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЕ РЕСУРСЫ

Cal Fresh: Department of Human Assistance - Департамент социальной помощи Calfresh	(800) 560-0976	Ежемесячная помощь лицам и семьям с низким доходом или без дохода для покупки питательных продуктов.
Calvary Christian Church Христианская церковь 2667 Del Paso Blvd. Sacramento 95815	(916) 929-5725	Раздача продуктов питания – по вторникам в 11:00.
Carmichael Food Closet - Продовольственный пункт 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, в четверг также с 18:00 до 19:00. Требуется удостоверение личности.
Carmichael Seventh-Day Adventist Church - Церковь адвентистов седьмого дня 4694 Pasadena Ave. Sacramento 95841	(916) 487-8684 Для получения более подробной информации звоните по телефону.	Раздача продуктов питания по средам с 9:00 до 10:45 утра.
Common Ground Covenant Church 8355 Arroyo Vista Dr. Sacramento 95823	(916) 689-3010	Раздача продуктов по субботам с 8:30 до 11:30 утра.
Feeding God's Children (Питание для детей) 5808 Watt Ave. North Highlands 95660	(916) 803-5233 Звоните для получения дополнительной информации	Звонить по пятницам с 7:00 до 8:00 для предварительного заказа продуктового набора. Выдача продуктовых наборов по субботам с 8:15 до 8:30.
Francis House Center – Next Move Homeless Services (услуги для бездомных) 1422 C Street Sacramento 95814		Выдача продуктов: пн./вт./чт./пт. с 9:00 до 12:00 и с 13:00 до 15:00.
Joey's Food Locker 3301 Fong Ranch Road Sacramento 95834	(916) 870-1659 Звоните для получения дополнительной информации	Продовольственная программа по четвергам с 16:00 до 17:30.
Loaves & Fishes 1351 N. C Street Sacramento 95811	(916) 446-4961 (916) 637-2450	Горячие и питательные обеды для людей, не имеющих постоянного жилья: понедельник–пятница с 11:30 до 13:00; суббота–воскресенье с 11:00 до 12:30.
Manna Food Bank - Продовольственный банк 4840 Marysville Blvd. Sacramento 95838	(916) 922-6442	Раздача продуктов питания по пятницам с 9:00 до 12:00.

Maryhouse 1321 N C Street Sacramento 95811	(916) 446-4961	Горячий завтрак подается с 8:00 до 8:45 для одиноких женщин, семей и одиноких мужчин с детьми.
Pilgrimage Sacramento-Lifting Spirits Higher Unhoused Pop Up firstumcsac.org/events	Посетите веб-сайт для подробной информации.	Общественные обеды и услуги временного отдыха в различных местах Сакраменто.
Potters House 2994 Del Paso Blvd. Sacramento 95815	(916) 905-6268	Раздача продуктов по четвергам с 9:30 до 12:00.
Purpose & Legacy 5314 Walnut Ave. Sacramento 95841	(916) 200-3989	Раздача продуктов пн/ср/пт с 11:00–13:00.
River City Food Bank -Продовольственный банк rivercityfoodbank.org 1800 28 th St. Sacramento 95816 2300 Edison Ave. Sacramento 95821	(916) 446-2627	Раздача продуктов питания вт/чт 10:30–13:30 Раздача продуктов питания ср/пт 10:30–13:30
Sacramento Food Bank & Family Services - Продовольственный банк и семейные услуги Sacramentofoodbank.org	(916) 456-1980	Позвоните или посетите веб-сайт, чтобы найти ближайший пункт раздачи продуктов питания.
Salvation Army – Армия спасения 3213 Orange Grove Ave. North Highlands 95660 10370 Old Placerville Rd. Ste 107 Rancho Cordova	(916) 678-4010	Раздача продуктов питания: вт/ср/чт с 9:00 до 13:00. Продукты для пожилых людей 60 лет и старше: 4-й понедельник и четверг с 9:00 до 13:00. Раздача продуктов в первую среду каждого месяца с 10:00 до 14:00. Для всех пунктов требуется удостоверение личности и подтверждение проживания в округе Сакраменто.
Travelers Aid taeaa.org	(916) 399-9646	Свяжитесь с офисом, чтобы узнать о программе продовольственной помощи.
Twin Rivers USD — Взаимодействие с семьями и сообществом https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Family-and-Community-Engagement-FACE/Community-Resources/	(916) 566-1788	Раздача продуктов для малообеспеченных жителей при поддержке Sacramento Food Bank & Family Services.

Union Gospel Mission 400 Bannon Street Sacramento 95811	(916) 447-3268	Звонки: пн.–чт., с 8:00 до 16:00 (перерыв с 12:00 до 13:00); в пятницу с 9:00 до 12:00. Для получения продуктов в тот же день по вторникам и четвергам звоните до 11:30.
WIC dhs.saccounty.gov/pub/wic/Pages/ Women-Infant-and-Children-Home.aspx	(916) 876-5000	Программа для женщин, младенцев и детей (WIC), предоставляющая продукты питания беременным и кормящим женщинам, а также младенцам и детям в возрасте до 5 лет.

ПОМОЩЬ С ОДЕЖДОЙ НУЖДАЮЩИМСЯ

Dress The Part, Inc.	(916) 293-7377 info@dressthepart.org	Предоставляет повседневную и официальную одежду для подростков и молодых людей в возрасте от 14 до 21 года.
First Baptist Church of North Sacramento 2601 Del Paso Blvd.	(916) 922-9365	Пункт выдачи одежды открыт для всех жителей по пятницам с 9:30 до 12:00. В зимние месяцы также предоставляются рюкзаки с учебными принадлежностями, пальто и обувь.
Francis House Center – Next Move Homeless Services – Центр услуг для бездомных 1422 C Street Sacramento 95814	(916) 443-2646	Пункт выдачи одежды. Необходимо предъявить действительное удостоверение личности. Пн./вт./чт./пт., с 9:00 до 12:00.
God’s Little Lambs Free Store-New Beginnings Fellowship Church 7008 10 th Street Rio Linda 95673	(916) 799-2099	Все вещи предоставляются бесплатно. Одежда и другие необходимые вещи. Каждый вторник с 18:00 до 19:00 и в первую субботу каждого месяца с 9:00 до 13:00.
Love I.N.C.	(916) 383-3232 loveincsacramento.com/request- help/#	Предоставляется одежда и необходимые принадлежности для младенцев. Чтобы получить помощь, позвоните или посетите веб- сайт.
Shores of Hope -Outreach Center 110 6 th Street West Sacramento 95605	(916) 372-0200	Выдача одежды: пн.–чт., с 9:00 до 15:00 .
Sisters In Christ - LifePointe Church 7200 Rio Linda Blvd. Rio Linda 95673	(916) 991-4624	Бесплатный магазин одежды и других необходимых вещей. Открыт по вторникам и четвергам с 10:00 до 13:00.
St. Anne’s Catholic Church 7724 24th Street Sacramento 95832	(916) 422-8380	Одежда и обувь предоставляются в первый четверг каждого месяца с 9:00 до 10:00, за исключением дождливых дней.

