

# Lista de Recursos para las familias de ISLA

Este es un sitio de muchos de los recursos que encontré.

<http://thecef.force.com/>

# Recursos de Salud

## **Durham County Department of Public Health Nutrition Clinic**

<http://dcopublichealth.org/services/nutrition/nutrition-clinic-3671>

**919-560-7791**

**414 E. Main St., lobby 23, Durham, NC, 27701**

**Piso #2**

-hace planes de nutrición

-horas: Lunes - 8:30am- 5:00pm, Martes 8:30 am-7:00 pm, Jueves 8:30 am-7:00 pm, Viernes 8:30 am-5:00 pm

-se hablan español

-aceptan Medicaid and Medicare, Blue Cross Blue Shield, Duke Select, otros planes de seguro

-servicios de STD/HIV Testing, Salud de los niños, educación de salud, enfermedades comunicables

-para un sitio : <https://durhamnc.seamlessdocs.com/f/264d8tcjwlc>

## **Carrboro Community Health Center**

<https://www.piedmonthealth.org/locations/carrboro-community-health-center/>

**919-942-8741**

-horas- Lunes 8am- 8pm, Martes 9am-5pm, Jueves 8am-8PM, Viernes 8am- 5pm, Sabado 8am-1pm

-301 Lloyd St. Carrboro, NC 27510

- Servicios médicos, dentales, de farmacia, y más
- también ofrece un clase de diabetes (en inglés y español)

### **Health Equipment Loan Program (HELP)**

<http://www.projectaccessdurham.org/HELP/>

**919-470-7281**

2050 Chapel Hill Rd., Durham, NC 27707

- reciclan equipo de médicos, arreglan el equipo, y luego personas pueden pedir prestado GRATIS
- Martes 11am-3pm y Viernes 2pm-6pm para recibir donaciones o donar
- Requisitos: prueba de residencia en Durham (este puede ser licencia de conducir, tarjeta de votando o fotoidentificación, cuenta de medicina, contrato de rentar o residencia, registraci3n de coches, o n3mina con nombre y direcci3n del prestatario)

### **GoodRx**

**888-799-2553**

<http://www.goodrx.com/discount-card>

- tarjeta del descuento que funciona en la mayoridat de farmacias para prescripciones. Tambi3n hay un herramienta para buscar cupones

## **Get Covered Carolina through the SHAC (Student Health Action Coalition)**

**-919-590-9266**

-Horas: sabado 11am- 5pm

-provee asistencia para miembros de comunidad, dar información sobre cómo tener segura de salud, sesiones de consejería uno a uno

[-shacgetcovered@gmail.com](mailto:-shacgetcovered@gmail.com)

[-https://www.med.unc.edu/shac/services/programs/get-covered-carolinas/](https://www.med.unc.edu/shac/services/programs/get-covered-carolinas/)

## **El Futuro**

<https://www.med.unc.edu/shac/services/programs/get-covered-carolinas/>

2 clinics: Durham and Siler City

Horas: Durham ubicación: 9am-12pm cada lunes hasta jueves

Siler City ubicación: lunes, martes, jueves 1 11am-12pm

Hay un clinic si recibes un boleto de DWI también

-la primera visita necesita ocurrir durante los walk in hours, después de primera visita, puedes tener visitas que corresponden mejor con tu horario

-si tienes tarjeta de insurance, traela pero **si no tienes insurance de salud, todavía puedes recibir tratamiento**

Padres Efectivos programa

## **UNC Charity Care**

<https://www.uncmedicalcenter.org/uncmc/patients-visitors/billing/financial-assistance-programs/>

919-966-3425

1101 Weaver Dairy Rd, Suite 200, Chapel Hill, NC, 27514

-Este programa ofrece compensación financiera para personas que no tienen el seguro de salud y también no pueden pagar. Necesitas aplicar

-Necesitas pagar un co-pay, pero UNC paga todo el resto

-Elegibilidad: bajo 250% de Federal Poverty Line (necesitas documentación de ingresos) , residencia de NC (prueba de residencia), ciudadano de US

## **SHAC Mental Health:**

Gratis servicios de salud mental cada noche de miércoles

-usualmente solo son 4 a 8 reuniones, es como un paso primero para trabajar en su salud mental

[shac\\_wellness@med.unc.edu](mailto:shac_wellness@med.unc.edu) o llama SHAC (984) 538-1031

Entre las 6 y las 9 p. m., puede ir a citas entre 30 y 60 minutos.

