



## **2021 GUIA DE RECURSOS DE COVID GUIA DE RECURSOS DEL INLAND EMPIRE**

**Para la COMUNIDAD con DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y  
DE DESARROLLO**



**CLASE COMMUNITY OF PRACTICE**

COLABORACIÓN, LIDERAZGO, ABOGACÍA,  
SERVICIO Y EDUCACIÓN (CLASE)



Esta guía fue desarrollada en respuesta a una encuesta tomada en febrero del 2021 por CLASE Comunidad de Practica. La Comunidad de Practica de Colaboración, Liderazgo, Abogacía, Servicio y Educación (CLASE) consiste de líderes Latinos sirviendo a la Comunidad con Discapacidad de Intelecto y de Desarrollo en los condados de Riverside y de San Bernardino.

Gracias al Departamento de California de Servicios del Desarrollo quienes han proporcionaron los fondos y apoyo para este proyecto.

Gracias a todos los miembros y organizaciones que son parte de CLASE Comunidad de Practica 2020/2021:

Ángeles con Futuro  
Ángeles Especiales Grupo de Apoyo para Padres  
Sociedad del Autismo del Inland Empire  
Broad Spectrum, Broader Minds  
Capacidades Diferentes  
Coachella Valley Special Needs Parents Community  
EPU  
ESFRN  
Fiesta  
Educativa High Desert

G.A.N.A.S  
Inland Empire Latino Coalition  
Inland Regional Center  
NESPE pod la Inclusion  
Padres Empoderados  
San Bernardino CAC  
San Bernardino USD  
San Bernardino ELARC  
Somos Una Voz  
TASK  
UCPIE  
Líderes independientes

Toda la información proveída o publicada es únicamente con propósitos de información. Cualquier referencia a tratamientos, opción de terapias, programas, servicios o proveedor de tratamientos no precisamente son avalados por CLASE Comunidad de Practica o ni por ninguno de sus miembros. CLASE Comunidad de Practica no asume responsabilidad alguna por el uso hecho de cualquier información publicada o proveída, tampoco constituye a ningún tipo de información médica o legal. Las referencias proveídas son sugerencias hechas a organizaciones que pudieran ayudar, pero con constituye a ningún tipo de recomendación La inclusión de cualquier organización no implica endorso ni tampoco la omisión implica desaprobación.



## Tabla de Contenidos

<b>Asistencia Financiera .....</b>	<b>4</b>
<b>Asistencia Alimentaria.....</b>	<b>7</b>
<b>Condado de Riverside.....</b>	<b>8</b>
<b>Condado de San Bernardino.....</b>	<b>11</b>
<b>Recursos Legales (Gratuitos).....</b>	<b>25</b>
<b>Recursos de Salud Mental</b>	
<b>Condado de Riverside.....</b>	<b>26</b>
<b>Condado de San Bernardino.....</b>	<b>29</b>
<b>Oportunidades Sociales</b>	
<b>Arte.....</b>	<b>30</b>
<b>Cocina.....</b>	<b>31</b>
<b>Baile y Música .....</b>	<b>32</b>
<b>Meditación.....</b>	<b>33</b>
<b>Grupos Sociales.....</b>	<b>34</b>
<b>Deportes .....</b>	<b>35</b>



## Asistencia Financiera

### **Another Round, Another Rally**

Empleados de trabajos hospitalarios enfrentan dificultades sin precedentes, pero Another Round Another Rally está aquí para ayudar. Si usted es chef, mesero, barman, lava trastes, sumiller, gerente o alguien quien tiene algún otro tipo de trabajo de hospitalidad, estamos aquí para echarles la mano. Estamos ofreciendo una subvención de ayuda de \$500.00 dólares para aquellos quienes trabajan en hospitalidad y han perdido sus trabajos o quienes han tenido sus horas de trabajo reducidas debido a la pandemia del Covid – 19. <https://anotherroundanotherally.org/>

**California Employment Development Department (EDD)** El Departamento del Desarrollo del Desempleo del estado de California provee una variedad de servicios de apoyo a las personas que han sido afectadas por el COVID-19 en California, incluyendo a los empleados que se enfermaron o los que han tenido que estar en cuarentena, a los que no pueden trabajar porque han tenido que quedarse al cuidado de algún familiar contagiado con el COVID-19 y aquellos a quienes les han reducido sus horas de trabajo. [https://www.edd.ca.gov/about\\_edd/coronavirus-2019.htm](https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm)

### **Catholic Charities**

Llame al 909-391-4882 <http://ccsbriv.org/>

Calidades Católicas ofrece Asistencia para la Vivienda, Asistencia de Emergencia, Prevención de Evicción, Asistencia para Utilidades según los fondos con los que cuenten.

### **CITY OF CORONA: Emergency Housing Needs Assistance Program**

El programa de asistencia de vivienda en emergencias en la ciudad de Corona cuenta con fondos para la asistencia en la vivienda y utilidades en caso de emergencia a todos aquellos que viven en Corona y pagan renta por su vivienda. 951-736-2260 o 951-736-2434. <https://www.coronaca.gov/government/departments-divisions/community-development/housing-division>

### **CITY OF JURUPA VALLEY: Rental, Utility, and Short Term Emergency Assistance**

En conjunto con Path of Life Ministries, la Ciudad de Jurupa Valley está ayudando a facilitar asistencia financiera a corto plazo para aquellos residentes de Jurupa Valley quienes están teniendo dificultades. Esto incluye: renta, pagos de utilidades, reparación de vehículos y costos de entrenamiento relacionados con el empleo. Para information sobre elegibilidad y más llame a: Path of Life a



rapidresolution@thepathoflife.com o llame a Path of Life Ministries' hotline at (951)786-9048 ext.31

### **CITY OF MORENO VALLEY: MoVal Rental Rescue Program**

<https://iscuw.wufoo.com/forms/moreno-valley-rental-rescue-program/>

La Ciudad de Moreno Valley se ha unido a SoCal United Way para proveer asistencia financiera y asistencia con la renta para mantener a aquellos residentes de Moreno Valley quienes han sido afectados por el COVID-19. La asistencia incluye prevención de la indigencia (HP) – Asistencia máxima de hasta \$5,000: Asistencia para la Renta/ Atrasos en la Renta en su vivienda actual, Asistencia para pagos de Utilidades Atrasados; Asistencia para vivienda Rápida (RR) hasta \$5,000.00: Asistencia para la vivienda para mudarse a una vivienda permanente, Pago por Adelantado para el depósito y último mes de renta y gastos de mudanza, Costo de Aplicación para la Renta y Depósitos de Seguridad.

### **CITY OF MORENO VALLEY: Extra Time and Discounts for Moreno Valley Utility Customers**

El alcalde y el Concilio de la Ciudad unánimemente han aprobado un nuevo Programa de Asistencia de Moreno Valley para Utilidades (MVU) debido al el COVID-19, un descuento en la electricidad que incluye un descuento debido al Covid-19 para todos aquellos clientes que califiquen. Los residentes pueden aplicar para un plan de pago extendido con hasta 12 meses para pagar el balance atrasado acumulado desde marzo del 2020. Aquellos residentes que califiquen de acuerdo a sus ingresos puede que califiquen para un programa de descuento. Llame al servicio al cliente de Moreno Valley Utility al 844-341-6469 o visite Moreno Valley Utility at [www.moval.org/mvu](http://www.moval.org/mvu) para más información.

### **CITY OF RIVERSIDE: Emergency Recovery Assistance Program (ERAP)**

El departamento de Utilidades Publicas de Riverside ofrece un crédito único de \$400.00 el cual puede ser acreditado a aquellos clientes residentes de Riverside que califiquen porque sus ganancias han sido afectadas debido a la pérdida de su trabajo o a una reducción en sus horas de trabajo como resultado del COVID-19.

### **Community Action Partnership**

[www.capsbc.org](http://www.capsbc.org)

Asistencia para Vivienda, Asistencia de Emergencia, Asistencia para Utilidades. El programa de servicios de Desarrollo para la Familia incluye asistencia para la vivienda, servicios infantiles, asistencia de emergencia, suministros esenciales, y servicio de apoyo para el empleo. Llame al 909-723-1558 para más información y para hacer una cita. El Programa de Energía, Educación y Servicios Ambientales está asistiendo a



clientes únicamente con cita y aplicación en línea. Si usted necesita asistencia para sus cobros de utilidades o climatización, hemos creado un Sistema Seguro para que usted aplique para la ayuda y para que envíe documentos en línea. Para información adicional llame al 909-723-1500.

### **Family Service Association of Redlands**

909-793-2673

<http://redlandsfamilyservice.org>

Servicios Disponibles: Asistencia para la Renta; Asistencia para las Utilidades

### **RIVERSIDE COUNTY: Housing for the Harvest Program**

En asociación con el Condado de Riverside y el estado de California, TODEC Legal Center está coordinando servicios de Vivienda, chequeos de bienestar, servicios auxiliares de apoyo para granjeros que han sido impactados por la pandemia del COVID-19. Si usted o un ser querido que trabaja en la agricultura o proceso de alimentos ha salido positivo para el COVID-19, y requiere apoyo, puede ser elegible para alojamiento y otros servicios.

### **United Lift**

United Way provee asistencia para la renta conforme tengan fondos disponibles. Lift To Rise contara con una cobertura en la zona este del Condado de Riverside incluyendo todo el Valle de Coachella y las comunidades no incorporadas, Blythe, Banning y Beaumont. Inland SoCal United Way tendrá cobertura en la parte restante de la zona oeste y porciones de la zona suroeste del condado de Riverside.

