



Guía de Recursos Comunitarios

Para niños y familias en el condado de Dakota



CUIDADO DE LA SALUD



SALUD DENTAL



SALUD DE LA MUJER



COMIDA



VIVIENDA



NECESIDADES ESPECIALES/
DISCAPACIDAD



APOYO A LAS FAMILIAS

Dakota County
Public Health Department
952.891.7500
www.dakotacounty.us

Enero 2026



Departamento de Salud Pública

Los servicios enlistados en la página 2 son para quienes residen en el condado de Dakota.

Visite www.dakotacounty.us para más información.

Información General **952.891.7500**

Número de Fax: 651.554.6130

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

Programa del Asma

Para niños (recién nacidos hasta los 17 años) diagnosticados con asma. El personal del condado visita y ofrece apoyo a la familia para encontrar formas de reducir los síntomas de asma del niño, hablar sobre recursos comunitarios y disminuir la exposición a lo que pueda provocar el asma en casa.

Child and Teen Checkups (C&TC)

El personal del Programa de Chequeos para Niños y Adolescentes puede ayudarle a buscar doctor, dentista, agendar citas transporte para citas médicas, e intérprete médico. Este programa es para familias con niños menores de 21 años de edad, y que tengan Asistencia Médica.

Visitas Domiciliarias

El personal de Visitas Domiciliarias del condado de Dakota apoya a las familias durante el embarazo y después del parto. El personal puede proporcionar información sobre control de crecimiento y desarrollo para infantes y niños, y recursos para niños con necesidades especiales/discapacidad. Para más informes, llame o complete el formulario en línea en www.dakotacounty.us (búsqueda "visitas domiciliarias").

Mamás y Bebés

Programa de reducción de estrés para personas embarazadas o familias criando niños de hasta un año de edad. Los padres obtendrán habilidades para manejar el estrés y promover el bienestar emocional.

Programa Follow Along

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

Pruebas de Radón

Haga una prueba para saber si tiene radón en su casa. Equipo disponible en Apple Valley o West St. Paul, llame 952.891.7500 para confirmar la disponibilidad de existencias.

Pruebas y tratamiento para la Tuberculosis

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

Programa de Nutrición WIC **952.891.7525**

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

Vacunas para niños y adultos **952.891.7999**

Hay vacunas disponibles. Llame para más información o para agendar una cita.

Servicios del Condado de Dakota

Información General 651.437.3191

Empleo y Asistencia Económica 651.554.5611

Horario: 8:00 a.m. – 4:30 p.m.

- Dinero en efectivo y ayuda de emergencia
- Ayuda alimentaria
- Ayuda para la guardería
- Manutención infantil
- Asistencia médica

Servicios Sociales 651.554.6000

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

Servicios Comunitarios 651.554.6336

- Servicios para las personas mayores y con discapacidad
- Trastorno del Espectro del Autismo
- Discapacidad del desarrollo
- Servicios para Auxiliar de Cuidado Personal Domiciliario

Bibliotecas del Condado de Dakota 651.450.2900

Parques del Condado de Dakota 952.891.7000

Servicios para los Veteranos 651.554.5601

Servicios de Crisis

Intervención en Casos de Crisis del Condado de Dakota 952.891.7171

del Condado de Dakota

www.dakotacounty.us (búsqueda "Mental Health") Servicio al Cliente y referidos/remisión las 24 horas en crisis de salud mental

Dakota County Housing Resource Line 651.554.5751

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

Albergue de emergencia, ayuda en prevención de desalojo e información sobre recursos de vivienda y referidos/remisión

Esperanza United 651.772.1611

<https://esperanzaunited.org/es/>

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

Isuroon Línea de Crisis 1.833.437.3463

www.isuroon.org

Provee apoyo las 24/7

988 Línea de Crisis y Suicidio: Llame ó mande texto al 988

<https://988lifeline.org/>

Provee apoyo las 24/7, confidencial y gratuito para personas afligidas y recursos sobre prevención y crisis.

Lewis House - Casa Lewis

- Eagan **651.452.7288**

- Línea de ayuda en caso de agresión sexual **651.405.1500**

www.360communities.org (Seleccione español en la parte baja a su izquierda) Disponible las 24 horas del día ayudando con vivienda y protección a víctimas de violencia doméstica y sexual y sus hijos.