Union Gospel Mission 400 Bannon Street Sacramento 95811	(916) 447-3268	Женская и детская одежда: вт. и чт., с 9:00 до 12:00. Мужская одежда: пн.—чт., с 9:00 до 12:00. Для получения одежды необходимо прийти до 9:30. После 9:30 посетители не принимаются.
--	----------------	--

КОМИССИОННЫЕ МАГАЗИНЫ

Assistance League of Sacramento 2751 Fulton Avenue Sacramento 95821	(916) 488-0828 Открыто: вт., ср., чт. и суббота — с 10:00 до 16:00; пятница — с 10:00 до 18:00.
Deseret Industries 3000 Auburn Blvd. Sacramento 95821	(916) 482-1480 Открыто с понедельника по субботу с 9:00 до 18:00
Goodwill Industries 5400 Date Ave., E Sacramento 95841 4401 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842 2502 Watt Ave. Sacramento 95821 2040 Alta Arden Expwy Sacramento 95825	(916) 678-5700 (916) 332-2294 (916) 480-9002 (916) 779-7468
Pacific Thrift Store 6101 Watt Ave. North Highlands 95660	(916) 514-0154

ПОМОЩЬ С ЖИЛЬЕМ ДЛЯ МАЛООБЕСПЕЧЕННЫХ СЕМЕЙ

Сначала позвоните по номеру 211, чтобы получить информацию о доступных ресурсах и услугах.

Angelic Housing Resources Foundation Inc. Ресурсы по доступному жилью angelichousing.org	(916) 432-8055	Помогает взрослым жителям округа Сакраменто, нуждающимся в жилье и поддержке для самостоятельной жизни, перейти в доступное совместное жилье.
CHOC - Community Housing Opportunities – Возможности получения жилья для местных жителей chochousing.org	(707) 759-6043	Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступного жилья. Заявление необходимо подавать отдельно на каждый объект.
Hope Cooperative — постоянное жилье с комплексной поддержкой https://hopecoop.org/housing-programs/	211	Предоставляет взрослым и семьям, испытывающим бездомность или находящимся под угрозой ее возникновения и имеющим психиатрические нарушения, подходящее жилье с комплексной поддержкой при наличии свободных мест.
HUD - Поиск доступного жилья https://resources.hud.gov/#		Поисковая система с информацией о доступном жилье и его местоположении.
Mercy Housing mercyhousing.org/find-housing/	(916) 414-4400	Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступного жилья. Заявление необходимо подавать отдельно на каждый объект.
Mutual Housing mutualhousing.com/searchlisting	(916) 453-8400	Создает и управляет доступными жилыми комплексами на долгосрочной основе. Посетите веб-сайт, чтобы начать поиск доступного жилья. Заявление необходимо подавать отдельно на каждый объект.
Армия спасения	(916) 678-4010 Prompt #2	Предоставляет помощь с оплатой аренды, заселением или предотвращением выселения в зависимости от наличия финансирования.
SHRA shra.org/other-affordable-housing-options/	(916) 440-1390	Список доступного арендного жилья и карта доступны на указанном веб-сайте. Также через это агентство действует программа жилищных ваучеров.
YWCA https://www.ywcaccc.org/residential-housing-for-women	(916) 800-9773	Жилищная программа для малообеспеченных женщин. Комнаты сдаются в аренду; проживание с детьми не предусмотрено. Возможно наличие листа ожидания.

ЭКСТРЕННОЕ ЖИЛЬЕ/ПРИЮТЫ И ДРУГИЕ РЕСУРСЫ

Сначала позвоните по номеру 211, чтобы получить информацию о доступных ресурсах и услугах.

Academy Stay – Жилье для молодежи, находящейся под опекой https://www.academystay.org/	(916) 248-7961	Краткосрочное жилье для молодых людей в возрасте 18-24 лет, которые провели часть детства в системе приемной опеки.
American Red Cross – Служба помощи при чрезвычайных ситуациях	(916) 993-7070 Звоните для подробной информации	Краткосрочная экстренная помощь при стихийных бедствиях, которая может включать предоставление временного жилья или размещение в приюте.
Family Promise of Sacramento familypromisesacramentoca.org	(916) 443-3107	Помогает малообеспеченным семьям, испытывающим бездомность, обрести самостоятельность и найти постоянное жилье. Предоставляется временное жилье сроком до 90 дней. Только для семей, которые имеют детей в возрасте до 18 лет.
First Step Communities https://www.firststepcommunities.org/	211	Временное жилье, для получения информации о приютах, пожалуйста, обратитесь по номеру 211 для проведения оценки потребности в размещении.
Lutheran Social Services of Northern California – Connection Program lssnorcal.org/what_we_do/concord_redding_stockton_sacramento/connections.html	211	Предоставляет жилье и услуги поддержки людям, ранее испытывавшим бездомность, чтобы помочь им не оказаться вновь без жилья. Для молодежи в возрасте 18–24 лет.
My Sister’s House – Safe Haven Shelter – программа безопасного временного проживания www.my-sisters-house.org	(916) 428-3271 Круглосуточная многоязычная линия помощи	Различные услуги поддержки, включая экстренный приют для лиц, пострадавших от домашнего насилия, сексуального насилия и торговли людьми.
Next Move - Служба помощи бездомным	211	Экстренный приют для семей и одиноких людей.
Overcomers – Программа поддержки	(916) 924-3113	Программа для женщин
	(916) 920-3082	Программа для мужчин
Sacramento Housing Crisis Line – Кризисная линия по вопросам жилья Сакраменто округа	211	Помогает семьям найти необходимые ресурсы для получения помощи с жильем, размещения в приютах и других сопутствующих услуг.
Центр ресурсов для ветеранов Сакраменто https://nationsfinest.org/	(916) 393-8387 7270 East Southgate Dr. Sacramento, CA 95823	Предоставляет услуги по быстрому размещению и временную жилищную поддержку только для ветеранов. Пн.-пт. С 8:00 до 17:00