<https://www.unitedlift.org>

### **Otros:**

**A DACA Recipient's Guide to Buying a Home - Guía para los beneficiados de DACA Para Como Comprar una Casa** - [A DACA Recipient's Guide to Buying a Home | MYMOVE](#)



## Asistencia Alimentaria (Condados de San Bernardino/Riverside)

El Condado de Riverside ha compilado una lista extensa de recursos alimentarios incluyendo localidades de despensas de alimentos, así como localidades que dispensan alimentos a las personas de la tercera edad y escuelas. Para saber que recursos hay cerca de usted, favor de visitar el mapa interactivo:

<https://arcg.is/1HuOGK0>

El Condado de San Bernardino ha compilado una lista extensa de recursos alimentarios incluyendo localidades de despensas de alimentos, así como localidades que dispensan alimentos a personas de la tercera edad y escuelas. Para saber que recursos hay cerca de usted, favor de visitar: <https://sbccovid19.com/food-assistance/>

211 Community Connect (Riverside County) – <https://connectriverside.org/>

211 San Bernardino County – <https://211sb.org/>

Feeding America Riverside/San Bernardino – [www.feedingamericaie.org/find-pantry](http://www.feedingamericaie.org/find-pantry)

Escuelas: La mayor parte de los distritos escolares tienen un programa de distribución de alimentos, los cuales proveen desayuno y almuerzo para niños menores de 18 años de edad. Si hay algún adulto en educación especial en ese distrito y está recibiendo servicios, ellos también deberían ser elegibles. Verifique en el sitio web de su distrito escolar para que sepa que escuelas son las que están distribuyendo alimentos y los horarios. Los alimentos están disponibles en días hábiles de 11 a.m. a 12:30 p.m. y son preparados por el personal de Servicios Alimentarios. Los estudiantes no deben de ser de edad escolar y tampoco necesitan estar registrados en ese distrito, pero deben estar presente dentro del vehículo para que puedan recibir sus alimentos. Los estudiantes con necesidades especiales pueden recibir acomodamiento para los servicios alimentarios llamando al Distrito Escolar (tales como no tener que estar presentes en el vehículo). Por el CDE, todos los estudiantes mayores de 18 quienes llenan los requisitos de acuerdo con la agencia estatal con la definición de discapacitados pueden recibir alimentos en el periodo escolar de verano Seamless Summer Option (SSO). Ellos deben estar registrados en la escuela. Algunos distritos están asegurándose de que el personal del departamento de Servicios Alimenticios Escolares en las escuelas de distribución esté informado de información médica por escrito en el IEP o de el plan de nutrición para que los estudiantes reciban alimentos apropiados y seguros



### **Recursos Alimentarios del Condado de Riverside:**

- Banning: Pantry Help., Inc 53 South Sixth Street -- 92220 Lunes a Jueves 9 AM a 3PM; viernes: 9 AM a 12:00 PM; Distribuye alimentos del departamento de Agricultura USDA (951)922-2305
- Banning: Our Savior's Lutheran Church 1320 W. Williams Street -- 92220 lunes: 9:00 AM a 11:00 AM (951)849-3343
- Banning: Pantry First Missionary Baptist Church 332 N. Allen Street -- 92220 Miercoles: 10:00 AM a 4:00 PM; Distribuye el segundo y cuarto miércoles del mes (951)849-8113
- Banning: Pantry Seventh Day Adventist Church - Sunrise 80 N. 8th Street -- 92220 lunes: 10:00 AM ta12:00 PM; miércoles: 6:00 PM a 8:00 PM (909)838-8834
- Coachella: Centro Libre Cristiano Coachella 83246 Avenue 50 -- 92236 martes: 5:00 PM a 8:00 PM; Ultimo Martes de cada mes (760)342-6034
- Coachella: Family Worship Center Coachella 85901 Vista Del Norte -- 92236 jueves: 6:00 PM a 7:00PM; Segundo Jueves del mes. (760)574-0583
- Corona: Corona - Norco Settlement House, Inc. Corona 507 S. Vicentia Avenue -- 92882 (951)737-3504
- Corona: Corona Christian Center Corona 1901 W. Ontario Avenue -- 92882 Domingos: 6:00 PM a 8:00 PM; miércoles: 6:00 PM a 8:00 PM (951)734-5683
- Corona: Pure Land Foundation 2279 Eagle Glen Pkwy., #112-211 (909) 539-4166
- Corona: SDA Corona Spanish Church 3874 Byron Street -- 92879 Miercoles: 6:00 PM a 6:30 PM (951)734-0505
- Corona: St Edwards Catholic Church - Food Pantry 605 W. 5th Street -- 92882 (951)549-6000
- Hemet: Community Pantry Hemet 521 N. San Jacinto Avenue -- 92543 lunes: 9:00 AM a 11:30 AM; martes: 9:00 AM a 11:30 AM; miércoles: 9:00 AM a 11:30 AM; jueves: 9:00 AM a 11:30 AM (951)929-1101
- Hemet: SDA Church Of Hemet 27025 Girard Street -- 92544 martes: 9:00 AM to 12:00 PM (951)929-2632
- Hemet: Our Lady Of The Valley 1065 Saw Tooth Lane -- 92545 martes: 8:30 AM a 10:30 AM; cuarto jueves (951)765-9691
- Indio: Iglesia Evangélica Bethel 43907 Jackson Street -- 92201 viernes: 7:00 PM a 8:30 PM; Primer Viernes de cada mes (760)899-4114
- Jurupa Valley: Manna Ministries - Vision Plus Church 4318 Pyrite Street -- 92509 lunes: 8:00 AM a 5:00 PM; martes: 8:00 AM a 5:00 PM; miércoles: 8:00 AM a 5:00 PM; jueves: 8:00 AM a 5:00 PM; viernes: 8:00 AM to 5:00 PM; sabado: 8:00 AM a 5:00 PM; (951)236-9477





- Lake Elsinore: Calvary Chapel Canyon Hills Food Pantry Lake Elsinore 29989 Canyon Hills Road # 1701 -- 92532 jueves: 11:30 AM a 1:00 PM (951)244-5700
- Menifee Valley Community Cupboard Menifee 26808 Cherry Hills Boulevard -- 92586 lunes a viernes 10:00AM-2:00PM 951-301-4414
- Mira Loma: Jesucristo Es La Verdad 10281 54th Street -- 91752 viernes: 10:00 AM to 1:00 PM; 2nd and 4th Friday of each month. (951)773-0333
- Moreno Valley: Miniserio Casa De Fe Moreno Valley 14051 Indian Street -- 92553 Domingo: 10:00 AM a 1:00 PM; lunes: 6:30 PM a 10:00 PM; jueves: 6:00 PM a 10:00 PM (951)488-0890
- Murrieta United Methodist Church 24652 Adams Avenue -- 92562 viernes: 8:30 AM a 10:30 PM (951)696-5115
- Norco: Saint Mel Catholic Church 4140 Corona Avenue -- 92860 jueves: 10AM a 1 PM (909)737-7144
- Palm Desert: St. John's Lutheran Church 42695 Washington Street -- 92264 martes: 8:30 AM a 9:30 AM cuarto martes (760)345-2122
- Palm Springs: Food Pantry Desert Chapel 630 South Sunrise Way -- 92264 tercer sábado del mes en el gimnasio 3rd Saturday of each month in the gymnasium 7:00AM-8:00AM 760-327-2772
- Perris: Ministerio Juda 22872 San Jacinto Avenue -- 92570 jueves: 1:00pm a 4:00pm; Cada otro jueves de 1pm a 4 p.m. (951)238-4116
- Perris: Saint James Community Food Pantry 269 West 3rd Street -- 92570 lunes: 12:00 PM a 3:00 PM; miercoles: 12:00 PM a 3:00 PM (951)943-2535
- Perris: SDA Perris Spanish Church 22905 Alviso Road -- 92570 miercoles: 8:00 PM a 9:00 PM (951)943-4777
- Perris: Shepards Mission Of Gavilan Hills 16881 Rocky Glen Road -- 92570 martes: 10:00 AM a 2:00 PM; jueves: 10:00 AM a 2:00 PM; viernes: 10:00 AM a 2:00 PM (951)943-8673
- Riverside: Catholic Charities - Riverside 3020 Madison Street -- 92504 martes: 9:00 AM a 11:00 AM (951) 689-1803
- Riverside: Iglesia Cristiana Restauracion Familiar 1718 North Orange Street viernes: 1:00 PM a 6:00 PM (909)332-0615
- Riverside: Mision Sinai De Rubidoux 3767 Pacific Ave. -- 92509 domingo: 12:30 PM a 1:30 PM (951)341-0701
- Riverside: Sacred Heart Catholic Church 9935 Mission Blvd -- 92509 martes: 8:00 AM a 10:00AM; Primer martes del mes (951)350-9641
- Riverside: Saint Vincent De Paul 6956 Nixon Street -- 92506 El horario es a cualquier hora conforme sea necesario. Helpline: 951 684-7386 (951)288-4784
- Riverside: SDA Riverside Spanish Church 3625 Ottawa Ave -- 92507 viernes: 9AM a 11AM; tercer viernes (951)316-9083



- Riverside: St. John The Evangelist Catholic Church 3980 Opal Street -- 92509  
sabado: 8:30 AM a 10:30AM (951)684-6864
- Riverside: La Sierra Baptist Church 10815 Gramercy Place -- 92505 domingo:  
5:00PM a 7:00 PM; Martes: 12:00 PM a 3:00 PM; miercoles: 6:00PM a 8:00 PM  
(951)688-7044
- Riverside: Our Lady Of Perpetual Help 5250 Central Avenue -- 92504 lunes: 9:00  
AM a 11:30 AM; martes: 9:00 AM a 11:30 AM; miercoles: 9:00 AM a 11:30 AM;  
jueves: 9:00 AM a 11:30 AM; viernes: 9:00 AM a 11:30 AM (951)684-4298
- Riverside: Queen Of Angels Catholic Church 4824 Jones Avenue -- 92505  
jueves: 9:00 AM a 10:30 AM (951)689-3674
- San Jacinto Assembly Hispanic Ministries 300 W. 1st Street -- 92583 domingo:  
12:00 PM a 1:00 PM; miercoles: 10:00 AM a 12:00 PM (951) 654-0886
- San Jacinto: Pantry Ministerio Pentecostes Altar De Alabanza 769 San Jacinto  
Avenue -- 92583 domingo: 10:00 AM a 5:00 PM; miercoles: 9:30 AM a 5:00 PM  
(951)385-2534
- Temecula: St. Catherine Of Alexandria Parish Conference 41875 C Street --  
92592 viernes: 8:30 AM a 10:30 AM; también hay bolsas de alimentos en caso  
emergencia llamar al (925)548-8691 P