Líneas de Ayuda

United Way 2-1-1 (marque 211) 651.291.0211
<https://211unitedway.org/about-211/spanish/>

Disability Hub MN 1.866.333.2466
www.disabilityhubmn.org

MinnesotaHelp.Info
<https://mn.gov/adresources> (Base de datos para recursos; Página solo disponible en inglés)

Community Resource Connect Buscador-de-ayuda, enlace de Fairview. Seleccione español abajo a su derecha.
<https://communityresourceconnect.org>

Agencias Multi-Servicios

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

360 Communities 952.985.5300
www.360communities.org (Seleccione español abajo a su izquierda.)

CAP Agency 651.322.3500
www.capagency.org (Seleccione español arriba a su derecha.)

Hastings Family Service 651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org

Ofrece alimentos gratis para todos independiente del condado de residencia. Recursos adicionales disponibles para personas que residen en Hastings y dentro del distrito escolar independiente 200.

Isuroon Family Center 952.595.5731
www.isuroon.org
Provee apoyo las 24/7 1.833.437.3463

Mission Outpost 952.898.9311
<https://popmn.org/mission/mission-outpost/>
Ubicado en Prince of Peace Lutheran Church (El Príncipe de Paz, Iglesia Luterana), Burnsville

Neighbors Inc. 651.455.5000
www.neighborsmn.org

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

Salvation Army 651.746.3400
<https://centralusa.salvationarmy.org/northern/>

Uso de sustancias (Salud química)

MN Fast Tracker
<https://fasttrackermn.org> (Página disponible solo en inglés.)
Una herramienta de búsqueda dinámica que da acceso a información actualizada y disponibilidad de servicios en salud conductual

Creceer Services 651.288.2824
www.creceservices.org
Provee servicios en inglés y en español en consejería, prevención y tratamiento por uso recurrente de sustancias

Dakota County Chemical Health 651.554.6424
www.dakotacounty.us (búsqueda "Chemical Health")
El condado puede ayudar con una evaluación y tratamiento de salud química

Dakota County Treatment Finder Map
Buscador de mapas para centros de tratamientos en el condado de Dakota
www.dakotacounty.us (búsqueda "Treatment Finder")
Página solo disponible en inglés.
Encuentre especialistas en tratamiento de uso de sustancias, naloxona gratis y otros recursos.

Naloxone (NARCAN®) Finder for Minnesota
knowthedangers.com/naloxone-finder/
Página disponible solo en inglés.

Ayuda a encontrar farmacias o programas de servicio de jeringas (SSP) cerca de usted que ofrecen naloxona

South Metro Community Services 952.955.9399
<https://smcsmn.org>
Conecta a las personas con trastorno de uso de sustancias a recursos vitales adaptados a la necesidad única de cada persona

Substance Abuse and Mental Health (SAMHSA)
www.samhsa.gov
Si piensa que Usted o alguien que conoce tiene una adicción a los opioides: Llame a su Doctor de cabecera - Llame a la línea nacional de ayuda de la Administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) al 1-800-662-4357 O visite www.samhsa.gov



Para cambiar la página de internet al español, use el icono de traducción disponible arriba en la barra de la dirección de la página o haga clic en el lado derecho de la página y seleccione: "Translate to Spanish" (Traducir al español)



Niños con Necesidades Especiales/Discapacidad

Información y recursos sobre el Trastorno del Espectro del Autismo 651.554.6336

www.dakotacounty.us (búsque "Autism")
<https://mn.gov/autism> (Portal de Recursos de Autismo MN)

Family Voices of MN 612.440.1609

<https://familyvoicesofminnesota.org/es/>

Gratis: Red de apoyo de padre a padre

Fraser Center 612.767.7222

<https://es.fraser.org/>

Servicios para autismo, salud mental, y rehabilitación

Living Well with ADHD

www.centerforlivingwellwithadhd.org

(Viviendo Bien con *TDAH) Habilidades de orientación individual y en grupo, talleres y cursos en línea.

*TDAH – Trastorno por Déficit de la Atención e Hiperactividad)

Living Well Disability Services 651.688.8808

www.livingwell.org

(Servicios por Discapacidad Viviendo Bien) Servicios domiciliarios y personalizados para personas con discapacidades intelectuales, de desarrollo y físicas.

Minnesota Hands and Voices 651.642.5990

www.mnhandsandvoices.org/

Seleccione español arriba a su derecha.