Salvation Army – Center of Hope - приют для бездомных https://sacramento.salvationarmy.org/sacramento_metro/center-of-hope-shelter	211; (916) 442-0331 Для подробной информации звоните	Для взрослых, нуждающихся в приюте, пожалуйста, обратитесь по номеру 211 для оценки потребности в размещении.
ST. John’s Program for Real Change https://saintjohnsprogram.org/program/get-help/	(916) 453-1482	Комплексные 12-месячные программы проживания для бездомных женщин и их детей.
Step Up on Second	211	Программа City Motel для семей с детьми. Необходимо иметь направление через 211.
Travelers Aid Taeaa.org	(916) 399-9646	Ваучеры на проживание в мотеле для бездомных семей с детьми, оставшихся без жилья, предоставляются при наличии мест.
Waking the Village – Housing Program Prevention and Intervention admin@wakingthevillage.org	Звонки или SMS (916) 525-5965 Телефон: (916) 601-2979 PO Box 160085 Sacramento 95816	Предлагает жилье и поддержку бездомным или лицам, подверженным риску остаться без жилья. Оказывает услуги по профилактике бездомности, экстренному вмешательству и разрешению конфликтных ситуаций для молодежи в возрасте 12-24 лет.
WEAVE – Safe House weaveinc.org/safe-shelter	(916) 920-2952 Круглосуточная линия для поддержки и информации	Программа экстренного безопасного размещения для лиц, пострадавших от домашнего насилия, сексуального насилия или торговли людьми, и их детей.
Wind Youth Services – Приют для подростков и молодежи Common Ground https://www.windyouthservices.org/emergency-shelter	(916) 628-1492 Для подробной информации звоните по телефону. 211	Предоставляет экстренное ночное размещение для несовершеннолетних в возрасте 12–17 лет, оказавшихся без крова. Экстренное размещение с минимальными требованиями для молодежи в возрасте 18–24 лет.
Union Gospel Mission Sacramento https://ugmsac.com/ Men’s New Life Program	(916) 447-3268 Для получения более подробной информации звоните по телефону. Для получения услуг Union Gospel необходимо предъявить удостоверение личности и предоставить актуальный отрицательный результат теста на туберкулез.	Регистрация на ночное размещение для мужчин начинается в 17:30. Места предоставляются в порядке очереди. Программа проживания для мужчин. С понедельника по четверг обращайтесь к окну приема, которое открывается в 9:00, чтобы подать заявление на участие в программе.

ЦЕНТРЫ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ, ВРЕМЕННОГО ОТДЫХА И ДРУГИЕ РЕСУРСЫ

Сначала позвоните по номеру 211, чтобы узнать о доступных ресурсах и услугах.

Capital Compassion -Homeless Respite Center https://www.capitalonline.cc/homeless-initiatives	(916) 856-5683 10173 Crayton Way, 4A Sacramento 95827	Душевые доступны только по предварительной записи. Предоставляются и другие виды помощи. Пожалуйста, позвоните для получения дополнительной информации.
Crisis Nursery Program https://www.kidshome.org/what-we-do/crisis-nursery-program/	(916) 679-3600 4533 Pasadena Ave., Sacramento 95821 (916) 394-2000 6699 South Land Park Dr., Sacramento 95831	Родители могут привести детей в возрасте от 0 до 5 лет в один из двух центров Сакраменто для получения экстренных услуг по уходу за детьми или ночного ухода в трудные периоды.
Friendship Park – Loaves & Fishes https://sacloaves.org/programs-services/	(916) 443-7378	Закрытая территория для отдыха, предоставляющая услуги временного отдыха и восстановления.
Maryhouse – Loaves & Fishes https://www.hartstogether.org/north-sacramento	(916) 446-4961	Дневной центр без предварительных требований для женщин и семей, оказавшихся без крова.
North Sacramento HART https://www.hartstogether.org/north-sacramento	Mount Calvary Baptist Church 3407 Altos Ave Sacramento 95838	Услуги временного отдыха и восстановления по средам с 9:00 до 12:00.
Pilgrimage Sacramento firstumcsac.org/events	Подробности см. на веб-сайте.	Услуги временного отдыха и восстановления в различных местах Сакраменто
Sacramento LGBT Community Center – Q Spot https://saccenter.org/youth	(916) 442-0185	Центр дневного пребывания для ЛГБТ и молодежи в возрасте 13–24 лет. Пн.–пт., с 11:00 до 17:00; сб., с 10:00 до 16:00.
South Sacramento HART https://southsachart.org/get-involved	Florin Road Methodist Church 7560 Florin Road Sacramento 95828	Услуги временного отдыха и восстановления каждую вторую субботу месяца с 9:00 до 12:00.
Wind Youth Drop-In Center https://www.windyouthservices.org/drop-in-center	(916) 504-3313	Услуги для бездомной и убежавшей из дома молодежи в возрасте 18–24 лет. Пн./ср./чт./пт./сб./вс., с 8:30 до 16:00; вт., с 8:30 до 14:30.



Медицинские клиники, обслуживающие район Twin Rivers USD

Обновлено в июне 2026 года – для получения самой достоверной информации обязательно звоните в клиники.

Первым и лучшим источником медицинской помощи, включая вакцинацию детей, является ваш основной лечащий врач. Если для зачисления ребенка в школу ему необходимо срочно сделать прививки, свяжитесь с вашим врачом и уточните возможность приема в тот же день или без предварительной записи. Если у вас нет лечащего врача, ознакомьтесь со списком ниже, чтобы найти другие доступные медицинские ресурсы. Если вам нужна дополнительная помощь, пожалуйста, обратитесь к школьной медсестре.

**Нужна медицинская страховка? Обратитесь в Sacramento Covered — организацию, которая помогает жителям региона Сакраменто получить необходимую медицинскую и стоматологическую помощь и найти подходящее страховое покрытие.
Тел.: (916) 414-8333 или (866) 850-4321.**