### **Recursos Alimentarios del Condado de San Bernardino:**

- Adelanto: Adelanto Foursquare Church Adelanto 10931 Lawson Ave (760) 246-8445
- Adelanto: Another Level for Women. Food distribution for all. 11555 Cortez Ave., Adelanto CA 92301. viernes, 2-4 p.m. (760) 636-9588.  
[www.anotherlevelforwomen.org](http://www.anotherlevelforwomen.org)
- Adelanto: Christ the Good Shepherd Catholic Church. Food distribution for all. 17900 Jonathan St. Adelanto, CA 92301. lunes, 10 a.m. - Noon; segundo y cuarto miércoles del mes, 10 a.m. – medio día (760) 912-9833  
[www.cgshepherd-adelanto.org](http://www.cgshepherd-adelanto.org)
- Adelanto: Food Distribution Christ The Good Shepard Adelanto 17900 Jonathan Street -- 92301 miercoles: 10:00 AM to 5:00 PM; Segundo y cuarto miércoles del mes. (760)246-7083
- Adelanto: Pantry High Desert Outreach Center 17537 Montezuma Street Friday 8:30AM-10:00AM Segundo y cuarto Viernes del mes (760) 953-7944
- Adelanto: Pantry Supreme Touch Ministries 11833 Bartlett Avenue -- 92301 sabado: 9AM a 11AM (760) 680-0537
- Adelanto: Praise Chapel 11328 Bartlett Ave (760) 596-2839
- Adelanto: Upper Room Community Church 11555 Cortez Rd -- 92301 domingo – Monday 9 AM a 3 PM (760)246-5066
- Apple Valley: Broken Hearts Ministry Apple Valley 13850 Namwaket (323) 723-2512
- Apple Valley: Calvary Chapel-Apple Valley Apple Valley 13601 Del Mar Rd. (760) 240-3633
- Apple Valley: Church of the Nazarene Apple Valley 12935 Central Rd (760) 247-8433 la iglesia ofrece alimentos gratis, comida y asistencia financiera para las familias de bajos recurso y aquellos que estén pasando por dificultades dentro de la comunidad.
- Apple Valley: First Assembly of God - Feed My Sheep. Diistribucion de alimentos para todos, se necesita presentar identificación. 21811 Ottawa Rd., Apple Valley, CA 92308. viernes, 10 a.m. – medio día (760) 243-4343  
[www.vfassembly.org/feedmysheep](http://www.vfassembly.org/feedmysheep).
- Apple Valley: First Assembly of God Feed My Sheep- Apple Valley 21811 Ottawa Road viernes: 10:00 AM a 12:00 PM (760)243-4343
- Apple Valley: Food Ministry The Church For Whosoever Apple Valley 18628 Seneca Rd -- 92307 Martes a jueves 10:00AM-3:00PM 760-242-3191
- Apple Valley: Pantry First Baptist Church Of Apple Valley 22434 Nisqually Road. -- 92308 domingo: 12:30 PM a 1:30 PM; Distribucion segundo y cuarto domingo del mes (760)247-5893



- Apple Valley: The Way of the Cross COGIC - Apple Valley 20601 Hwy 18, Suite 165 (760) 713-1867
- Apple Valley: Victor Valley Rescue Missions - Apple Valley Church of the Nazarene. Distribución de alimentos en Apple Valley and comunidades alrededor. Debe presentar identificación y comprobante de ingresos o tarjeta de SNAP. 12935 Central Rd. Apple Valley, CA 92308. Tercer viernes del mes, 10-11:30 a.m. (760) 247-8433 [www.avnaz.org](http://www.avnaz.org) Distribución de alimentos hasta agotar existencia, se sirve en el orden en el que van llegando, deben mantenerse dentro de su auto. Verified 9/9/2020.
- Apple Valley: World Faith Vision Church Apple Valley 13600 Pawnee Road (760) 813-7177
- Apple Valley: Faith Ministries International Network of Churches INC. Apple Valley 16000 Kasota Rd (760) 240-3263
- Apple Valley: Redeemer Church. Distribución de alimentos para todos. 22434 Nisqually Rd., 92308. Hable para acordar una hora. (760) 247-5891 [www.redeemerhd.com](http://www.redeemerhd.com) Cuando las restricciones del COVID terminen, Segundo y cuarto Domingo del mes, 11 a.m.-1 p.m.
- Barstow: Barstow Free Methodist Church Barstow 800 Yucca Avenue -- 92311 Pantry Desert Sanctuary distribución de alimentos para todos. Jueves 10 a.m. – medio día/. (760) 256-3557 - Church; (760) 256-3556
- Barstow: Connection Community Church Distribución de alimentos para todos 850 E. Main St., Barstow CA 92311. Martes a jueves, 10 a.m.-3p.m. (760) 957-7945 [www.facebook.com/pages/category/Religious-Organization/The-Connection-Community-Church-140042459371728](https://www.facebook.com/pages/category/Religious-Organization/The-Connection-Community-Church-140042459371728). Ofrece pan, ocasionalmente puede tener alimentos.
- Barstow: David A. Norman Ministries. Distribución de alimentos para todos. 1375 Bishop Nathaniel Jones Jr. Wy., Barstow CA 92311. Segundo sábado del mes, 9-11 a.m. (760) 979-2058 [www.danministries.org](http://www.danministries.org)
- Barstow: Desert Manna. Distribución de alimentos para indigentes y de bajos recursos. 2410 Armory Rd., Barstow CA 92311. Distribución de alimentos en casos de emergencia sábados de 9 a.m.-12:30 p.m., Se requiere identificación disponible cada 45 días por familia; USDA Distribución de alimentos tercer jueves del mes de 9 a.m.-2:30 p.m., no se requiere identificación (760) 256-7797 [www.desertmanna.com](http://www.desertmanna.com)
- Barstow: The Salvation Army Barstow Community Outreach Office 109 N. 7th Avenue -- 92311 lunes a jueves de 9 AM a 12 PM (760)957-7945
- Barstow: New Life Fellowship. Distribución de alimentos para todos. 134 W. Main St., Barstow, CA 92311. Domingos a las 5 p.m. cenas para llevar (760) 256-6076 [www.facebook.com/New-Life-Fellowship-Barstow-Foursquare-Church-152402964806800](https://www.facebook.com/New-Life-Fellowship-Barstow-Foursquare-Church-152402964806800) Asistencia de alimentos en caso de emergencia: Caja de comida o bolsa será hecha individualmente para que se recoja o se entregue.



- Barstow: Pantry Desert Mana Ministries 209 North First Avenue, Suite B -- 92311 domingo: 9 AM a 5 PM; lunes a jueves 9 AM to 3:30 PM; Viernes: 11 AM a 1 PM; sabado: 9:00 AM a 12:30 PM; (760 )256-7797
- Barstow: Mission Field Ministries 316 N. Second Street 92311 miércoles 5-7 p.m. (excepto el primer miercoles del mes) (760) 252-5409 [www.barstowmfm.com](http://www.barstowmfm.com) Puede que tengamos bolsas de comida disponibles.
- Barstow: Pantry New Life Fellowship 134 W. Main Street -- 92311 jueves: 11:00 AM a 1:00 PM (760)256-6076
- Beaumont: Crossroad Ministries Int'L Dba New Creation Church Beaumont 1252 Beaumont Avenue -- 92223 miércoles: 10:00 AM a 2:00 PM; sabado: 1:30 PM a 3:00 PM; Distribución: Cada jueves y cada tercer sábado del mes. (951)922-2471
- Beaumont: Pantry Cure Hunger Now 1491 E. 6th St -- 92223 Lunes a domingo de 9 AM a 5 Horario alterno : sábado: 9:00 AM a 2:00 PM; cada cuarto sabado del mes (951)769-8700
- Big Bear: Family Service Agency. F Distribucion de alimentos desde Crestline a Big Bear. 23406 Crest Forest Dr., Crestline CA 92325 Cuarto lunes del mes de 10 a.m.-2 p.m. (909) 338-4689 [www.fsasb.org/crestline](http://www.fsasb.org/crestline)
- Big Bear: Saint Joseph's Catholic Church. Dispensario de alimentos para todos. 42242 N. Shore Dr., Big Bear Lake, CA 92314. Jueves 9-11 a.m. (909) 866-3030 [www.saintjosephbb.wordpress.com](http://www.saintjosephbb.wordpress.com)
- Big River. Bonny Baker Senior Center. Alimentos para llevar para adultos mayores de 60. 149350 Ukiah Trl.. Big River, CA 92242. Lunes a viernes 10:30 a.m. (excepto días festivos). Llame a la 9 a.m. para reservar su almuerzo. (760) 665-2667
- Bloomington Pentecostal Church. Distribucion de alimentos en Bloomington y Rialto para Residentes. 9999 Linden Ave., Bloomington, CA 92316. Tercer viernes del mes de 3:30-5:30 p.m. (909) 900-6011.
- Bloomington: Bloomington Neighborhood Center Bloomington 18400 Jurupa Street. Innovative Home Care Family Bloomington 565 S. Church Ave.
- Bloomington: Programa de alimentos gratis Vida Life Ministries 11608 Cedar Ave -- 92316 Sabados 8:00AM-11:00AM 323-823-4762
- Bloomington: House of Hope 10034 Cedar Ave. (909) 877-0707
- Bloomington: Love, Peace And Happiness Church Bloomington 1377 South Lilac Avenue Suite - 114 -- 92316 domingos 9:30 AM a 12:00 PM; jueves: 9:30 AM a 12:00 PM; viernes: 9:30 AM a 12:00 PM; Sabados: 9:30 AM a 12:00 PM (909)829-7900
- Bloomington: The Olive Branch Development and Empowerment Services, Inc. Distribucion de alimentos para todos. 18400 Jurupa Ave. Bloomington, CA 92316. Dispensario de despensas lunes 4-5:30 p.m. (donación de \$3



recomendada pero no es requerida) (909) 572-4348 [www.olivebranchie.org](http://www.olivebranchie.org)  
Closet de ropa: Jueves, 5:30-7:30 p.m.

- Bloomington: Lifetime Ministries of Bloomington 9904 Bloomington Avenue  
Sabado: 7:00 AM to 8:30 AM; Distribución cada tercer sábado del mes.  
(909)877-0769
- Blue Jay: Mountain Food Pantry. Distribución de alimentos solo para residentes de la Montaña. 27236 Hwy. 189, Blue Jay, CA 92317. Viernes, 3-5 p.m. Detrás del centro comercial Blue Jay Mall; Mande correo electrónico: [mountainfoodpantry@gmail.com](mailto:mountainfoodpantry@gmail.com)
- Chino: 360 Community Thrift. Despensas de alimentos para todos. 12915 Central Ave. Chino CA, 91710. Martes a sábado. Favor de llamar por adelantado (909) 627-7325. [www.360communitythrift.com](http://www.360communitythrift.com) Limite de una vez por semana.
- Chino: Chino Center. Distribución de alimentos para todos. Se requiere identificación, verificación de ingresos, comprobante de dirección. 5581 Daniels St., Unit F, Chino CA 91710 tercer sábado del mes, 10 a.m. – medio día  
(909) 622-3806 [www.inlandvalleyhopepartners.org](http://www.inlandvalleyhopepartners.org)
- Chino: Chino Neighborhood House. Despensas para clientes nuevos y existentes que vivan dentro del Distrito Unificado de Chino. Ver información adicional. 13130 6th St., Chino, CA 91710. Lunes, miércoles y sábados de 9 a.m.-1 p.m. (909) 628-5608. Debe registrarse en línea o en persona. Clientes deben calificar dentro del estándar de San Bernardino con ingresos muy bajos a moderados y deben de vivir dentro de los límites del distrito escolar Chino Valley Unified School District boundaries. [www.chinoneighborhoodhouse.com](http://www.chinoneighborhoodhouse.com)
- Chino: God's Pantry of Chino. Distribución de alimentos para todos. 5472 Park Pl., Chino, CA 91710. Llame para hacer cita. (909) 766-8038. [www.gods-pantry.org](http://www.gods-pantry.org) Distribución de alimentos dentro de su auto solamente con cita previa. Pida la cita en línea.
- Chino: Isaiah's Rock . Distribucion de alimentos para todos. 13023 7th St., Chino, CA91710. W
- Miércoles y viernes de, 8 a.m.-2 p.m. (909) 628-0966 [www.isaiahsrock.org](http://www.isaiahsrock.org)
- Claremont: Inland Valley Hope Partners 660 N. Mountain Ave -- 91711 martes y Jueves de 12:30 a 4:30 (909) 622-3806
- Colton: Church of Christ Apostolic Faith Outreach Ministries Colton 1455 North Rialto Avenue (909) 783-0206
- Colton: Colton Christian Church. Distribucion de alimentos para residentes de Colton. 905 E. Olive St., Colton, CA 92324. Tercer sabado del mes 10 a.m. (909) 825-0515
- Colton: Colton Community Church Colton 1301 N. Rancho Avenue -- 92324  
Domingo: 12:00 PM a 1:00 PM; Lunes: 5:00 PM a 6:30 PM; Ultimo lunes de cada



otro mes. Abierto los 7 días de la semana para asistencia de emergencia.  
(909)825-0381