Comunidad de familias con hijos con sordera y con dificultad para escuchar

National Alliance on Mental Illness of Minnesota 651.645.2948

(NAMI Minnesota)

<https://namimn.org/support/en-espanol-apoyo/>

NAMI, la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales, es la organización de salud mental de base más grande del país dedicada a construir mejores vidas para los millones de personas afectadas por enfermedades mentales. Grupos de apoyo para familias y personas con enfermedades mentales. Gratis, no se requiere inscripción o compromiso para reunirse.

PACER Center 952.838.9000

www.pacer.org

Apoyo y consejería para niños con discapacidades y para sus familias.

The ARC Greater Twin Cities 952.920.0855

www.arcminnesota.org

Apoyo para padres para expandir oportunidades y mejorar la calidad de vida

Ropa

Hastings Family Service 651.437.7134

www.hastingsfamilyservice.org

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

Mission Outpost 952.898.9311

www.popmn.org/mission/mission-outpost

Ubicado en Prince of Peace Lutheran Church (El Príncipe de Paz, Iglesia Luterana), Burnsville

Neighbors Inc. 651.455.5000

www.neighborsmn.org

Servicios Culturales

Estas agencias pueden ayudarle con comida, apoyo a las familias, empleo, educación, salud y bienestar, salud conductual, y ayuda en general que le dará el poder de tomar decisiones para vivir mejor.

Centro Tyrone Guzman (Latino) 612.874.1412

www.centromn.org

CLUES (Latino)

<https://clues.org/es/>

- **St. Paul** 651.379.4200

- **Servicios para Envejecer Bien** 612.299.2310

ECHO

www.tpt.org/echo-minnesota/

Videos en YouTube en varios idiomas sobre salud de emergencia y seguridad

Indian Health Board 612.721.9800

www.indianhealthboard.com

Isuroon Family Center 952.595.5731

www.isuroon.org

Latino Economic Development Center 612.724.5332

www.ledcmn.org/es/

Neighborhood House 651.789.2500

www.neighborhoodhousemn.org

Progressive Individual Resources, Inc. 612.749.3309

www.pirimn.org

Restoration for All (Inmigrantes Africanos) 651.493.6646

www.restoreall.org

Zacah 651.456.8891

www.zacah.org/contact-us (Vea el formulario para aplicar)

Organización Islámica para apoyar a Mulmanes y seguidores de otras fes

EMBAJADAS Y CONSULADOS LOCALES

(Norte y Sur America)

Consulate of Canada: 1.844.880.6519

www.canada.ca/Canada-In-Minneapolis

Consulate of Ecuador: 612.721.6468

<https://www.facebook.com/CECUMinneapolis>

Consulate of Mexico: 651.771.5494

<https://consulmex.sre.gob.mx/saintpaul/>



Servicios Dentales

Empastes dentales, extracciones, otros servicios

¿Tiene asistencia médica? Contacte a su plan de salud para preguntar sobre su plan dental.

Children's Dental Services 612.746.1530

www.childrensdentalservices.org

Servicios para gente de cualquier edad (edad infante a adulto) y para mujeres embarazadas sin importar ingreso. Se acepta seguro médico privado, seguro médico del estado y hay descuento para familias quienes no califican para ayuda médica. Personal bilingüe y/o servicios de interpretación disponibles.

Community University Health Care 612.301.3433

www.cuhcc.umn.edu

(Seleccione español arriba a su izquierda; busque Dental Care) Las tarifas varían dependiendo del tamaño de la familia e ingreso

Indian Health Board 612.721.9800

www.indianhealthboard.com

Minnesota Community Care 651.602.7500

www.mncare.org

Seleccione español arriba a su izquierda.

Dos ubicaciones (La Clínica del West Side y en el East Side)

Minnesota Dental Association 612.767.8400

www.mndental.org (busque "Find-a-Dentist" para encontrar un dentista por área) Llame para más informes.

Minnesota Oral Health Directory

www.findadentistmn.org

Seleccione español en medio de la página.

Buscador de clínica odontológica para quienes no tienen seguro médico

Prince of Peace Dental Clinic 952.898.9318

www.popmn.org/gethelp/dental/

Southern Heights Dental Group 507.334.6433

www.southernheightsdental.com

True North Community Dental Clinic 952.403.5149

www.truenorthcdc.com

University of MN Dental Clinics 612.625.2495

www.dentalclinics.umn.edu

Traducir página apretando el lado derecho del ratón y seleccionar Translate

Limpieza dental y rayos X

Century College 651.444.3080

Normandale Community College 952.358.8608

Dental Hygiene Clinic

Educación

Head Start

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

www.capagency.org

Seleccione español arriba a su derecha.