## **Carolina Community Mental Health:**

Wake Condado

Servicios incluyen terapia de grupo, de familia, y individualmente. Hay evaluaciones psiquiátricas, clínicas, y gerencia de medicinas.

4020 Capital Blvd Raleigh, NC 27604

Contacto: 919-875-3211

### **Open Door Clinic of Alamance County**

-muchos “workshops”

-necesita tener 18 años, y tener ingresos 150% bajo la línea de pobreza federal, residencia de Alamance County

-necesitas foto-identificación y verificación de residencia en Alamance County, prueba de ingresos, impuestos

Horario:

**Medicina:** martes: 4:15 pm-8:00 pm, miércoles 9:00 am- 12:00 pm, jueves 4:15pm- 8:00pm

**Ojos:** miércoles 9:00 am- 12:00 pm, jueves 1:00 pm- 5:00 pm

**Ortopédico:** miércoles 9:00 am- 12:00 pm (solo evaluaciones, si es necesario hay referencias)

**Endocrinología:** el tercero martes de cada mes: 4:15 pm - 8:00 pm

**Urología:** el segundo miércoles de cada mes: 9:00 am- 12:00 pm

**No hay servicios de Obstetricia ni enfermedad hepática**

<https://opendoorclinic.net/>

### **Freedom House Recovery Center**

Contacto: 919-942-2803

administrator@fhrecovery.org

-Servicios de outpatient: crisis, terapia de grupo, individual, abuso, y más

-Orange, Durham, Person, Warren, Franklin, Granville, Vance, Chatham, Caswell

-Servicios de Pro Bono: gratis, short-term terapia para personas que son underinsured o uninsured en Durham, Orange, Chatham y Peron county

-8 sesiones gratis

-También hay servicios para los niños

Contacto de clinica para los ninos: 919-442-1844

### **Arts and Peer Support Group**

-919-381-6068

[-info@ncati.org](mailto:info@ncati.org)

-200 N. Greensboro St., Suite D-6, Carrboro, NC 27510

-arte para recuperación mental

### **Healing with CAARE Inc.**

-919-683-5300

[-https://www.caareinc.org/contact](https://www.caareinc.org/contact)

Recursos de medicina:

Grupo de apoyo para diabetes: miercoles 1 PM-2:30 PM

Hypertension: lunes a viernes, 9 AM-5 PM

HIV Testing: 9 AM - 4PM

## **Amigas en Salud**

[-amigasensalud@gmail.com](mailto:-amigasensalud@gmail.com)

[-http://amigasensalud.org/](http://amigasensalud.org/)

-Clases de zumba GRATIS dos veces por semana

Dirección=

Seymour Center

2551 Homestead Rd

Chapel Hill, NC 27516

## **Hare Krishna Meal: Food for Life**

-ofrece comida vegetariana GRATIS cada jueves en el campus de UNC en el "Pit"

-jueves 5:30pm - 7:30pm

[-jguru108@gmail.com](mailto:-jguru108@gmail.com)

[-http://newgoloka.com/programs/food-for-life/](http://newgoloka.com/programs/food-for-life/)

-el horario cambia, puede encontrar el horario en este sitio

## **Walmart \$4 List**

[https://www.walmart.com/cp/\\$4-prescriptions/1078664](https://www.walmart.com/cp/$4-prescriptions/1078664)

\$4 para suministro por 30 días y \$10 por 90 días

## **NC Med Assist**

<https://medassist.org/free-pharmacy-program/>

Requisitos: residencia de North Carolina, bajo de 200% de línea de pobreza, no se clasifica para Medicaid, Veterans Administración, ni seguro médico privado

# **Recursos de Comunidad y Trabajo**

## **Compass Center for Women and Families**

[stability@compassctr.org](mailto:stability@compassctr.org)

919-968-4610 (Horas de Negocios)

919-929-7122 (Servicios de violencia domestica)

210 Henderson Street, Chapel Hill, NC 27514

Orange County

Horas: Mon-Fri 9am-4pm, Thur-9am-7pm, emergencia 24/7

Violencia domestica: servicios incluyen planes de seguridad, apoyo emocional, terapia de crisis, refugio de emergencia, apoyo legal, grupos de apoyo, educacion para la comunidad

-Esta organización tiene workshop de ley para familias, workshop de ayuda para carreras, ayuda de resumes, etc.