- Colton: Family & Kids Foundation Colton 115 W. La Cadena Dr. (951) 733-3498
- Colton: Hutton Community Center. Distribución de alimentos para adultos mayores 50 660 Colton Ave., Colton, CA 92324. Cuarto jueves del mes, 8:30-11:30 a.m. (909) 370-6168 [kphelps@coltonca.gov](mailto:kphelps@coltonca.gov)
- Colton: Immaculate Conception. Distribución de alimentos para residentes de Colton. 1106 La Cadena Dr. Colton, CA 92324. Martes, 10 a.m.-1 p.m. Segundo jueves del mes (909) 825-5110 [www.facebook.com/icc.colton](http://www.facebook.com/icc.colton)
- Colton: Peter Luque Community Center. Distribución de alimentos y materias primas para residentes de Colton y Grand y para indigentes. 292 E. O St. Colton, CA 92324. Cuarto jueves del mes, 8:30-10:30 a.m. y segundo jueves del mes, 5-7 p.m.; Llame para servicios de emergency (909) 370-5087 [www.ci.colton.ca.us/278/Luque-Center](http://www.ci.colton.ca.us/278/Luque-Center)
- Colton: Vineyard Christian Fellowship. Distribucion de alimentos para residentes de Colton. 785 Colton Ave. Colton, CA 92324. Ultimo domingo del mes de 1:30-4 p.m. (909) 824-5753 [www.coltonvineyard.com](http://www.coltonvineyard.com)
- Crestline: Hearts & Lives Distribución de alimentos. 24028 Lake Dr. Crestline, CA 92325. Llame por adelantado . (909) 338-3222 (English); (909) 744-9722 (Spanish) [www.heartsandlives.org](http://www.heartsandlives.org) Llame los viernes para información de vales para comida. Las instrucciones se darán en la página de Facebook.
- Crestline: San Moritz Lodge. Alimentos dentro de su auto para adultos mayores de 65. 24640 San Moritz Dr. Crestline CA 92325. Martes, jueves y viernes del medio día a la 1 p.m. (909) 338-3073
- Crestline: St. Francis Xavier Cabrini Church. Distribución de alimentos para todos. 23079 Crest Forest Dr. Crestline CA 92325. TMartes y jueves de 11 a.m.-1 p.m. miércoles de 5-7 p.m. (909) 338-2303 [www.stfxc.org](http://www.stfxc.org)
- Fontana Foursquare Church (H.H.) Distribucion de alimentos para todos. 16725 Valencia Ave., Fontana CA 92335 Martes y jueves de 9:45 a.m. hasta agotar existencia (909) 823-4404 [www.livingwayfontana.org](http://www.livingwayfontana.org)
- Fontana: Arca de Refugio Church Fontana 16134 Arrow Blvd. Saturday: 10:00 AM to 3:00 PM; Every Sat 10 am-3pm. (909)900-6965
- Fontana: Caritas San Vicente Fontana 16565 Orange Way, Suite D Jueves: 12:00 PM to 4:00 PM (909)489-1795
- Fontana: Carpenter's House Fontana 13489 Arrow Rte 909-355-3168
- Fontana: Fontana Christian Center 14796 Arrow Route (909) 600-7273
- Fontana: Fontana First Assembly of God. Distribucion de alimentos para residentes del condado de San Bernardino. 16580 San Bernardino Ave. Fontana, CA 92335 Wednesdays, 7-7:45 p.m. (909) 829-1911 [www.fontanafirstassembly.org](http://www.fontanafirstassembly.org) 65 comidas de alimentos son dispersadas (carne,



vegetales, pan y comidas empacadas o enlatadas) maneje a la parte trasera del estacionamiento

- Fontana: God's Pantry of Fontana. Distribucion de alimentos para residentes de Fontana. 8425 Mango Blvd. Fontana, CA 92335 C
- Llame para hacer cita. (909) 766-8038 [www.Gods-pantry.org](http://www.Gods-pantry.org)
- Fontana: Hero Support Force 15218 Summit Ave #300 (909) 633-6015
- Fontana: Living Way Ministries. Distribucion de alimentos para residentes de Fontana – Se requiere identificacion. 16725 Valencia Ave., Fontana CA 92335. Martes, 8:30-11 a.m.; Comedor de beneficiencia: Jueves de 10 a.m. – Medio día (909) 823-4404 [www.livingwayfontana.org](http://www.livingwayfontana.org)
- Fontana: Loveland Church. Distribución de alimentos para residentes de Fontana. 17977 Merrill Ave. Fontana, CA 92335. Viernes, 10:30 a.m.-1:30 p.m. (909) 356-5683 [www.lovelandchurch.org](http://www.lovelandchurch.org)
- Fontana: Mission Cristiana La Hermosa 16779 Arrow Blvd. (909) 823-4367
- Fontana: Reaching the Unreachable. Distribucion de alimentos para residentes de Fontana. 7950 Cherry Ave., Unit 111 Fontana, CA 92336. Los horarios varían. Favor de llamar con anticipación. (951) 313-3792
- Fontana: SDA Fontana Spanish Church 15514 Slover Avenue Miercoles: 6:45 PM to 7:30 PM (909)957-8343
- Fontana: St. George Catholic Church (Helping Hands) 17895 San Bernardino Ave. (909) 877-1531
- Fontana: The Give - Water of Life Church. Distribucion de alimentos para residentes del Condado de San Bernardino. 16815 Spring St., Fontana CA 92335 Jueves, 9:30 a.m.-2 p.m. Es posible entregar a domicilio bajo ciertas circunstancias. (909) 803-1059 [www.wateroflifecc.org](http://www.wateroflifecc.org)
- Grand Terrace: Azure Hills Church Grand Terrace 22633 Barton Road (909) 825-7054
- Hesperia: First Assembly of God - Feed May Sheep. Distribucion de alimentos para todos. Se requiere identificación. 11616 Hesperia Rd., Hesperia. miercoles, 10 a.m. - 12 (760) 243-4343 [www.vfassembly.org/feedmysheep](http://www.vfassembly.org/feedmysheep)
- Hesperia: High Desert Bilingual Church SDA 9875 7th Avenue -- 92345 miercoles: 7:00 P.M. to 8:30 P.M.; Sabados: 5:00 P.M. to 8:30 P.M. (760)247-6481
- Hesperia: High Desert Second Chance. Necesita presentar comprobante de direccion, para residents del Condado de San Bernardino. 16666 Smoke Tree St., Bldg. B4 Hesperia, CA 92345. Lunes a Jueves. 10 a.m.-3 p.m.; Sabados, 9 a.m. – 12 (442) 267-4444 [www.facebook.com/HighDesertSecondChanceOrganization/](http://www.facebook.com/HighDesertSecondChanceOrganization/)
- Hesperia: Holy Family Catholic Church 9974 I Ave. (760) 244-9180
- Hesperia: Ministerio Fuego Apostolico 16978 Smoke Tree St (760) 265-4591





- Hesperia: Spirit Filled Family Church - Bags of Food Ministry Distribucion de alimentos para todos. 9980 Hesperia Rd., CA 92345 sábados, 9 a.m. hasta agotrar existencia (760) 956-2501 [www.spiritfilledhd.org](http://www.spiritfilledhd.org) Entrega de comida para participantes del programa Rolling Start
- Highland: Immanuel Baptist Church 28355 Baseline Road Martes: 1:15 PM to 2:30 PM (909)425-1777
- Highland: Rios de Vida. Food distribution for all. 7709 Victoria Ave.92346. Segundo miércoles del mes de 10 a.m. – 12 (909) 559-7032 [www.iglesiariosdevida.wordpress.com](http://www.iglesiariosdevida.wordpress.com)
- Highland: Saint Adelaide Catholic Church 27457 E. Baseline Street -- 92346 Jueves: 9:00 AM a 11:00 AM (909)862-8669
- Highland: The Salvation Army – Highland. Dispensario para residents del condado de San Bernardino. 2626 Pacific St. Highland 92346 Jueves, 9 a.m.-1 p.m.(909) 888-1336
- Joshua Tree: Copper Mountain Mesa Community Foundation Joshua Tree 65336 Winter Rd (760) 362-5212
- Joshua Tree: Joshua Tree Community Center. Distribucion de alimentos para adlts mayores de 60 y deben estar apuntados previamente por medio FSA (951) 342-3057. 6171 Sunburst Ave., Joshua Tree CA 92252 miercoles, 11 a.m.- 1 p.m. (760) 366-2471 Distribucion de alimentos para adultos mayores dentro de su automóvil. Un paquete de comida por cliente por semana sere distribuido. Clientes deben ser mayores de 60 y estar previamente apuntados por medio de FSA (951) 342-3057
- Joshua Tree: The Way Station. distribución de alimentos para todos. 61722 Commercial St., Joshua Tree, CA 92252. distribución dentro de su automóvil: martes a viernes, 9:30-10 a.m. USDA Distribución de materias primas del departamento de agricultura el segundo viernes del mes (760) 366-8088 Comedor de beneficiencia sigue abierto y despensa alimentos calientes junto con una caja de comida.[www.hidesertwaystation.com](http://www.hidesertwaystation.com)
- Loma Linda: St. Joseph the Worker Catholic Church 10816 Mountain View Ave (909) 796-2605
- Lucerne Valley: St. Paul's Catholic Church 8973 Mesa Rd (760) 248-7410
- Montclair: Hope through Housing. Despensas para las personas de bajos ingresos. Debe ser elegible para viviendas de bajo costo. 10410 Pradera Ave., Montclair CA 91730Please call ahead (909) 483-2444 [www.hthf.org](http://www.hthf.org) llame y pregunte por Dixie
- Muscoy: PAL Center (PCA) - Muscoy Campus. Distribucion de alimentos para todos. 2450 Blake St., Muscoy, CA 92407. Martes, 2-3 p.m.; USDA distribución de alimentos del departamento de agricultura: Primer martes del mes, 1-3 p.m. (909) 887-7002 [www.PALCharterAcademy.com](http://www.PALCharterAcademy.com)