Elica Health Centers www.elicahealth.org (916) 454-2345 4815 Watt Ave, North Highlands, CA 95660 3234 Marysville Blvd, Sacramento, CA 95815 3701 J Street #201, Sacramento, CA 95816	- Принимаются частные страховки, Medi-Cal, а для незастрахованных – оплата по скользящей шкале в зависимости от дохода. Страховка Kaiser, частные страховки или Medi-cal не принимаются - Прием только по предварительной записи - Часы работы клиники: понедельник–пятница, с 8:00 до 18:00 (перерыв на обед с 12:00 до 13:00) *Мобильная клиника и отделение на Marysville закрываются в 16:00.
Peach Tree Health www.pickpeach.org 3810 Rosin Ct. Suite 100, Sacramento, CA 95834 (916) 779-7656	- Принимается частная медицинская страховка и Medi-Cal. Для незастрахованных действует оплата по скользящей шкале в зависимости от дохода. - Прием по предварительной записи; также доступны услуги без предварительной записи. - Часы работы клиники Пн-Пт 8:00-16:30 (перерыв на обед 12:00-13:00)
Planned Parenthood www.plannedparenthood.org (877) 855-7526 (главный) 5700 Watt Ave., North Highlands, CA 95660 201 29th St. Suite B, Sacramento, CA 95816	- Принимается частная медицинская страховка и Medi-Cal, для незастрахованных доступны специальные программы в зависимости от вида услуг. - Рекомендуется предварительно записаться на прием - Часы работы клиники 8:00-16:30 (часы могут меняться, звоните для уточнения)
Sacramento Community Clinic www.halocares.org 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))	- Принимается Medi-Cal - Рекомендуется предварительно записаться на прием - Прием без предварительной записи не гарантируется - Часы работы клиники Пн – Пт 8:00 – 17:00 (обеденный перерыв с 12:00 до 13:30)
Sacramento County Immunization Clinic 4600 Broadway Suite 1300, Sacramento, CA 95820 (916) 875-7468	- Принимаются пациенты с Medi-Cal и без медицинской страховки. - Принимаем только по предварительной записи. Прием без записи не принимается. - Прием по предварительной записи осуществляется каждую вторую пятницу. - Часы работы клиники: пн – пт, 8:00-16:30
Sacramento Native American Health Center (SNAHC) www.SNAHC.org 2020 J street, Sacramento, CA 95811 (916) 341-0575	- Для пациентов без медицинской страховки действует оплата в зависимости от дохода. - Прием только по предварительной записи. - Услуги неотложной медицинской помощи не предоставляются. - Пн-пт 7:30-17:00 (перерыв на обед с 12:00-13:00)
San Lucas Pediatric Clinic www.sanlucaspeds.com 4100 E. Commerce Way Suite 100, Sacramento, CA 95834 (916) 575-9090	- Принимается Medi-Cal и частная медицинская страховка - Прием только по предварительной записи - Часы работы: пн.–пт., с 8:30 до 17:30 (перерыв на обед с 12:30 до 13:30).

WellSpace Health www.wellspacehealth.org (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	• Принимается Medi-Cal; для пациентов без медицинской страховки действует оплата по скользящей шкале в зависимости от дохода. • Рекомендуется предварительно записываться на прием. • Часы работы клиники Пн.-Пт. 8:00-17:00 (перерыв на обед 12:00-13:00) • Телефонный центр работает во время обеденного перерыва.
Местные аптеки , включая Rite Aid, Walmart, CVS и другие.	• Стоимость отдельных прививок зависит от вида вакцины. Для получения дополнительной информации звоните в аптеку.

МЕДИЦИНСКИЕ КЛИНИКИ

Dignity Health Urgent Care – Midtown Sacramento https://www.dignityhealth.org/dhmf/locations/sacramento-urgent-care	(916) 733-3377 3000 Q St. Sacramento 95816	Для получения дополнительной информации позвоните или посетите веб-сайт.
Mercy Clinic – Loaves & Fishes http://www.sacloaves.org/programs-services	(916) 874-2811 1321 C St. Sacramento 95811	Клиника первичной и неотложной медицинской помощи.
One Community Health – Arden Arcade https://onecommunityhealth.com/locations/arden-arcade-campus/	(916) 443-3299 1442 Ethan Way, Suite 100 Sacramento 95825	В этом центре предоставляются услуги первичной и специализированной медицинской помощи.
Sac Valley Women’s Health https://svwhealth.com/services/	(916) 451-2273 или (916) 451-4357	Широкий спектр конфиденциальных услуг в области репродуктивного здоровья. Для получения подробной информации звоните по телефону.
UC Davis Health/La Famalia Counseling Center Pediatric Specialty Clinics 3301 37 th Ave. Sacramento 95824	La Famalia Health & Wellness Department (916) 452-3601	Медицинские консультации по вопросам развития, поведения или астмы у детей. Прием только по предварительной записи.
The Willow Clinic https://www.willowclinic.org/services/medical	916-572-4502 1400 North A St. Sacramento 95811	Открыто по субботам с 9:00 до 11:30. Прием осуществляется без предварительной записи, в порядке очереди.
VA Northern California Health Care System https://www.va.gov/northern-california-health-care/	(800) 382-8387	Медицинское обслуживание ветеранов.

ИНФОРМАЦИЯ О MEDI-CAL

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

Medi-Cal www.benefitscal.com	(800) 560-0976
Medi-Cal Dental	Служба поддержки клиентов (800) 322-6384
Find a Medi-Cal Provider Найти поставщика Medi-Cal	https://www.healthcareoptions.dhcs.ca.gov/en/find-provider
Округ Сакраменто – Психическое здоровье	(916) 875-1055 or (888) 881-4881

РЕСУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (бесплатные или по доступным ценам)

Alta California Regional https://www.altaregional.org/	(916) 978-6400	Помогает людям с нарушениями развития и их семьям получать доступ к необходимым государственным и частным услугам в соответствии с их индивидуальными потребностями.
Area 4 Agency on Aging https://www.agencyonaging4.org/	(916) 486-1876	Координирует и развивает услуги для пожилых людей.
Birth & Beyond Family Resource Center – Mutual Assistance Network - Robertson Community Center – Центр взаимопомощи https://www.mutualassistance.org/	(916) 696-6689 3525 Norwood Ave. Sacramento 95838	Сотрудничает с различными организациями и системами, предоставляя эффективную поддержку на основе глубокого понимания потребностей местного сообщества.
Birth & Beyond – North Sacramento Family Resource Center North.Sac@KidsHome.org	(916) 679-3743 1565 River Park Drive Sacramento 95815	Сотрудничает с различными организациями и системами, предоставляя эффективную поддержку на основе глубокого понимания потребностей местного сообщества.
Birth & Beyond Family Resource Center WellSpace Health North Highlands Community Health Center nhbbFRC@WellSpaceHealth.org	(916) 679-3925 6015 Watt Ave. North Highlands 95660	Сотрудничает с различными организациями и системами, предоставляя эффективную поддержку на основе глубокого понимания потребностей местного сообщества.
Black Child Legacy – Liberty Towers Church www.libertytowers.org	(916) 900-6708 5132 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842	Предоставляет сообществу инструменты и ресурсы для устранения неравенства и создания возможностей для благополучия и развития каждого. Услуги для молодежи.
Black Child Legacy – Roberts Family Development Center http://www.robertsfdc.com/	(916) 646-6631 ext.103 770 Darina Ave. Sacramento 95815	Широкий спектр услуг, включая поддержку во время беременности и после рождения ребенка, раздачу подгузников, помощь семьям, группы поддержки, общественные мероприятия, защиту интересов семей и направление в другие организации.