## **UNC Clase de Defensa Personal**

<https://police.unc.edu/about/programs/rad-self-defense-class/>

Número: 919-966-3230

Personas de Contacto: Ray Rodriguez y James David

### **Dress for Success-Triangle NC**

919-286-2128

1058 W Club Blvd. Suite 634, Durham, NC, 28747

Horas: Martes 10am-4pm, Jueves 10am-4pm, cada tercera Sábado 10am-4pm

Orange, Durham, Wake County

instrucción para carreras, citas para “career coaching” y selección de ropa profesional para entrevistas

### **Women & Children’s Residential Program (SouthLight Healthcare)**

-919-787-6131

-3215 Poplarwood Court, Suite 203, Raleigh, NC 27604

Elegibilidad: mujeres que están embarazadas o que son madres

<https://www.southlight.org/residential-treatment>

Primero paso: llama el Intake Coordinator a 919-787-6131

Dos ubicaciones: Garner Road y Poplar Court

-hay servicios de outpatient

### **CEF- Community Empowerment Fund**

[-https://communityempowermentfund.org/](https://communityempowermentfund.org/)

-servicios incluyen estabilidad financiera

-cuenta de ahorros

-enseñanza de financiera

Teléfono de oficina Chapel Hill--919-283-6820

Teléfono de oficina Durham--919-351-2334

### **El Centro Hispano**

-2 ubicaciones: Durham y Chapel Hill

Carrboro/Chapel Hill: 201 West Weaver Street Carrboro, NC 27510

Teléfono: 919-945-0132

Durham: 2000 Chapel Hill Road, Suite 26A, Durham, NC 27707

Teléfono: 919-687-4635

**Programas: Educación, Salud, Economía, y Apoyo de comunidad**

<http://www.elcentronc.org/programs-2/>

**Bank of America**

Bilingüe persona de contacto-  
kelsiearmentrout@gmail.com

**Financial Leadership Group**

Bilingüe persona de contacto-  
cristal.deharo@yahoo.com

**State Farm**

Bilingüe persona de contacto-  
b@agentesteva.com

**St. Thomas More**

Servicios de religión para la comunidad  
Bilingüe persona de contacto- Steve LeGardeur  
memcguire@stmchapelhill.org

# Educación

## **Chapel Hill-Carrboro City Schools Office of Equity and Inclusion**

Bilingüe persona de contacto- [dpasion@chccs.k12.nc.us](mailto:dpasion@chccs.k12.nc.us)

## **East Durham Children's Initiative-**

2101 Angier Ave., 2nd Floor

Durham, NC 27703

Teléfono- 919-908-8709

[info@edci.org](mailto:info@edci.org)

Book Babies Programa-- recibes 2 visitas a su casa cada año, miembro de Book Babies traerá 10 libros nuevas para su biblioteca en casa.

Dolly Parton's Imagination Library-- provee libros para niños en Durham edades 0-5. Recibes un libro cada mes hasta el cumpleaños de 5 de su niño.

También hay una programa para la transición a kindergarten. Hay una programa (Stepping Stones) específica para niños que no tienen una experiencia previa con educación de pre-kindergarten.

Family Connects para newborns

Books on Break--al comienzo de cada verano, estudiantes en free and reduced lunch reciben mochila nueva con libros

Emily K Center--preparación para universidad

## **Todos Leyendo**

Persona de contacto:

Libros en español para sus niños

919-348-9924

<https://squareup.com/store/todos-leyendo>

## **Programa de ENRICH**

[-enrichenglishunc@gmail.com](mailto:-enrichenglishunc@gmail.com)

-este es un club de UNC que enseña y practica inglés GRATIS

-cada semana (lunes y miércoles)

-recibes una pareja para práctica

-si tienes preguntas, puedes mandar un texto a Sydney a 303-913-7173 para más información

## **TWB- Technology without Borders**

-programa de UNC Campus Y

-ayuda tecnología, educación tecnología

[-https://campusy.unc.edu/committee/technology-without-borders/](https://campusy.unc.edu/committee/technology-without-borders/)