- Ontario: 3 P'S Christian Ministries, Inc. Distribucion de alimentos para todos. 2802 S. Milliken Ave., Ste. A, Ontario CA 91761. Tercer miercoles de cada mes 9 a.m. (909) 917-2551 [www.3psministries.org](http://www.3psministries.org) Debe dar su nombre.
- Distribución de alimentos dentro de su auto. Los artículos se pondrán dentro de la cajuela o baúl.
- Ontario: Bags of Hope - Unidos Por La Musica. Distribucion de alimentos para familias con niños. 1155 S. Milliken Ave., Ste. G Ontario, CA 91761. Lunes a viernes, 8 a.m.-5 p.m. (909) 391-3999 [www.uplmnonprofit.org/unidos-por-la-musica-and-its-bags-of-hope-program](http://www.uplmnonprofit.org/unidos-por-la-musica-and-its-bags-of-hope-program) Ontario Community Resource Center
- Ontario: Our Lady of Guadalupe Church 710 S, Sultana Avenue (909) 986-6154
- Ontario: Red Chapel Pantry 1045 N. Cucamonga Avenue -- 91764 martes: 9:00 AM a 11:00 AM; sábados: 9:00 AM a 11:00 AM (909)276-4630
- Ontario: Redeemer Lutheran Church. Distribucion de alimentos para todos. 920 W. 6th St., Ontario CA 91762. Saturdays, 8-10 a.m. (909) 986-2615 [www.redeemer4me.com](http://www.redeemer4me.com)
- Ontario: SDA Ontario Spanish Church 316 West B Street -- 91762 sábados: 3:00 PM a 4:00 PM; Primer y tercer sábado de cada mes. (951)688-4538
- Ontario: Sova Program Center - Inland Valley Hope Partners. Distribución de alimentos para residentes de Ontario, Upland, Chino, Chino Hills and Rancho Cucamonga Se requiere verificacion de ingresos, comprobande de dirección. 904 E. California St. Ontario, CA91761. Lunes a jueves, 9 a.m.-3 p.m. (909) 622-3806 Ext. 200 [www.inlandvalleyhopepartners.org](http://www.inlandvalleyhopepartners.org)
- Ontario: Touched Ones United Creating Hope (T.O.U.C.H. Ministries). Distribucion de alimentos para todos. 219 W. Belmont St., Ontario, CA 91761. Lunes, miercoles y viernes, 9:30-11 a.m. (909) 682-5474. Email: [csanaya1@icloud.com](mailto:csanaya1@icloud.com)
- Ontario: Unidos Por La Musica USDA 1155 S Milliken Ave. Suite G (909) 381-4477
- Ontario: The Salvation Army – Ontario. distribución de alimentos para todos. 1412 S. Euclid Ave. Ontario, CA 91762. Lunes a viernes con cita previa solamente. (909) 986-6748 [www.ontarioca.salvationarmy.org/ontario\\_corps](http://www.ontarioca.salvationarmy.org/ontario_corps)
- Rancho Cucamonga: Abundant Living Outreach Center Rancho Cucamonga 9269 Utica Avenue #125 -- 91730 Martes: 4:00 PM to 7:00 PM; Tjueves: 4:00 PM to 7:00 PM; Sabado: 10:00 AM to 1:00 PM (909)987-7110
- Rancho Cucamonga: First Baptist Church of Rancho Cucamonga. Dispensario de comida para todos. Se requiere identificación. 7450 Archibald Ave., , CA 91730. Primer y tercer sábado del mes, 7-9 a.m. (o hasta agotar existencia) (909) 987-3676. [www.fbcfamily.net](http://www.fbcfamily.net)
- Rancho Cucamonga: Lifeway Church Ministries. distribución de alimentos para todos se requiere identificación. 7477 Vineyard Ave., Rancho Cucamonga CA



91730. Primer sábado del mes de 8 a.m.-1 p.m.(909) 948-5557

[www.lifewaychurch.org](http://www.lifewaychurch.org) Servicio de entrega en la cajuela o baúl.

- Rancho Cucamonga: The Neighborhood Food Pantry 8357 Rochester Avenue -- 91739 Domingo: 2:30 PM ta4:30 PM; Tercer domingo del mes (909)646-8860
- Redlands: Family Service Association of Redlands. distribución de alimentos para residents del Condado de San Bernardino. Se debe registrar el viernes anterior a la distribución: [www.rfsfoodbox.eventbrite.com](http://www.rfsfoodbox.eventbrite.com) Se requiere identificación. 612 Lawton St. Redlands, CA 92374. Martes, registrarse en [www.rfsfoodbox.eventbrite.com](http://www.rfsfoodbox.eventbrite.com) (909) 793-2673. [www.redlandsfamilyservice.org](http://www.redlandsfamilyservice.org) Food distribution recipients may register for the entire month.
- Redlands: Salvation Army Redlands Corps 838 Alta Street -- 92374 Lunes a Viernes 8AM-5PM 909-792-8818
- Redlands: Joseph's Store House 760 E. Stuart Avenue Lunes: 9:00 AM a 4:00 PM; martes: 9:00 AM a 4:00 PM; miércoles: 9:00 AM a 4:00 PM; jueves: 9:00 AM a 4:00 PM; viernes: 9:00 AM a 1:00 PM (909)793-5677
- Rialto United Methodist. Distribucion de alimentos para residents del Condado de San Bernardino. 1230 N. Lilac Ave., Rialto, CA 92376. Martes y jueves, 9 a.m.-2 p.m.
- Rialto: Cristo La Roca Ministries Rialto 190 N. Arrowhead Avenue # D -- 92376 domingo: 12:00 PM a 2:00 PM; Cajas en casos de emergencias, debe llamar (909)874-6335
- Rialto: His Way Spirit Led Assemblies 142 West Baseline Road Lunes a Viernes, 8:00am - 5:00pm 909-421-2585
- Rialto: Loveland Jubilee. Despensas para residents del condado de San Bernardino. 790 E. Foothill Blvd., Rialto, CA 92376. Viernes, 10:30 a.m.-2 p.m. (Cerrado el quinto vienes del mes) (909) 873-2710 [www.lovelandchurch.org](http://www.lovelandchurch.org)
- Rialto: Spanish Victory Outreach 874 Meridian Ave (909) 884-1921
- Rialto: St. Vincent De Paul Blessed John XXIII Parish 222 E. Easton Street – 92376 Linea de ayuda las 24 horas: (951) 328-3112
- Rialto: Templo Bautista Montecalvario 311 S. Sycamore Ave (909) 820-4630
- Rialto:: Sunrise Church. Distribucion de alimentos para residentes de Rialto. 690 W. Etiwanda Ave. Rialto, CA 92377. Lune a viernes, 9 a.m.-4 p.m. (909) 875-5566. Favor de mandar un correo [need@sunrisechurch.org](mailto:need@sunrisechurch.org)
- Rimforest: Operation Provider. Distribucion de alimentos para todos. 26525 Pine Ave., 92378. Martes y jueves del medio día - 2 p.m. (909) 337-8585 [www.operationprovider.org](http://www.operationprovider.org) La oficina está abierta de 9 a.m.-2 p.m. los martes y jueves
- Running Springs: St Anne in the Mountains 30480 Fredalba Road jueves: 5:00 PM to 7:30 PM (909)862-2832



- San Bernardino. Bags of Hope Unidos Por La Musica San Bernardino 1261 North E Street - 92405 Lunes a viernes de 8:00AM-5:00PM 909-391-3999
- San Bernardino: Akoma Unity Center. Distribucion de alimentos para todos. 1367 N. California St., San Bernardino, CA 92411. (909) 289-1227  
[www.akomaunitycenter.org](http://www.akomaunitycenter.org)
- San Bernardino: Bags of Hope - Unidos Por La Musica. distribución de alimentos para familias con niños. 1261 N. E St., San Bernardino, CA 92405. Segundo martes del mes, 11 a.m.-2 p.m. (909) 381-4477  
[www.uplmonprofit.org/unidos-por-la-musica-and-its-bags-of-hope-program](http://www.uplmonprofit.org/unidos-por-la-musica-and-its-bags-of-hope-program)  
USDA distribución de alimentos del departamento de agricultura - San Bernardino Resource Center
- San Bernardino: Central City Lutheran Mission. Food distribution for all. 1354 N. G St., San Bernardino, CA 92405. Segundo y tercer viernes del mes, 8 a.m. - 12 (909) 381-6921 [www.lsssc.org](http://www.lsssc.org)
- San Bernardino City Mission. Entrega de comida para personas de la tercera edad, confinados, de bajos recursos, recientemente desempleados, indigentes. Programa de la Misión de la Ciudad, se necesita aplicar y debe presentar identificación con foto, comprobante de ingresos y comprobante de renta. 26200 Date St., San Bernardino, CA 92346. Debido al COVID, favor de llamar para recibir información actual. (909) 649-0011 [www.sanbernardinocitymission.org](http://www.sanbernardinocitymission.org)  
Cajas de comida para las familias son entregadas en sus hogares una vez al mes – llame para las localidades de las bolsas de comida... también hay ropa, artículos de higiene y del hogar disponibles. Si necesita una aplicación le puede enviar a su casa o a su correo electrónico.
- San Bernardino: Community Action Partnership of San Bernardino County (CAPSBC). Banco de comida para todos. 696 S. Tippecanoe Ave., San Bernardino CA 92408 Lunes a viernes, 8 a.m.-4:30 p.m. (909) 723-1561  
[www.capsbc.org](http://www.capsbc.org)
- San Bernardino: Ecclesia Christian Fellowship. Distribucion de alimentos para todos. 1314 Date St., San Bernardino, CA 92404. Primer miércoles del mes, 1-3 p.m.; segundo, tercero y cuarto miércoles del mes, 3-5 p.m. (909) 881-5551  
[www.ecclesiachurch.com](http://www.ecclesiachurch.com)
- San Bernardino: Emergency Food Boxes Iglesia Cristiana Misionera Supremo Llamamiento San Bernardino 2050 North Mount Vernon Avenue -- 92411 Lunes 9:00AM-11:00AM 909-634-0931
- San Bernardino: First Presbyterian Church of San Bernardino. Despensario de comida para todos. 1900 N. D St. San Bernardino, CA 92405. Martes y jueves, 9-11 a.m.; tercer sabado del mes, 9-11 a.m. (909) 882-3308 [www.fpcsb.net](http://www.fpcsb.net)  
Kits de higiene y bolsas que no contienen alimentos también están disponibles los martes y jueves.