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

Early Childhood Family Education (ECFE) Programa Familiar de la Educación Temprana

Help Me Grow 1.866.693.4769

www.helpmegrowmn.org

Seleccione español arriba en la página.

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

Escuelas Públicas de South St. Paul 651.457.9418

Distrito 6

www.tridistrictce.org

Traducir página apretando el lado derecho del ratón y seleccionar Translate

Burnsville/Eagan/Savage 952.707.4117

Distrito Escolar 191

<https://communityed.isd191.org>

Distrito Escolar 192 Farmington 651.460.3200

<https://www.farmingtonce.com/>

Traducir página apretando el lado derecho del ratón y seleccionar "Translate to Spanish"

Distrito Escolar 194 Lakeville 952.232.2150

www.isd194.org

Distrito Escolar 196 952.388.1953

Rosemount/Eagan/Apple Valley

www.district196.org/academics/early-childhood

Traducción de página: seleccione "Languages" arriba a su derecha

Distrito Escolar 197 West St. Paul 651.403.8390

www.tridistrictce.org

Traducir página apretando el lado derecho del ratón y seleccionar "Translate to Spanish"

Aprendizaje a Temprana Edad y Centro de Recursos para la Familia

Distrito Escolar 199 Inver Grove Heights 651.306.7503

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

Seleccione español abajo a su derecha

Distrito Escolar 200 Hastings 651.480.7678

www.hastingscommunityed.com

Traducción de página: seleccione "Translate" arriba a su derecha



Educación (continuación)

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

SSD 6 South St. Paul Public School	651.306.3641
ISD 191 Burnsville/Eagan/Savage	952.707.4105
ISD 192 Farmington	651.460.3200
ISD 194 Lakeville	952.232.3000
ISD 196 Rosemount/Eagan/Apple Valley	651.423.7899
ISD 197 West St. Paul	651.403.8363
ISD 199 Inver Grove Heights	651.306.7503
ISD 200 Hastings School District	651.480.7670

Educación para Adultos y Aprendizaje del idioma inglés

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

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

Ayuda Financiera

Empleo y Asistencia Económica	651.554.5611
www.dakotacounty.us (búsqueda "Cash Assistance")	

Ayuda financiera, asistencia de emergencia, ayuda para comida, ayuda para el cuidado prenatal, ayuda para la guardería y programas de ayuda para los refugiados.

Angel Foundation	612.627.9000
www.mnangel.org	

Traducción de página disponible en la parte superior a la derecha, en "Translate". Busque "Spanish".
Para pacientes con cáncer

Asistencia para los Recibos de Energía (CAP Agency)	651.322.3500
Ayuda financiera para poder pagar los recibos de luz y gas (de Octubre a Mayo)	

Hastings Family Service	651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org	

Servicio Social Luterano de Asesoría Asesoría Financiera	1.888.577.2227
www.lssmn.org/debt	

Administración del Seguro Social	1.800.772.1213
www.ssa.gov	

Zacah	651.456.8891
www.zacah.org	

Para mantenerse en forma

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

Comida

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

Bancos de Alimentos Gratis y Comidas Comunitarias Para una lista más amplia:

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

360 Communities	952.985.5300
www.360communities.org	

Fare for All Program	763.450.3860
www.fareforall.org (Para comprar mandado por menos)	

Farmers Market

www.minnesotagrown.com

Algunos mercados agrícolas aceptan EBT y WIC

Hastings Family Service	651.437.7134
www.hastingsfamilyservice.org	

Meals on Wheels	612.623.3363
www.meals-on-wheels.com	

Minnesota Food Helpline Hunger Solutions MN	1.888.711.1151 651.486.9860
www.hungersolutions.org (Llámenos para ayudarlo a encontrar un banco de alimentos gratis en su área)	

Mission Outpost	952.898.9311
www.popmn.org	

Ubicado en Prince of Peace Lutheran Church (El Príncipe de Paz, Iglesia Luterana), Burnsville