Center For Fathers and Families https://www.cffsacramento.org/cms	(916) 568-3237 920 Del Paso Blvd Sacramento 95815	Удовлетворяет потребности отцов и их семей, предлагая программы и услуги, направленные на развитие, поддержку и расширение возможностей. Предлагаются программы управления гневом, совместного воспитания детей, практического воспитания детей, группы поддержки для отцов и общественные мероприятия.
Chicks in Crisis https://chicksincrisis.org/	(916) 896-0031 9455 E. Stockton Blvd. Elk Grove, CA 95624	Помогает беременным подросткам и подросткам, воспитывающим детей, независимо от возраста, продолжать обучение в школе. Предоставляет помощь в получении дородовой медицинской помощи, поддержке в воспитании детей, одежде, принадлежностях для младенцев, предметах первой необходимости, посещениях детей под надзором по решению суда и других услугах.
Greater Sacramento Urban League https://www.gsul.org/ https://www.gsul.org/	(916) 286-8600 3725 Marysville Blvd Sacramento 95838	Предоставляет услуги по профессиональному развитию и трудоустройству, жилищное консультирование, сертифицированное HUD, а также наставничество для молодежи. Выступает за расовую справедливость, избирательные права и равноправную политику в интересах местного сообщества.
Help Me Grow Sacramento https://www.helpmegrowsac.org/	(916) 822-8744	Бесплатный скрининг развития и другие ресурсы для оценки развития детей от рождения до 5 лет.
Homework Help – Sacramento Public Library https://www.saclibrary.org/Education/Students-Educators/Homework-Help		Предлагает различные онлайн-ресурсы и методы, которые помогают учащимся выполнять домашние задания и поддерживают их обучение.
Liberty Towers Youth Center https://www.libertytowers.org/ Impact Sac – Liberty Towers www.impactsc.org Instagram: @impactsc	(916) 807-4903 5132 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842 (916) 900-6707	Специальный центр для подростков в возрасте от 11 до 24 лет. Программы включают повышение осведомленности о психическом здоровье и профилактике самоубийств, профилактику употребления психоактивных веществ, профилактику насилия и программу лидерства «5 Star Leadership». В течение недели также доступны услуги без предварительной записи. Центр где вдохновляют и поощряют молодых людей выражать себя и достигать своих целей.
Mercer Veterinary Clinic – Serving Sacramento https://www.mercerclinic.com/locations-appointments	1351 N C Street Sacramento 95811 Пожалуйста, посетите веб-сайт, чтобы узнать подробности.	Бесплатные ветеринарные услуги для людей, испытывающих бездомность или нестабильность жилищных условий. Каждую вторую субботу месяца. Регистрация начинается в 7:00. Необходимо заранее заполнить форму запроса на прием.

National Domestic Violence Hotline Национальная горячая линия по вопросам домашнего насилия https://www.thehotline.org/	(800) 799-SAFE (7233) Отправьте SMS с текстом START на номер 8878	Круглосуточная конфиденциальная помощь людям, пострадавшим от насилия в отношениях.
National Parent & Youth Helpline https://nationalparentyouthhelpline.org/	(855) 427-2736	Звоните, отправляйте SMS или воспользуйтесь онлайн-чатом, если вам нужна поддержка или консультация.
Neighborhood Wellness https://neighborhoodwellness.org/	3805 Clay Street Sacramento 95838	Программы и услуги направлены на устранение социального, экономического, академического неравенства и неравенства в сфере здравоохранения, а также на снижение барьеров, связанных с неблагоприятными жизненными обстоятельствами.
Sacramento County Department of Human Services Департамент социальных служб округа Сакраменто https://ha.sacounty.gov/Pages/About-DHA.aspx	(800) 855-7100	Предлагает программы и услуги в сфере трудоустройства, жилья, медицинской помощи, транспорта, образования и ухода за детьми.
Sacramento Food Bank & Family Services Продовольственный банк и служба помощи семьям округа Сакраменто https://www.sacramentofoodbank.org/diapers https://www.sacramentofoodbank.org/immigration	(916) 456-1980	Бесплатные подгузники
SNAHC – Sacramento Native American Health Center https://snahc.org/	(916) 341-0575 Звоните или посетите веб-сайт, для подробностей. 2020 J Street Sacramento 95811 Пн-пт 8:00-17:00 3800 Florin Rd. Sacramento 958223 Пн-пт 8:30 -17:30	Услуги: медицинская и стоматологическая помощь, офтальмологические услуги, услуги в области психического здоровья, общественное здравоохранение, Healing Ways — традиционная медицина, медицинские услуги в школах, специализированная медицинская помощь и комплексное сопровождение пациентов.
Stanford Settlement Neighborhood Center https://www.stanfordsettlement.org/	(916) 927-1303 450W. El Camino Ave. Sacramento 95833	<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. <u>Центр для подростков:</u> для учащихся 7-12 классов в возрасте до 18 лет. Центр дневного пребывания, групповые мероприятия и услуги поддержки, помогающие подросткам продолжить обучение в школе и избежать проблем. <u>Центр для пожилых людей:</u> для людей в возрасте 50 лет и старше. Предоставляются транспортные услуги, питание и оздоровительные мероприятия, помогающие пожилым людям сохранять здоровье и самостоятельность.
Victim Witness Assistance Programs – Sacramento County District Attorney’s Office https://www.sacda.org/victim-services/victim-witness-assistance-program/	(916) 874-5701	Предоставляет услуги по защите и поддержке жертвам преступлений в нашем сообществе.

Vynca – ECM (Enhanced Care management) https://www.vyncacare.com/enhanced-care-management	(888) 242-1588	Помогает участникам программы Medi-Cal со сложными медицинскими и социальными потребностями. Координаторы помогают ориентироваться в системе здравоохранения и преодолевать такие препятствия, как нестабильная жилищная ситуация и отсутствие транспорта.
--	----------------	--