- San Bernardino: Grace Chapel/Operation Grace. Distribucion de comida para todos. 1595 E. Art Townsend Dr., San Bernardino CA 92408. cuarto martes del mes, 9 a.m. - 12. (909) 382-8540 [www.operationgrace.com](http://www.operationgrace.com)
- San Bernardino: Helping Hands Pantry. Distribucion de alimentos para todos. 1455 E. 3rd St.San Bernardino, CA 92408. Lunes a viernes de 7 a.m. - 12. 909-796-4222 [www.helpinghandspantry.org](http://www.helpinghandspantry.org)
- San Bernardino: Home of Neighborly Service. Distribución de alimentos para todos.. 839 N. Mt. Vernon Ave. 92411. Viernes, 10 a.m. (909) 885-3491. Llegue una hora antes para formarse, la distribvucion de los alimentos empieza a las10 a.m. and termina cuando se termine la mercancía.
- San Bernardino: Iglesia Cristiana Supremo LLmto (Eagle's Nest Community Service) 1104 W. 8th Street (909) 278-0199
- San Bernardino: Mary's Mercy Center. Alimentos para llevar para todos. 641 Roberds Ave., San Bernardino, CA 92411. Lunes a juever y sábados y domingos 11:30 a.m.-1:30 p.m. (excepto el primer domingo del mes); Bolsas de comida en casos de emergencia: Miercoles 1:30-3 p.m. (Excepto el primer miercoles del mes) (909) 889-2558 [www.marysmercy-center.org/MARYS-MERCY-CENTER-INC.html](http://www.marysmercy-center.org/MARYS-MERCY-CENTER-INC.html) Favor de llamar para verificar los días y los alimentos ya que pueden cambiar de semana en semana. Tambien hay ropa y productos de higine personal
- San Bernardino: Our Lady of Hope Catholic Church - Del Rosa Ave. Distribución de comida y alimentos del departamento de agricultura para residentes del 92404 USDA Guias son basadas en los ingresos y el tamaño de la familia. 6885 Del Rosa Ave., San Bernardino CA 92404. Tercer viernes del mes de, 11 a.m.- 2 p.m. (909) 884-6375[www.ourladyofhopesb.org](http://www.ourladyofhopesb.org)
- San Bernardino: Our Lady of Hope Catholic Church - N. Valencia Ave. Distribucion de alimentos para todos. 1000 N. Valencia Ave., San Bernardino, CA 92410. Lunes, 12 - 1 p.m.(909) 884-6375 [www.ourladyofhopesb.org](http://www.ourladyofhopesb.org)
- San Bernardino: Our Lady of Rosary Cathedral 265 W. 25th Street (909) 883-8991
- San Bernardino: Our Lady of the Assumption. Distribución de alimentos para todos. 796 W. 48th St., CA 92407. Segundo, tercero y cuarto martes del mes de 10-11 a.m. (productos frescos el cuarto martes del mes) (909) 882-2931 [www.olasanbernardino.org](http://www.olasanbernardino.org)
- San Bernardino: Project Fighting Chance. "Cenas en sacos" se entregan en sus hogares para las familias que tienen niños y jóvenes solamente para residentes de San Bernardino que sean menores de edad y necesitamos ser contactados por los padres o los Guardianes. 1263 Union St., San Bernardino, CA 92411 Mon.-Fri., 3-5 p.m.(909) 509-9593 [www.projectfightingchance.org](http://www.projectfightingchance.org)



- San Bernardino: Rise of a Fallen Angel. Distribución de alimentos para todos. 1525 N. D St., Ste. 5, 92408 Lunes, miércoles y viernes de, 10 a.m.-3 p.m (909) 763-2471; (909) 571-5600 [www.riseofafallenangel.vpweb.com](http://www.riseofafallenangel.vpweb.com)
- San Bernardino: SAC Health System. Distribución de alimentos para todos. 250 G. St. San Bernardino, CA 92410. Lunes a jueves 8 a.m.-5:30 p.m. (909) 771-2891 Bolsa de emergencia solamente una vez ya que se haya llenado el formulario de asesoramiento inicial.
- San Bernardino: Set Free Church. Distribución de alimentos . 473 W. Baseline, San Bernardino, CA 92410. Fridays (909) 383-2323
- San Bernardino: St. Anthony's Church San Bernardino 1640 Western Avenue (909) 887-3810
- San Bernardino: St. Paul's United Methodist Church. Distribucion de alimentos 785 N. Arrowhead Ave. San Bernardino, CA 92401 tercer miércoles del mes. 10 a.m. - 12 (909) 515-5770 [www.spumcsb.org](http://www.spumcsb.org)
- San Bernardino: Telacu Sierra Vista. Distribución de alimentos para adultos mayores, se necesita identificación y comprobante de dirección. 650 W. 6th St., 92410 Segundo miercoles del mes 1:30 p.m. hasta agotar existencia (909) 884-9490
- San Bernardino: The Rock Church. Distribución de alimentos para todos. 2345 S. Waterman Ave., San Bernardino, CA 92408. Martes y jueves de 8 -10 a.m. (909) 825-8887 Ext. 276 [www.rockchurch.com](http://www.rockchurch.com) Traiga sus propias bolsas y una identificación
- San Bernardino: The Way World Outreach. Distribucion de alimentos para todos. 1001 N. Arrowhead Ave., 92410. Lunes a sabado 11:30 a.m.-3:00 p.m.; Domingos, 1:30 p.m.(909) 884-7117 [www.thewayworldoutreach.org](http://www.thewayworldoutreach.org)
- San Bernardino: Trinity Christian Fellowship Church. Distriabucion de comida, comedor comunitario para todos. 8158 Tippecanoe Ave., San Bernardino, CA 92410. Distriabucion de alimentos miercoles 5 p.m.; Comedor comunitario lunes a jueves 11:30 - 2 p.m.(951) 347-8997 Email: trinityzion@aol.com
- San Bernardino: Vida Life Ministries. distribución de alimentos para residentes del Condado de San Bernardino, se necesita presentar identificación. Debe llenar un a aplicación y reservar un código QR en línea. 11608 Cedar Ave. Bloomington, CA 92316. Tercer sábado del mes 9-11 a.m.; Distribución de alimentos del departamento de agricultura el primer, segundo y cuarto sábados del mes de 8-11 a.m.; Familias de bajos ingresos vengan y compren alimentos a bajos precios de lunes a viernes. (323) 823-4762 [www.vidalifeministries.org](http://www.vidalifeministries.org) Distribución de alimentos en su automóvil.
- San Bernardino: Living Waters Community Church 1192 E. Davidson Street -- 92423 Domingos: 4:00 PM to 7:00PM (909)796-0695
- San Bernardino: St. John's Episcopal Church. Distribución de alimentos para todos. Debe presentar una identificación o algún documento que reciba por



correo con su nombre. 1407 N. Arrowhead Ave. 92405      miércoles de 9-11  
 a.m. (No hay distribución el segundo miércoles del mes)      (909) 889-1195

[www.stjohnsweb.org](http://www.stjohnsweb.org)

- Twentynine Palms Food Distribution. Distribución de alimentos para todos. 6450 Stardune Ave., Twentynine Palms, CA 92277. Tercer jueves del mes de 10 a.m. - Noon. (760) 361-3663
- Upland Center. Distribucion de alimentos para residentes de Upland, se requiere identificación, comprobante de ingresos, comprobante de dirección, 814 Alpine St., Upland CA 91786 Tercer miércoles del mes 5:30-7:30 p.m. (909) 622-3806 [www.inlandvalleyhopepartners.org](http://www.inlandvalleyhopepartners.org)
- Upland Community SDA Church. Distribución de alimentos para todos.. 205 S. Campus Ave. Upland, CA 91786. Domingos de 12 - 2 p.m. (909) 556-5030 <https://uplandcommunityca.adventistchurch.org/> Alimentos distribuidos en su automóvil
- Upland: Foothill Family Shelter. Despensas para residents de Upland, Pomona, Montclair, Claremont, Ontario and Rancho Cucamonga residents. Debe presentar comprobante de dirección, tales como licencia, identificación o una copia de los siguientes junto con una identificación: facture de servicios utilitarios, documento de la escuela, aviso de acción del condado con información de desempleo. Llama para confirmar si no esta Seguro. 1501 W. 9th St., Ste. D, Upland, CA 91786. Martes a jueves 9 a.m.-5 p.m. (cerramos de 12 - 1 (909) 920-0453 [www.foothillfamilyshelter.org](http://www.foothillfamilyshelter.org) Pañales y toallitas para limpiar, closet de ropa también esta disponible debe pedirlo. FFS Tambien especifica que hay bolsas de comida para todos aquellos que están indigentes que incluye bolsas de higiene personal, calcetas alimentos enlatado que se abren sin abrelatas, etc.
- Upland: George Gibson Senior Center. distribución de alimentos para adultos mayores de 60. Debe llenar una aplicación inicial se pide una donación de 10.00 pero no es necesario. 250 N. 3rd St., Upland, CA 91786. miércoles de 10 a.m. – 12 (909) 981-4501 [www.uplandca.gov/gibson-senior-center-services](http://www.uplandca.gov/gibson-senior-center-services)
- Upland: Kid Care International. Despensas para residentes de los condados de Riverside y San Bernardino 1200 N. Campus Ave. Upland, CA 91786 sábados 9:30-11:15 a.m. (909) 227-5037 [www.kidcare.org](http://www.kidcare.org) Servicios de entrega en su automóvil o en persona
- Upland: Sierra Vista Community Church 1589 W. 9th Street - Suite A -- 91786 Viernes 1:30 PM to 4:00 PM; Primer viernes (909)946-7822
- Victorville: Burning Bush Baptist Church. Distribución de alimentos para todos. Necesita presentar identificación 14849 7th St. Victorville, CA 92395.miercoles, 11:30 a.m.-1:30 p.m. (760) 241-6221 <https://www.bushpower.org/>
- Victorville: First Assembly of God - Feed My Sheep. Distribución de alimentos para todos. Necesita identificación ID required. 15260 Nisqually Rd., Victorville,