Neighbors, Inc.	651.455.5000
www.neighborsmn.org	

Ruby's Pantry	651.674.0009
www.rubyspantry.org	

The Open Door Pantry	651.686.0787
www.theopendoorpantry.org	

WIC Dakota County	952.891.7525
www.dakotacounty.us (búsqueda "WIC")	



Cuidado de la salud

Clínicas de Bajo Costo

Crown Medical Center 612.871.4354

www.crownmedicalsupportservice.com

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

Diamondhead Community Clinic 952.707.4171

www.isd191.org/community/diamondhead-clinic

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

Face to Face 651.772.5555

www.face2face.org

Para edades de 11 a 24 años: Servicios médicos y de salud mental

Clínicas de Salud federalmente calificadas (FQHC, por sus siglas en inglés)

<https://www.fuhn.org/member-clinics>

Servicios médicos, odontológicos, y de salud mental/abuso de sustancias para todas las edades y etnias, independientemente de capacidad de pago.

Minnesota Community Care 651.602.7500

www.mncare.org

Varias ubicaciones (La Clínica del West Side, en el East Side). Ofrecen una variedad de servicios médicos para todas las edades.

Minnesota Family Planning and STD 1.800.783.2287

(Enfermedades de Transmisión Sexual) www.sexualhealthmn.org

NorthPoint Health & Wellness Center 612.543.2500

www.northpointhealth.org

Ubicado en Minneapolis, ofrece un programa de descuento con escala de pago (basado en ingreso)

Clínica de Vacunas de Salud Pública 952.891.7999

www.dakotacounty.us (búsqueda "vaccine")

St. Mary's Clinic 651.287.7777

www.stmaryshealthclinics.org

Servicios para aquellos sin acceso a seguro médico adecuado, incluyendo un deducible alto.

Seguro Médico

MNsure 1.855.366.7873

Lunes - Viernes 8:00 a.m - 4:00 p.m.

651.539.2099

<https://www.mnsure.org/spanish/index.jsp>

www.mnsure.org/help/find-assister/find-assister.jsp

Dakota County Employment and Economic Assistance 651.554.5611

www.dakotacounty.us (búsqueda "Medical Assistance")

Para seguro médico por medio del Condado de Dakota

Consumer Support Line 651.297.3862

<https://mn.gov/dhs/es/>

Asistencia Médica (Medical Assistance) y Minnesota Care

Portico Healthnet 651.489.2273

www.porticohealthnet.org

1.866.489.4899 / Intérpretes disponibles / Ayuda para los que necesitan seguro médico y ayuda con la solicitud

Cuidado de la salud

Medicamentos Recetados

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

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

Patient Assistance Program Center 888.796.1234

<https://rxoutreach.org/espanol/>

Compra de medicamento a bajo costo para individuos que califican

Minnesota Insulin Safety Net Program

<https://www.mninsulin.org/es/index.jsp>

Visión

Comuníquese con su seguro médico para saber si los servicios ópticos están cubiertos.

Minnesota Vision Project: Llame al United Way al 211 para eventos y solicitud para anteojos o lentes de contacto gratis

Vision Loss Resources 612.871.2222

www.visionlossresources.org/

Otros Recursos

Clínicas de análisis para las Enfermedades de Transmisión Sexual

- www.dakotacounty.us (búsqueda "STD testing")

- www.health.state.mn.us (búsqueda "Guide to health care resources")

WOMEN, INFANTS & CHILDREN (WIC) PROGRAM

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

WIC le ofrece:

- Información nutricional
- Apoyo a la lactancia
- Alimentos saludables
- Información sobre programas de salud y comunitarios

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

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



Escanee el código de barra para aplicar por línea



Salud de la Mujer

Apoyo para la lactancia

Dakota County Public Health

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

Baby Café Hastings en TLC of Hastings 651.437.4200

www.babycafeusa.org/ (búsqueda "Hastings")
Total Life Care/Centro de recursos en el embarazo

Localizador de La Leche League

www.llusa.org/locator/

Health Partners & Park Nicollet Lactation 612.333.2229

www.healthpartners.com (búsqueda "lactation")

Regions Lactation Support Center 651.254.2380

www.regionshospital.com (búsqueda "Lactation")
Compañeros en la clase de lactancia

The Mother Baby Center and Children's Hospital St. Paul 651.241.6250

<https://www.themotherbabycenter.org/es/>

Otros recursos:

- Encuentre una lista de recursos de lactancia en:
www.dakotacounty.us (búsqueda "Lactation")