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ, ПОДДЕРЖКА, ТЕРАПИЯ

Capitol Start Community Services Команда по консультированию, поддержке и взаимодействию (CSET) для детей и молодежи, подвергшихся коммерческой сексуальной эксплуатации (CSEC) https://www.starsinc.com/sacramento-county/	Sacramento Downtown/Arden Arcade Center (916) 584-7800 North Sacramento Center (916) 344-0249 (916) 844-2426 shine@starsinc.com	Индивидуальное и семейное консультирование, кризисное вмешательство, поддержка сверстников, группы/мероприятия после школы. Услуги CSET включают оценку потребностей, кризисное вмешательство, снижение вреда, образование и связь с необходимыми ресурсами и поддержкой.
Care Solace www.caresolace.com/site/trusd	(888) 515-0595	Направляем студентов на получение услуг относительно лечения психических расстройств и расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ.
Community Helpline – A Crisis & Support Hotline— горячая линия для кризисных ситуаций и поддержки https://chelpline.org/	(877) 541-2525	Конфиденциальная горячая линия для кризисных ситуаций, направления к специалистам и поддержки. Работает ежедневно с 8:00 до 20:00.
Community Outreach Recovery Empowerment (CORE) Madison – Turning Point Community Programs Community Outreach Recovery Empowerment (CORE) Rosin – Turning Point Community Programs https://www.tpcp.org/program/core/	(916) 388-3231 3628 Madison Ave, #6, #7, and #10 North Highlands 95660 (916) 567-4222 3810 Rosin Court, #170 Sacramento 95834	Амбулаторные услуги по лечению поведенческих расстройств для взрослых с соответствующим диагнозом: Пн-пт 8:00 – 16:30 Любой взрослый без диагноза, нуждающийся в оценке для получения поддержки в области психического здоровья: среда и четверг 13:00 – 16:00
Community Wellness Response Team (CWRT)	988 Звоните или отправляйте сообщение	Бесплатная добровольная очная помощь при кризисах, связанных с психическим здоровьем и употреблением психоактивных веществ, для жителей округа Сакраменто.

Elica Behavioral Health https://www.elicahealth.org/behavioral-health/	(916) 454-2345 4815 Watt Ave. North Highlands 95660	Предлагаются комплексные услуги в области поведенческого здоровья. Пн.-Сб. 8:00-18:00
Genesis Mental Health – Loaves & Fishes https://sacloaves.org/programs-services/	(916) 699-1536	Беспрепятственный доступ к услугам по охране психического здоровья для взрослых, оказавшихся без крова, независимо от наличия страховки
Heartland Child & Family Services https://doingwhateverittakes.org/	(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.
HOPE Cooperative – Crisis Respite Center https://hopecoop.org/services/	916-737-7483	Работает круглосуточно, 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. Оказывает помощь жителям округа Сакраменто, переживающим кризис, связанный с психическим здоровьем, но не представляющим опасности для себя или окружающих. Можно находиться в центре до 23 часов. Медицинская страховка, удостоверение личности и тест на туберкулез (ТБ) не требуются.
La Familia Counseling Center - Консультационный центр https://lafcc.org/	(916) 452-3601 3301 37th Ave. Sacramento 95824	Консультационные и поддерживающие услуги для молодежи (от рождения до 21 года) и их семей.
Life Practice Counseling Group - Группа психологической поддержки https://www.lifeppractice.org/contact	(916) 300-6576 3820 Auburn Blvd., #83Sacramento 95821	Предлагает консультационные услуги в зависимости от ежемесячного дохода.
MAS-Social Services Foundation - Фонд социальных услуг https://mas-ssf.org/	(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.
River Oak Центр для детей https://www.riveroak.org/programs/	(916) 609-5100 info@riveroak.org	Психологическая помощь детям и молодежи.
National Alliance on Mental Illness (NAMI) Sacramento https://namisacramento.org/	(916) 890-5467	Бесплатная поддержка в области психического здоровья, онлайн/очные группы, ресурсы и образование.

Sacramento County – Mental Health Services (ACCESS)— Службы психического здоровья Сакраменто округа https://mentalhealthservicerequest.saccounty.net/	(916) 875-1055	Линия для направления к специалистам по психическому и поведенческому здоровью.
Sacramento Mental Health Urgent Care Clinic (MHUCC)-Turning Point Community Programs – Клиника неотложной психиатрической помощи Сакраменто https://www.tpcp.org/program/urgent-care/	(916) 520-2460 2130 Stockton Blvd., #300 Sacramento 95817 Пн-Пт, 8:00-Полночь Сб и Вс: 8:00-20:00	Клиника без предварительной записи для жителей всех возрастов, переживающих кризис психического здоровья, независимо от их платежеспособности.
Sacramento Regional Family Justice Center – SRFJC Counseling https://www.sacramentofjc.org/	(916) 875 4673 3701 Power Inn Rd., #3100 Sacramento 95826	Индивидуальные консультации с учетом перенесенных травм и ориентированные на интересы жертв, а также направления на групповые консультации для всех возрастов.
Sierra Mental Wellness Group https://sierramentallowellness.org	(916) 783-5207 406 Sunrise Ave., #300 Roseville 95661	Комплексные услуги по охране психического здоровья.
Youth Help Network https://starsyouth.net/about-us/	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	Помогает молодежи в возрасте 16–25 лет получить доступ к услугам в области психического здоровья, кризисной помощи, поддержки в вопросах жилья и другим ресурсам.
WEAVE https://www.weaveinc.org/get-help	(916) 920-2952 Круглосуточно 7 дней в неделю	Индивидуальное и групповое консультирование для лиц, пострадавших от домашнего насилия и сексуального насилия.
WellQor https://wellqor.com/online-therapy/	(646) 687-4646	Онлайн-терапия и консультирование. Принимает большинство видов страховок.

ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ/КЛИНИКИ

Доступная юридическая помощь	(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.
California Civil Rights Department – Discrimination Assistance https://calcivilrights.ca.gov/complaintprocess/	800-884-1684	Защищает людей от незаконной дискриминации в сфере занятости, жилья, бизнеса и государственных программ.
California Rural Legal Assistance, INC. (CRLA) - юридическая помощь https://www.crlaf.org/get-help	(916) 446-7904 2210 K Street, Ste.201 Sacramento 95816 Более подробную информацию можно найти на веб-сайте.	Бесплатно для жителей с низким доходом, независимо от иммиграционного статуса. Не оказывает помощь в уголовных делах.
Capitol Pro Bono https://capitalprobono.org/our-services/	(916) 551-2102 (888) 551-21062	Бесплатная помощь в гражданских правовых вопросах для клиентов с низким доходом, проживающих в районе Сакраменто.
Family Law – Self-Help Center William R. Ridgeway Family Relations Courthouse https://www.saccourt.ca.gov/family/self-help-center.aspx	(916) 875-3400 3341 Power Inn Road, комната 113 Sacramento 95826	Бесплатная помощь лицам, не представленным адвокатом. Предоставляется информация, помогающая заполнить и обработать формы, а также понять судебные процедуры. Не предоставляет юридических консультаций.
Юридические услуги по вопросам иммиграции – Opening Doors https://openingdoorsinc.org/programs/defending-immigrants/	(916) 492-2591 1111 Howe Ave., #125 Sacramento 95825	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 (грин-карты).
Юридические услуги по вопросам иммиграции – World Relief Sacramento https://worldrelief.org/sacramento/our-work/ils/	(916) 978-2650 2233-Watt Ave., Ste 110 Sacramento 95825	Предоставляет юридические услуги по вопросам иммиграции, оказывая поддержку и предоставляя знания, необходимые для получения легального статуса для себя и своих семей в США.