CA 92395 Lunes 10 a.m. - 12 (760) 243-4343

[www.vfassembly.org/feedmysheep](http://www.vfassembly.org/feedmysheep)

- Victorville: First Assembly of God Feed My Sheep 15260 Nisqually Rd. Lunes 10:00AM-12:00PM 760-243-4343
- Victorville: Greater Impact Christian Church. Distribución de alimentos para todos.. 17746 George Blvd., Victorville, CA 92394. Martes, 11 a.m. -12. (760) 246-4100 [www.greaterimpact.cc](http://www.greaterimpact.cc) Two bags of food
- Victorville: Holy Innocents Catholic Church 13230 El Evado Road (760) 955-6010
- Victorville: SDA Victorville Church. Distribución de alimentos para todos.. 16070 Lorene Dr., Victorville CA 92395. Jueves 9-11 a.m. (760) 245-3620 Distribucion de alimentos dentro de su automóvil. [www.greentreeadventist.com](http://www.greentreeadventist.com)
- Victorville: The Gate Church. Distribución de alimentos para todos, 11783 Amethyst Rd., Victorville, CA 92392. Lunes 9 a.m. - 12 (760) 949-8979 [www.thegatehd.com](http://www.thegatehd.com)
- Victorville: The Lord's Table. Distribucion de alimentos bolsas de comida para llevar para todos. 15512 6th St., 92395. Almuerzos para llevar lunes a viernes 11 a.m. -12; Cajas de comidas el tercer viernes del mes 7:30 -10:30 a.m. (760) 245-7674
- Victorville: The Salvation Army – Victorville. Distribución de alimentos para todos. Necesita identificación, comprobante de dirección 14585 La Paz Dr. Victorville 92395 Tues.-Fri., 9-11:45 a.m. (760) 245-2545 [www.victorvalley.salvationarmy.org](http://www.victorvalley.salvationarmy.org) Sack lunches/food pantry
- Wrightwood: Our Lady Of The Snows Catholic Church 975 Lark Rd. (760) 868-4342
- Yucaipa: Faith Lutheran Church. Distribución de alimentos para todos. 12449 California St., Yucaipa, CA 92399. Segundo y cuarto sábado del mes 9-10:30 a.m. (909) 790-1816 [www.faithlutheranyucaipa.org](http://www.faithlutheranyucaipa.org)
- Yucaipa: St. Francis Xavier Cabrini Church 12687 California Street (909) 338-2303
- Yucaipa: St. Francis X. Cabrini Church. Distribución de alimentos para todos. 12687 California St., Yucaipa, CA 92399. Martes y jueves 11 a.m.-1 p.m., Wednesdays, 5-7 p.m. (909) 797-2533 [www.stfrancesxcabrinichurch.org](http://www.stfrancesxcabrinichurch.org)
- Yucca Valley: Good Shepherd Lutheran Church. Distribución de alimentos para todos. 59077 Yucca Trl. Yucca Valley, CA 92284 Tercer lunes del mes 8:30-10:30 a.m. (760) 365-2548 [www.facebook.com/pages/Good-Shepherd-Lutheran-Church-LCMS/118464841502634](https://www.facebook.com/pages/Good-Shepherd-Lutheran-Church-LCMS/118464841502634) Distribución de alimentos dentro de su automóvil





## Recursos Legales GRATUITOS (Condados de Riverside y San Bernardino)

### **Catholic Charities of San Bernardino & Riverside Counties**

1450 N D Street

San Bernardino, CA 92405

(909) 388-1239, ext. 304

[www.ccsbriv.org](http://www.ccsbriv.org)

Asistencia para Aplicación Naturalización y otros servicios de Inmigración

### **Community Access Center**

6848 Magnolia Ave. Suite 150, Riverside, CA 92506

Riverside (951) 274-0358

Perris/Menifee (951) 263-0708

Palm Desert (760) 568-9319

Desert Hot Springs (760) 288-2854

<https://ilcac.org/>

Pueden proveer abogacía gratuita para los planes individualizados de educación IEP y otros servicios de abogacía para residentes del Condado de Riverside

### **Fiesta Educativa**

2310 Pasadena Ave., Suite #204,

Los Angeles, CA 90031

(323) 221-6696

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

Ayuda para IEP. Junta en persona para que los padres empiecen con el pie derecho. Se enfoca principalmente para padres de niños recientemente diagnosticados o si necesita más información sobre el Plan Individualizado de Educación de su hijo/a o Programa de Plan Individual. En Fiesta Educativa entendemos que hay preguntas que no pueden esperar a que pase un evento para que sean respondidas. Por esta razón, tenemos personal entrenado y experimentado que le pueden ayudar a encontrar respuestas a sus preguntas. Estamos a una llambada. Este servicio está disponible sin ningún cargo para usted.

### **Team of Advocates for Special Kids (TASK)**

4164 Brockton Ave. Riverside, CA 92501

[www.taskca.org](http://www.taskca.org)

Phone: (951) 328-1200

Conduce varios talleres en español y en inglés de forma gratuita en el condado de Riverside. Hay consultas para-IEP.



**Centro del Inmigrante, Inc.**

4055 Jurupa Avenue  
Riverside, CA 92506  
(951) 777-4427

[www.centroinmigrante.com](http://www.centroinmigrante.com)

Servicios proveídos: Educación y de alcance a la comunidad

**Libreria Del Pueblo Inc.**

998 North D Street  
San Bernardino, CA 92410  
(909) 888-1800

Servicios proveídos: Asistencia para la aplicación – naturalización

**Training Occupational Development Educating Communities (TODEC)**

Legal Center  
234 South D Street  
Perris, CA 92570  
(951) 943-1955

[www.todec.org](http://www.todec.org)

Servicios proveídos: Asistencia para la Aplicación – Naturalización, Educación, Alcance a la Comunidad

**Training Occupational Development Educating Communities (TODEC)**

Legal Center  
1482 Sixth Street  
Coachella, CA 92236  
(760) 698-8787

[www.todec.org](http://www.todec.org)

Servicios Proveídos: Asistencia para la Aplicación, - Naturalización, Educación, Alcance a la comunidad



## Recursos de Salud Mental para la Comunidad con Discapacidad de Intelecto y de Desarrollo (Condado de Riverside)

Si usted cree que pudiera estar experimentando algún reto de conducta o de salud mental y quisiera buscar tratamiento, haga una cita con su doctor. También puede contactar a su aseguradora médica y pida una remisión para ver un especialista de conductas en su área. La Sociedad del Autismo del Inland Empire mantiene una lista de especialistas de salud de conductas que tienen experiencia con la comunidad de personas con Discapacidad de Intelecto y de Desarrollo en <https://www.ieautism.org/counseling-2/>

- **Riverside County CARES Line Phone: (800) 706-7500** La Comunidad, Acceso, Remisión, Evaluación y Apoyo (Línea de CARES) está disponible de lunes a viernes de 8am – 5pm y es contestada por individuos que tienen licencia en servicios clínicos, quienes proveen apoyo e intervención de crisis, así como también acceso a servicios ambulatorios, servicios de hospitalización y recursos dentro de la comunidad. Hay servicios disponibles después de horas hábiles con información de recursos de salud mental disponibles por todo el condado de Riverside. Este recurso provee información y remisión para beneficiarios de Medi-Cal que pudiesen estar buscando Servicios de Salud Mental en Inglés y en español.
- **Substance Use CARES Line (24/7 in English and Spanish Phone – Línea de CARES para abuso de Substancias en inglés y español): (800) 499-3008**

**What's Up Safehouse** Casa segura es una línea disponible las 24 horas del día, siete días a la semana para comunicarse por medio de textos. Recibe apoyo inmediato de un profesional con licencia de salud mental. Dedicado para brindar apoyo a los residentes del Condado de Riverside para situaciones que tienen que ver con la ansiedad, abuso de sustancias, depresión, presión dentro de la escuela, presión de grupo, luchas que enfrentan los LGBTQ, problemas relacionales, pensamientos suicidas, acoso, y cualquier otro tema que pudiera estar causando problemas. Textee SHHELP al 844.204.0880 24/7 para apoyo y recursos inmediatos.

- **Riverside County 24/7 Mental Health Urgent Care**  
Si usted o alguien cercano a usted está experimentando pensamientos, sentimientos o conductas y quisiera que hablaran con alguien el día de hoy, llame o preséntese a cualquier localización de Cuidado de Salud Mental de Urgencias en cualquier momento. Alguien que ha estado en su misma situación y sabe cómo ayudar estará ahí para saludarle. Ya sea que esté pasando por una crisis o solamente necesita hablar con alguien, todos los servicios son voluntarios. Consejería y enfermería, así como medicamentos psiquiátricos están disponibles.



***All locations are open 24/7. Call or walk-in. No appointments needed.  
Todas las localidades están abiertas 24/7. Puede llamar o ir en persona.  
No es necesario sacar cita.***

- **Riverside (para adultos de 18 años o mayores)**

9890 County Farm Rd. Edificio. 2  
Riverside, CA 92503  
(951) 509-2499

Todos son bienvenidos no importa si tienen o no seguro médico o la posibilidad de pagar.

- **Perris (Jóvenes y Adultos de 13 años y mayores)**

85 Ramona Expressway  
Suites 1-3  
Perris, CA 92571  
(951) 349-4195

Todos son bienvenidos no importa si tienen o no seguro médico o la posibilidad de pagar.

- **Palm Springs (Jóvenes y Adultos de 13 años o mayores)**

2500 N Palm Canyon Dr., Suite A4  
Palm Springs, CA 92262  
(442) 268-7000

Todos son bienvenidos no importa si tienen o no seguro médico o la posibilidad de pagar.

### **National Alliance on Mental Illness (NAMI)**

La organización “formada por voluntarios” más grande de la nación para servicios de salud mental está dedicada a mejorar las vidas de muchos quienes son afectados de su salud mental.

NAMI aboga para tener acceso a servicios, tratamiento, apoyo e investigación y se mantiene firme en su compromiso para crear conciencia y construir una comunidad de esperanza para todos aquellos que lo necesitan.