Embarazo y Salud de la Mujer

Guiding Star Wakota 651.457.1195

www.guidingstarwakota.org

Planned Parenthood 651.698.2406

www.mypregnancychoices.com

Pregnancy and Postpartum Support MN Hotline (línea directa) 1.800.944.4773

www.ppsupportmn.org

Pregnancy Choices 952.234.9850

<https://mypregnancychoices.com/es/>

SAGE-Breast & Cervical Cancer Testing 1.888.643.2584

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

Vivienda

Línea de Recursos de Vivienda del Condado de Dakota 651.554.5751

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

C.O.R.E Drop In Center 612.205.7944

www.thelinkmn.org

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

Albergues

Aspen House 651.447.4090

www.nexusfamilyhealing.org/aspen-house

Para adolescentes de 11 a 18 años que necesitan temporalmente un lugar seguro para vivir

Dakota Woodlands (para familias) 651.456.9110

www.dakotawoodlands.org

General

Dakota County Community Development Agency 651.675.4400

www.dakotacda.org

Vivienda a precios accesibles

Localizador de vivienda a precios accesibles

www.housinglink.org

Asuntos de Salud Ambiental 952.891.7500

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

Habitat for Humanity 651.207.1700

Homeowner & Foreclosure Prevention Program

www.tchabitat.org

Programa para obtener casa y Prevención del Juicio Hipotecario

Smoke-Free Housing Directory 651.646.3005

www.mnsmokefreehousing.org

Aptitudes para el Trabajo

MN Workforce Centers

<https://mn.gov/deed/job-seekers>

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

- West St. Paul WorkForce Center 651.554.5955

- Burnsville WorkForce Center 952.703.3100

- Shakopee WorkForce Center 952.496.8310

MinnesotaWorks.net

www.minnesotaworks.net

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



Ayuda Legal

Dakota Cty Family Court Self-Help Center 651.438.8080

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

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

Centro Legal de MN para el Inmigrante 1.800.223.1368

www.ilcm.org

Ayuda legal para inmigrantes y refugiados

LawHelpMN

www.lawhelpmn.org

Asistencia Legal del Condado de Dakota 952.431.3200

www.dakotalegal.org

Southern MN Regional Legal Services 651.222.5863

Hotline (línea directa) 1.877.696.6529

www.smrls.org

Ayuda legal gratis para personas de bajos ingresos

Tubman Chrysalis Center

612.870.2400

www.tubman.org



VACUNAS PARA NIÑOS Y ADULTOS

Vacunas a bajo costo para niños y adultos quienes:

- No tienen seguro médico
- Tienen un seguro médico que no cubre vacunas

Y gratis para niños quienes:

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

Si tiene seguro médico y tiene un copago o un deducible, no calificará para vacunas de este programa. Los niños menores de 18 años DEBEN de venir acompañados de alguno de los padres o del tutor y traer la forma adecuada de consentimiento por escrito. Los adultos que necesiten vacunas deben de ser residentes del Condado de Dakota.

Citas disponibles en Apple Valley, llame al 952-891-7999.

Para obtener más información, visite www.DakotaCounty.us (búsqueda "vaccine").



Salud Mental y Salud Conductual

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

Dakota County

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

- **Adult Mental Health 651.554.6424**
- **Children's Mental Health 952.891.7459**
- **Crisis Response 24-hour 952.891.7171**

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

También pueden facilitarle:

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

- Crisis and Recovery Center 952.891.7171

Centro ambulatorio (sin cita). Horario de lunes a viernes de 2pm a 10pm. Favor de comunicarse al 952-891-7171 para determinar una ubicación, que mejor cubra sus necesidades para una evaluación.

988 Línea de Crisis y Suicidio: Llame ó mande texto al 988

<https://988lifeline.org/es/inicio/>

Provee apoyo las 24/7, confidencial y gratuito para personas afligidas y recursos sobre prevención y crisis.

Línea de Crisis por Texto: Mande texto "MN" al 741741

El servicio de emergencia las 24/7 es para Usted ó alguien que Usted conoce quien pueda estar teniendo una crisis mental or psiquiátrica.

Recursos de salud mental

Encuentre más recursos en www.dakotacounty.us (búsqueda mental health)

CredibleMind

<https://dakotacounty.crediblemind.com>

La aplicación CredibleMind contiene información de salud mental, incluyendo videos, potcasts, artículos y más. Acceso gratuito para los que residen en el condado de Dakota. Disponible solo en inglés.