## **LULAC National Scholarship Fund**

<https://www.Inesc.org/lnsf>

Elegibilidad:

1) National Scholastic Achievement Awards (\$2,000)

-GPA de 3.5 mínimo. Si estás empezando universidad, ACT de 29 mínimo o SAT de 1350

2) Honors Awards (\$500 - \$2,000)

-GPA de 3.0 mínimo. Si estás empezando universidad, ACT de 23 mínimo o SAT de 1100 mínimo

3) General Awards (\$250-\$1000)

-más sobre participación en su comunidad

[https://docs.wixstatic.com/ugd/41769e\\_67608efff1004720a04dc63559cff77d.pdf](https://docs.wixstatic.com/ugd/41769e_67608efff1004720a04dc63559cff77d.pdf)

## **Coursera**

<https://www.coursera.org/>

-Cursos GRATIS para muchos sujetos, si pagas, puedes recibir una certificación para sus cursos

-Puede ser un recurso para los estudiantes para que puedan practicar sujetos de tarea, también para los padres quien quieren aprender

## **NC State Engineering**

Bilingüe persona de contacto-



**Liga de CAMPEONES**

**SCHOLARSHIP**

Winners will receive a college scholarship.  
For more information and application forms visit:  
[www.univision.com/north-carolina](http://www.univision.com/north-carolina)

**ELIGIBILITY**

- Must reside in Raleigh, Durham or Fayetteville
- Be enrolled as a 12th grade student
- Be bilingual (Spanish/ English)
- Have a minimum cumulative GPA of 3.0
- Be of Hispanic descent

**Due date: March 15, 2019**

  
  


**Elegibilidad: grado 12, bilingüe, GPA de 3.0, hispano/latino, y necesitas aplicar antes de 15 de marzo de 2019**

<https://thencshp.org/programs/nc-hispanic-college-fund/univision-40-nuestra-juventud-scholarship/>

## North Carolina Society of Hispanic Professionals

-afiliación estudiante--\$10

[-http://thencshp.org/resources/for-students/scholarships/](http://thencshp.org/resources/for-students/scholarships/)

-Hispanic Scholarship Fund/General College BECAS (\$500-\$5000)

8450 Chapel Hill Road, Suite 209

919-467-8424

[mailbox@TheNCSHP.org](mailto:mailbox@TheNCSHP.org)

Las programas incluye:

Prevención de marginado de secundario

Hispanic College Fund

Hay un fair el sábado, 14 de septiembre--Hispanic Educational Fair



**"Mi Éxito,  
la Universidad"**

AN EDUCATIONAL FAIR FOR HISPANIC STUDENTS AND THEIR FAMILIES.

PRESENTED BY NC SOCIETY OF HISPANIC PROFESSIONALS

Ubicación: 1900 Concord St. Durham, NC 27707

8:30am-1:30pm

### **OCLC- Orange County Literacy Council**

307 W. Weaver St. Carrboro, NC

919-914-6153

<http://orangeliteracy.org/>

-Ofrece recursos/tutoring para alfabetismo, inglés, matemáticas

-También hay tutoring para personas que quieren su GED.

-Elegibilidad: solo necesitas vivir en Orange County, hay acomodaciones para personas que no pueden ir a la oficina

### **Durham Literacy Center**

<https://www.durhamliteracy.org/programs>

-Ofrece muchos programas incluyendo alfabetismo para adultos, clases de inglés, educación de juventud (preparación para universidad, etc.), clases de computadoras y la tecnología, y clases para GED

-Para ser estudiante, necesitas

- Su propia coordinación de transportación a clase
- Comunicación con tutores
- Compromiso ir a clase regularmente
- Demostrar un interés a su educación con una actitud positiva

- Completar la registraci3n obligatoria

Si quiere ser estudiante, llama a 919-489-8383. Van a preguntar por informaci3n: su nombre, numero de telefono, edad, el 3ltimo grado que completaste, porque quiere ser estudiante, y su opini3n sobre su nivel de lectura.

Despu3s, usted va a ir a una orientaci3n/registraci3n. Necesita pagar solo una vez (\$20) durante su primera clase. Este es solo si est3s tomando clases de alfabetismo para adultos o clases de ingl3s.