Юридическая помощь на рабочем месте https://legalaidthatwork.org/clinics/	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	Бесплатные юридические консультации и горячие линии. Предоставляется бесплатная прямая и индивидуальная помощь. Необходимо соответствовать критериям отбора клиентов.
Региональный центр семейного правосудия Сакраменто https://www.sacramentofjc.org/	916) 875-4673 (HOPE) 3701 Power Inn Road, Ste 3100 Sacramento 95821	Помощь в подаче ходатайств о вынесении ограничительных приказов в связи с насилием в семье и жестоким обращением

ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ

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

ПРОГРАММЫ ПОМОЩИ В ОПЛАТЕ КОМУНАЛЬНЫХ УСЛУГ

Программы CARE и FERA – PG&E https://www.pge.com/en/account/billing-and-assistance/financial-assistance/california-alternate-rates-for-energy-program.htm	(866) 743-2273
CRP – HEAP https://www.communityresourceproject.org/Services/Utility-Assistance	(916) 567-5200
EAPR – SMUD https://www.smud.org/Rate-Information/Low-income-and-nonprofits	(888) 742 - 7683
Программа помощи в оплате коммунальных услуг Армии спасения	(916) 678-4010, нажмите #2
Travelers Aid – Utility Assistance Program taeaa.org	916-399-9646

ШКОЛЬНЫЕ ОКРУГА

Center Unified School District	(916) 338-6400 www.centerusd.org	8408 Watt Ave. Antelope, Ca 95843
Elk Grove Unified School District	(916) 686-5085 https://www.egusd.net/	9510 Elk Grove Florin Rd. Elk Grove 95624
Elverta Joint Elementary School District	(916) 991-2244 www.ejesd.net	7900 Eloise St. Elverta, Ca 95626
Natomas Unified School District	(916) 567-5400 www.natomasunified.org	1901 Arena Blvd. Sacramento, Ca 95834
Robla School District	(916) 649-5248 www.robla.k12.ca.us	5248 Rose St. Sacramento, Ca 95838
Sacramento City Unified School District	(916) 643-7400 www.scusd.edu	5735 47 th Ave. Sacramento, Ca 95824
San Juan Unified School District	(916) 971-7700 www.sanjuan.edu	3738 Walnut Ave. Carmichael, CA 95608
Twin Rivers Unified School District	(916) 566-1600 www.trusd.net	5115 Dudley Blvd McClellan, CA 95652
Washington Unified School District	(916) 375-7600 https://www.wusd.k12.ca.us/	930 Westacre Rd. West Sacramento 95691

ДОШКОЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ И УХОД ЗА ДЕТЬМИ

BEANSTALK https://www.beanstalk.ws/ Общая информация об уходе за детьми: (916) 344-6259 Дошкольное образование	(916) 566-1820 (916) 566-1660 (916) 566-1950	- Dry Creek Elementary 1230 G St. Rio Linda 95673 - Regency Park Elementary 5901 Bridgecross Dr. Sacramento 95835 - Ridgepoint Elementary 4680 Monument Dr. Sacramento 95842
HEAD START (SETA)	(916) 563-5024 (916) 563-5390 (916) 563-5361 (916) 563-5353	- 6015 Watt Ave., #5 North Highlands 95660 - 3829 Stephen Drive North Highlands 95660 - 5665 Hillsdale Blvd., #4 Sacramento 95842 - 5249 Elkhorn Blvd. Sacramento 95842
Детские сады в TRUSD округе Утренние или вечерние программы	(916) 566-3420 (916) 566-3425 (916) 566-1850 (916) 566-2700	- Castori Elementary 1801 South Ave. Sacramento 95838 - Del Paso Elementary 590 Morey Ave. Sacramento 95838 - Kohler Elementary 4004 Bruce Way North Highlands 95660 - Las Palmas Elementary 477 Las Palmas Ave. Sacramento 95815

TRUSD Государственная детские сады Утренние или вечерние программы (916) 566-1616	(916) 566-1930	- Orchard Elementary 1040 Q St. Rio Linda 95673
	(916) 566-1960	- Sierra View Elementary 3638 Bainbridge Dr. North Highlands 95660
	(916) 566-2745	- Strauch Elementary 3141 Northstead Dr. Sacramento 95833
	(916) 566-2755	- Woodlake Elementary 700 Southgate Rd. Sacramento 95815
	(916) 566-1650	- Woodridge Elementary 5761 Brett Dr. Sacramento 95842
Детские сады на полный день в TRUSD (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	- Strauch Elementary 3141 Northstead Dr. Sacramento 95833
	(916) 566-1980	- Vineland Preschool 6450 20th St. Rio Linda 95673
	9916) 566-1650	- Woodridge Elementary 5761 Brett Dr, Sacramento 95842
TRUSD Pacific (только для младенцев/малышей)	(916) 566-2715	- Pacific High 6560 Melrose Dr. North Highlands 95660

TRUSD Head Start/Early Head Start	(916) 566-3485 (916) 566-3485 (916) 566-1970	- Morey Avenue 155 Morey Ave. Sacramento 95838 - Oakdale Elementary 3708 Myrtle Ave. North Highlands 95660 - Village Elementary 6845 Larchmont Dr. North Highlands 95660
Child Action https://wp.childaction.org/	(916) 369-0191	Бесплатная информация о детских садах и направления в детские сады, семейные детские сады и т. д.
TrustLine https://www.trustline.org	(800) 822-8490	TrustLine — это калифорнийский реестр поставщиков услуг по уходу за детьми на дому, прошедших проверку на наличие судимостей и проверку анкетных данных.

ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ

Услуги по обучению взрослых грамоте – Общественная библиотека Сакраменто https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/Adult-Literacy Услуги GED – Общественная библиотека Сакраменто https://www.saclibrary.org/Education/Adult-Education/GED-High-School Помощь в выполнении домашних заданий – Общественная библиотека Сакраменто https://www.saclibrary.org/education/students-educators/homework-help	(916) 264-2920 828 I Street Sacramento 95814 Посетите веб-сайт, чтобы подать заявку	Бесплатные индивидуальные занятия для взрослых, желающих улучшить свои навыки чтения, письма и математики. Предоставляет бесплатную подготовку к экзамену GED и репетиторство Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт
Калифорнийский учебный центр https://www.californialearningcenter.com/	(916) 486-2646 3400 Cottage Way Sacramento 95825	Для получения более подробной информации посетите веб-сайт или позвоните по телефону.
Educational Services – SF Johnson Family & Community Services https://www.sjfamilyservices.com/member-programs	916-710-4146 Подавайте заявку на вебсайте	Виртуальное репетиторство для учащихся 2–12 классов. Стоимость зависит от дохода семьи.
Free, 1-on-1, Online Tutoring – Learn To Be https://www.learntobe.org/	323-208-9997	Бесплатное онлайн-репетиторство для учащихся с К по 9 класс. Помощь в чтении и математике.
Homework Club – Life Matters, Inc. https://www.lifemattersinc.org/	916-304-3564	Предлагает детям школьного возраста бесплатную помощь в выполнении домашних заданий и школьных работ.
Paper Tutoring Services https://www.trusd.net/StudentsFamilies/Student-Services/Paper-Tutoring-Service/index.html		Онлайн-репетиторство по запросу, которое предоставляет учащимся неограниченную академическую поддержку 24/7.