Fast-Tracker MN 651.426.6347

<https://fasttrackermn.org>

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

Isuroon Behavioral Health Services 952.595.5731

www.isuroon.org

Mental Health Association of Minnesota 651.493.6634

www.mentalhealthmn.org

National Alliance on Mental 651.645.2948

Illness of Minnesota (NAMI Minnesota)

www.namimn.org



Apoyo para los Padres

Programa del Condado de Dakota de Promoción de Apoyo para padres 952.891.7459

www.dakotacounty.us (búsqueda "parent support")

Un programa para los padres de niños menores de 10 años, quienes necesitan apoyo con cuestiones de crianza.

Licencias de Guarderías del Condado de Dakota 952.891.7400

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

Dakota County Public Health 952.891.7500

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

El Programa de Visitas Domiciliarias Familiar apoya a mujeres embarazadas y a familias con niños pequeños. Ofrece información útil y apoyo para desarrollar nuevas habilidades como padres.

Help Me Connect (Ayúdame a conectar)

<https://helpmeconnect.web.health.state.mn.us/HelpMeConnect/>

Es un navegador de servicios que conecta a las familias embarazadas, las familias con niños pequeños (desde el nacimiento hasta los 8 años) y las personas que trabajan con familias

Kids-n-Kinship 952.892.6368

www.kidsnkinship.org

Parent Aware 1.888.291.9811

www.parentaware.org

Base de datos de guarderías y programas de educación temprana

Together for Good 651.440.4058

www.tfgood.org

Child and Teen Checkups

Los Chequeos para Niños y Adolescentes:

- Es para niños hasta la edad de 20 años
- Y quienes están bajo la Asistencia Médica

Encuentre Doctor y Dentista que consulte regularmente para que conozca bien a sus hijos.

- Agende una cita para un chequeo anual
- Aprenda más sobre el desarrollo y la salud de sus hijos
- Llame a la compañía del seguro médico para encontrar un Doctor, Dentista, Interprete o transporte a las citas médicas y para obtener incentivos! El número telefónico está en la parte de atrás de su tarjeta de seguro médico.

¡PARA SABER MÁS!

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

www.dakotacounty.us (búsqueda "child and teen checkups")

Transporte

Si tiene MinnesotaCare ó Asistencia Médica llame a su plan de seguro médico para transporte para citas médicas.

DARTS 651.455.1560

<https://dartsconnects.org>

Proporciona servicios de transporte para adultos mayores.

Tarifas económicas disponibles según sus posibilidades.

LOOP Sistema de Autobuses: Un sistema de autobuses económico que hace viajes en círculo para ayudar a los adultos mayores a que vayan de compras y a que se mantengan activos en la comunidad.

Actualmente en Hastings, W. St. Paul, Lakeville y South St. Paul.

Con accesibilidad para silla de ruedas y carrito eléctrico.

GAPP Services, Inc. 952.953.9299

Transporte con choferes voluntarios para residentes del condado.

Deben llamar para programar su cita al menos una semana antes.

GoDakota 651.554.6956

www.dakotacounty.us

Ayuda a encontrar opciones de transporte público y privado y Servicios como Metro Transit, Minnesota Valley Transit Authority, y DARTS. Entrenamiento gratis para uso de esta opciones.

Just Friends Program 651.437.7134

www.hastingsfamilyservice.org

Servicio a personas en el área de Hastings y en el distrito escolar 200

Metro Mobility 651.602.1111

www.metrotransit.org/metro-mobility TTY 651.221.9886

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

Metro Transit 612.373.3333

<https://www.metrotransit.org/spanish>

El Programa de Asistencia de Tránsito (TAP) www.metrotransit.org/TAP

Ayuda a hacer más económico el transporte público (\$1 por viaje), para residentes de bajos ingresos que cumplan con los requisitos de ingresos.

Transit Link: www.metrotransit.org/transit-link

Minnesota Valley Transit Authority 952.882.7500

www.mvta.com

The Lift Garage 612.866.5840

www.theliftgarage.org

Agencia sin fines de lucro que podría ofrecer inspección y reparación vehículos a bajo costo.

Wheels for Women 612.378.0177

www.newgateschool.org/our-programs/wheels-for-women

Ofrece vehículos para madres solteras en las ciudades gemelas. Se necesita aplicar en línea.

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