### **Carrboro Cybrary Library**

919-918-7387, 100 N Greensboro St. Carrboro, NC 27510

Ofrece acceso a computadoras, libros, y programas GRATIS. Hay libros y programas en espa3ol.

Horas:

Lunes a Viernes= 9am-4pm

S3bado= 10am=2pm

Domingo= Cerrado

<https://townofcarrboro.org/503/Carrboro-Cybrary>

### **Clases de Ingl3s**

La programa de UNC Abogacia ofrece clases de ingl3s.

El email es [katiebecker@unc.edu](mailto:katiebecker@unc.edu)

## **GCF Global Learning**

Ofrece cursos para computadoras incluyendo información de tecnología básica, matemáticas, vida diaria como usar crédito, y inglés.

Curso GRATIS en línea: <https://edu.gcfglobal.org/es/>

## **Code the Dream**

<https://www.codethedream.org/contact-us/>

Recursos de tecnología y “coding” para la comunidad

Clases GRATIS

## **Wert Knowing**

-Experta de educación para familias

-recursos para navegar escuela

-habla español

-Jodi Wert: [jodiwertknowing@gmail.com](mailto:jodiwertknowing@gmail.com)

## **ESL Wake County**

-Nombre de contacto: Virginia Clayton

-para preguntas en español o inglés: [virginiaclayton@gmail.com](mailto:virginiaclayton@gmail.com)

### **College Foundation of North Carolina**

<https://www.cfnc.org/index.jsp>

-Estoy esperando un flyer de mi contacto de CFNC

### **Alamance Citizens for Education**

[-office@aceed.org](mailto:-office@aceed.org)

-336-901-0161

-Programas para participación de padres

-Condado de Alamance, ayuda con maestros

### **LCCU Educación Financiera**

<https://latinoccu.org/community-impact/scholarship-fund/>

#### **Scholarship Application**

-30 becas (en total \$100,000) para 2019-2020 año de escuela

-necesitas ser un miembro de LCCU para aplicar

-necesitas prueba de tener la intención de ir a universidad

## **Library**

<https://www.orangecountync.gov/1122/Get-a-Library-Card>

-residencia de Alamance, Caswell, Chatham, Durham, Orange, Person

- “Si no puedes proveer prueba de residencia en condado, puedes tener arreglos alternativos a discreción del Supervisor de Circulación”

Con tarjeta de biblioteca o Student Easy Access Account, puedes:

- Ver libros
- Practica para PSAT, SAT, o ACT desde [tutor.com](http://tutor.com)
- Ayuda con matemáticas, ciencias sociales clases desde [tutor.com](http://tutor.com)
- Ayuda con idiomas [Mango](http://Mango) a [NC LIVE](http://NC LIVE)

## **Wake County Library**

-si vives en condado de Wake, tarjeta de library es gratis

-afuera de condado de Wake, cuesta \$25 y puedes usarla por un año

-necesitas uno de dos opciones:

- 1) Foto ID que incluye dirección actual
- 2) Foto ID y otra cosa (como cuenta o prueba de alquilar/rentar)

# Recursos Legales

## **Legal Aid of North Carolina**

224 S. Dawson St. Raleigh, NC 27601

P.O. Box 26087, Raleigh, NC 27611

1-866-219-5262

-persona de contacto: Hope Williams

-ley de consumidor, empleo, familia, etc

-ley de inmigración en casos de violencia doméstica

[hopew@legalaidnc.org](mailto:hopew@legalaidnc.org)

<http://www.legalaidnc.org/>

<https://nc.freelegalanswers.org/>

Recursos para respuestas legales gratis en NC, usualmente tiene una respuesta en diez días

## **Chris Barnes Law**

<http://www.cbarneslaw.com/main.php>

211 N. Columbia St.

Chapel Hill, NC 27514  
919-588-1206

### **Children's Law Clinic**

<https://law.duke.edu/childedlaw/>

Persona de contacto:

Bailey Sanders: baileyksanders@gmail.com

### **Mexican Consulate**

**-919-615-3653**

**431 Raleigh View Road, Raleigh, NC, 27610**

**Lunes a Viernes: 8am - 6pm**

Contacto: [conraleigh@sre.gob.mx](mailto:conraleigh@sre.gob.mx)

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

-ofrece consejo legal GRATIS durante la mañana de martes y miércoles

-el consejo incluye inmigración y compensación para trabajadores