Sprout Tutoring https://www.sproutvolunteertutoring.org/sprouttutoring.org	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.
Tutoring - CogniTutor – Репетиторские услуги https://cognitutor.com/get-a-tutor/	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт	Обслуживает учащихся от дошкольного до университетского возраста по сниженной цене.

ПРОГРАММЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

AgingUP – Программа наставничества для молодежи https://agingup.org/	916-265-4032	Программа наставничества, которая помогает молодым людям, которые воспитывались в приемных семьях.
4th Angel Mentoring Program – Cleveland Clinic Cancer Center -Программа наставничества – Онкологический центр https://4thangel.ccf.org/	(866) 520-3197	Бесплатное наставничество, которое обеспечивает индивидуальную поддержку тем, кто борется с раковым заболеванием или тем, кто ухаживает за больными.
Big Brothers Big Sisters https://www.bbbs-sac.org/	(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.
Hope Mentor-MISS Foundation https://www.missfoundation.org/grieving/	(602) 279-6477 Подайте заявку на сайте	Волонтерские наставники для родителей, бабушек и дедушек, братьев и сестер, потерявших близких. Бесплатные услуги.
Наставничество – Strive For College https://www.ustrive.com/	Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт.	Бесплатная онлайн-платформа наставничества, которая связывает старшеклассников с людьми, готовыми помочь им пройти процесс поступления в колледж.
Мобильное наставничество – Teach On to Lead One https://t1l1.org/mobile-mentor-registration/	770-529-7700 Для информации посетите веб-сайт.	Бесплатная поддержка и наставничество для молодежи.
Neighborhood Wellness – Pacers Take Space https://pacerstakespace.com/	(916) 282-7020	Наставничество и социально-эмоциональная поддержка для повышения вовлеченности в учебный процесс учащихся средней школы Grant, отобранных сотрудниками школы и администрацией.
Pro Youth & Families https://proyouthandfamilies.org/youth-development-programs/	(916) 576-3300 3841 N. Freeway Blvd., #210 Sacramento 95834	Предлагает широкий спектр программ прямых услуг, включая наставничество для молодежи.
Roberts Family Development Center https://robertsfdc.org/	(916) 646-6631 766 Darina Ave. Sacramento 95815	Услуги наставничества предоставляют учащимся из групп риска индивидуальную поддержку или поддержку в небольших группах.

Молодежный центр Сакраменто https://www.sacyouthcenter.org/programs	(916) 248-1081 1901 Del Paso Blvd. Sacramento 95815	Программа наставничества основана на работе в небольших группах, что делает ее доступной для молодежи.
Программа наставничества для молодежи – Tuesday’s Children https://www.tuesdayschildren.org/our-programs/youth-mentoring/	516-532-9000 Для дополнительной информации посетите веб-сайт.	Бесплатная виртуальная программа наставничества. Она объединяет заботливых взрослых с детьми в возрасте 6–18 лет, которые потеряли близкого человека, проходившего службу в вооружённых силах США после 11 сентября 2001 года.

ПОМОЩЬ В ТРУДОУСТРОЙСТВЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ

Программа трудоустройства взрослых – Asian Resources, Inc. https://asianresources.org/programs/	(916) 454-1892	Семинары по подготовке к трудоустройству, помощь в поиске работы, услуги тренера по трудоустройству и обучение на рабочем месте.
Программа трудоустройства взрослых – Greater Sacramento Urban League https://www.gsul.org/employment/	(916) 286-8600 3725 Marysville Blvd. Sacramento 95838	Развитие карьеры, профессиональное обучение, трудоустройство и навыки межличностного общения для возвращения на рынок труда.
Услуги по трудоустройству — Southside Unlimited https://southsideunlimited.com/	(916) 387-8080	Обучение профессиональным навыкам для взрослых с нарушениями развития.
Обучение на рабочем месте – Sacramento Regional Conservation Corps https://www.saccorps.org/our-services	(916) 386-8394	Программа профессиональной подготовки и образования для молодых людей в возрасте от 18 до 26 лет.
Pride Industries	(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. https://lfgcd.org/our_service/employment-programs/	(510) 533-8850	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.
SETA – Sacramento Works https://sacworks.seta.net/job-centers/	916-263-3800 посетите веб-сайт или позвоните для дополнительной информации	Предлагает различные виды помощи в трудоустройстве и обучении.
Twin Rivers Adult School https://www.tras.edu/	(916) 566-2785	Возможности для достижения личных, образовательных и профессиональных целей.
Women’s Empowerment https://womens-empowerment.org/job-readiness-empowerment/	(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 https://www.arcadecreekcpd.gov/	(916) 482-8377 4855 Hamilton St. Sacramento 95841
City of Sacramento Park & Recreation https://www.cityofsacramento.gov/ypce/parks	(916) 808-5200 915 I St. Sacramento 95814
Gibson Ranch https://regionalparks.saccounty.gov/Parks/RegionalParksDetails/Pages/GibsonRanch.aspx	(916) 875-7275 8556 Gibson Ranch Rd. Elverta 95626
North Highlands Recreation & Park District https://www.nhrpd.org/	(916) 332-7440 6040 Watt Ave. North Highlands 95660
Rio Linda/Elverta Recreation & Park District https://www.rleparks.com/	(916) 991-5929 810 Oak Ln. Rio Linda 95673

БИБЛИОТЕКИ

Библиотеки округа Сакраменто https://www.saclibrary.org/locations	916-264-2920
Arcade Library	2443 Marconi Ave. Sacramento 95821
Carmichael Library	5605 Marconi Ave. Carmichael 95608
Del Paso Heights	920 Grand Ave. Sacramento 95838
North Highlands-Antelope Library	4235 Antelope Rd. Antelope 95843
North Sacramento – Hagginwood Library	2109 Del Paso Blvd. Sacramento 95815
Rio Linda Neighborhood Library	6724 6 th St. Rio Linda 95673