- [NAMI Western Riverside County](#) Teléfono: (951) 369- 2721 Provee apoyo y servicios de remisión para los que lo necesitan en las ciudades de Riverside, Moreno Valley, Corona, Norco y Jurupa Valley/Rubidoux área.
- [NAMI Temecula Valley](#) Teléfono: (951) 672-2089 NAMI en el Valle de Temecula es una organización de base dedicada a mejorar la vida de aquellos afectados de su salud mental y sus seres queridos.
- [NAMI Coachella Valley](#) Teléfono: (888) 881-6264 Provee apoyo y servicios de remisión para las personas que lo necesitan en las ciudades de Banning, Palm Springs, Palm Desert, Indian Wells, Desert Hot Springs, Indio, Coachella, Salton Sea.
- [NAMI Mt. San Jacinto](#) Teléfono: (951) 765-1850 NAMI Mt San Jacinto es una organización de base formada de familias y seres queridos que han sido afectados por problemas serios de salud mental.



## Recursos de Salud Mental para la Comunidad con Discapacidad de Intelecto y de Desarrollo (Condado de San Bernardino)

### **Phoenix Services/County of San Bernardino Department of Behavioral Health - Servicios Phoenix/Condado de San Bernaruido Departamento de Salud Mental**

820 E. Gilbert Street San Bernardino, CA 92415

(909) 387-7200

*Ofrece servicios: Medicamentos. Los servicios también están disponibles para la comunidad de Habla Hispana y para los que tienen impedimento auditivo. Costo: Se determina de acuerdo a su posibilidad de pago y Medical.*

### **NAMI San Bernardino.**

Teléfono: (909) 654-4134.

La organización “formada por voluntarios” más grande de la nación para servicios de salud mental está dedicada a mejorar las vidas de muchos quienes son afectados de su salud mental.

NAMI aboga para tener acceso a servicios, tratamiento apoyo e investigación y se mantiene firme en su compromiso para crear conciencia y construir una comunidad de esperanza para todos aquellos que lo necesitan.

### **New Horizon Bilingual Family Therapy-acepta IEHP y la mayor parte de seguros médicos**

909-747-4344

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

1255 W. Colton Ave Ste. 585

Redlands, California 92374

Servicios de salud ambulatorios. Incluye asesoramiento, psicoterapia y manejo de medicamentos.

### **San Bernardino Department of Behavioral Health**

<https://wp.sbcounty.gov/dbh/mental-health-services/general/outpatient-clinics/>

Línea de acceso 24/7 Access y de remisión: 1.888.743.1478, 909.386.8256 o 711 para los que usan TTY o visite Servicio al Cliente: Pagina web para acceso y remisión.

### **Telecare Crisis Stabilization Unit**

951-643-2340

14677 Merrill Ave, Fontana, CA

Provee hasta 23 horas de estabilización para aquellos que están experimentando una crisis de salud mental o de conducta. Debe de tener por lo menos 13 años o ser mayor. Las personas que no tienen Seguro médico son bienvenidas. Los servicios incluyen asesoramiento, intervención, enlace a servicios de apoyo en la comunidad,



coordinación y admisión a tratamientos dentro de un hospital. Se aceptan personas sin cita previa puede venir por sí solos o puede que sea traído por los oficiales de la ley, Departamento de Salud mental, hospitales o clínicas. No se necesita tener documentos. Servicios en inglés y español.

## Oportunidades Sociales

### ARTE

**Art Camp 504.** Aprenda artes visuales y escénicas y socialización, las clases son en VIVO. ¡Las clases están disponibles para niños en todos lados!

<https://www.artcamp504.org/>

**Art Class - Autism Society Inland Empire** – Únase a nosotros y reciba clases de forma GRATUITA – Esta clase se da los martes 3 PM – 4PM. Todos son bienvenidos. Necesitará los siguientes materiales: lápiz, borrador, marcador o pluma negra, lápices de colores o crayolas. <https://www.ieautism.org/event/>

**Desert ARC offers weekly Zoom Arts and Crafts Classes - póngase en contacto con Marta para instrucciones de enlace por medio de Zoom**

[mgonzalez@desertarc.org](mailto:mgonzalez@desertarc.org) o llame al 760.601.2325. No necesita ser miembro de la organización para participar. <https://www.desertarc.org/resources>

**LEAPS Art Class** – Pongámonos creativos y expresémonos por medio del arte. Se requiere materiales mínimos para las clases, usualmente consiste en cartulinas, pegamentos y tijeras. Las clases son los miércoles de 1-1:45.

<https://www.leapsservices.com/virtual-learning>

**Outschool.** Clases en línea y en el campus. Explore su interés por medio de una video conferencia. Descubra una experiencia divertida, social y de forma segura para niños y jóvenes de 3 -18 conducidas por maestros que les gusta su trabajo. Las clases comienzan desde \$10. <https://outschool.com>



## CLASES DE COCINA

**Cooking Class with Chef Oscar from LEAPS.** Esta clase utiliza 5-7 ingredientes y las recetas típicamente toman entre 20-30 minutos. Estas clases puede que requieran algo de asistencia para medidas específicas. Las clases son los Jueves de 4-4:45. Contacte a Karina para recibir instrucciones para Zoom a [kmelgar@leapservices.com](mailto:kmelgar@leapservices.com) o llame al (760) 673-6564. Hay clases disponibles para membrecías a bajo costo para el Cooking Camp. También hay clases virtuales de forma gratuita en: <https://www.leapservices.com/virtual-learning>

**Claremont Chefs Academy** es una escuela de arte culinario que ofrece clases desde niños de 3 años hasta adultos. Nuestras clases permiten que nuestros estudiantes aprendan oficios culinarios tales como: utilizar cuchillos debidamente, seguridad alimenticia, etiqueta ciencia, socialización y habilidades matemáticas en un ambiente que es seguro y divertido. Los estudiantes disfrutarán de sus creaciones al final de cada clase y también se les darán las recetas para llevar a casa. Ofrecemos talleres, eventos de exploración, eventos en equipo, fiestas privadas, clases para estudiantes con necesidades especiales y mucho más. <https://www.claremontchefsacademy.com/>

**Outschool.** Clases en vivo en línea y en el Campus. Explore su interés en una video conferencia en vivo. Descubra una experiencia educativa de forma segura y divertida para niños de 3 – 18 conducidas por profesores apasionados de su trabajo. <https://outschool.com>

**The Kids Table** (con base en Chicago, para edades de 4-14)) – Manos a la obra, cocinando de manera divertida dentro de su propio hogar este verano aprenda con nuestras nuevas clases virtuales. Los niños aprenderán nuevas habilidades culinarias, deliciosas recetas y expandirán su sentido del gusto en grupos pequeños e interactivos. Edades de 4-14. <https://www.kids-table.com/virtual-classes> \$78/5-para 5 semanas o \$18/clases individuales.



## BAILE Y MUSICA

**Dance Class Teens and Adults - High Hopes Dance Troupe** – Contacte a Renee para recibir instrucciones de Zoom a [highhopesdance@yahoo.com](mailto:highhopesdance@yahoo.com) o en Facebook a High Hopes Dance. Sábados de 10am-11am

**Dance & Music Classes, School of Dance & Music**, Centro Segerstrom para las artes - <https://scfta.org/Engage-and-Learn/Camps-and-Classes/Dance-School-for-Children-Disabilities/>

**DJ Paul Dance Party every other Friday 5pm-6pm.** Eventos gratis. Todas las actividades son por medio de Zoom, para recibir instrucciones de como participar envíeme un mensaje a nuestro medio social o póngase en contacto directo conmigo por teléfono al: 951-588-3716 o envíe un correo electrónico: [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org). Visite la página para la información más actual <https://ucpie.org/>

**Fun Fridays @Autism Society Inland Empire!** ¡Es para todas las edades y es gratis! Únase a nosotros por 30 minutos de diversión posiblemente para hacer ejercicios con un super héroe, cantar junto con una princesa, y otras aventuras más. Viernes de 11-11:30am. Es gratis, pero debe registrarse – [www.ieautism.org](http://www.ieautism.org)

**Hip Hop Dance Class Teens and Adults - High Hopes Dance Troupe** – Contacte a Renee para instrucciones de como enlazarse por medio de Zoom a [highhopesdance@yahoo.com](mailto:highhopesdance@yahoo.com) o en Facebook at High Hopes Dance. Domingos de 4-5pm

**Let's Dance Together. Free Zoom Dance for Children with Special Needs.** ¡Es muy buen Ejercicio! ¡Es divertido! Todos los sábados para edades de 0/3 10-10:30am Edades de 4/7 10:30-11am Edades de 8/12 9:30-10am Numero de identificación de junta por medio de Zoom ID 773 8415 4263 la clave es Dance Taught By Elliana Kim. Si tiene preguntas envíe un correo a [ellianakim@gmail.com](mailto:ellianakim@gmail.com)  
<https://www.inlandrc.org/pec-events/lets-dance-together-zoom-dance-class/1605346200>

**Karaoke – LEAPS Services.** Que mejor manera de divertirse, después cantamos con nuestros amigos algunas de nuestras canciones favoritas. Se pide a los estudiantes que hagan las peticiones de sus canciones durante la clase. Esta clase es los Jueves de 1-2. ¡Nos vemos los jueves y no te olvides de estar listo para tus mejores pasos de baile! <https://www.leapsservices.com/virtual-learning>

**Music Class with Nick – LEAPS Services.** Le mostramos nuevas habilidades de tocar al mismo tiempo que exploramos y aprendemos como usar las baquetas. Esta clase es para participantes que tengan o no tengan experiencia previa. Si no tiene baquetas no se preocupe, puede usar sus manos y participar. Esta clase es los Jueves de 4-4:45. <https://www.leapsservices.com/virtual-learning>





**Music Therapy for ages 8 to 12 and 13 to adult – Autism Society Inland Empire.** Lecciones en grupo cada otro lunes con un terapeuta con licencia para dar terapia de música. \$10 por mes. Visite [www.ieautism.org/events](http://www.ieautism.org/events) para más información.

### **CLASES DE MEDITACION**

#### **Meditation Classes - Desert Recreation**

<https://www.myrecreationdistrict.com/adaptive-sports-calendar>

Ofrece muchos tipos de clases que incluye una clase gratis de meditación por vía de Zoom los viernes de 3-4pm. Debe registrarse. (760) 834-9597

**Meditation/Tai Chi – Desert Arc.** Contacte a Martha para recibir instrucciones de como enlazarse por medio de Zoom a [mgonzalez@desertarc.org](mailto:mgonzalez@desertarc.org) o llame al 760.601.2325. Los martes de 2-3pm. Gratis.

**Meditation with Michael – LEAPS Services.** Esta clase comienza con estiramientos leves y ejercicios de respiración. Después buscamos un lugar cómodo donde sentarnos (en el piso o en una silla) y seguimos la meditación guiada la cual le hará sentirse más calmado al final de clase. Esta clase es los sábados de 1-1:45. Debe registrarse en <https://www.leapsservices.com/virtual-learning>

**Movement and Self-Reflection – LEAPS Services.** Alístese para interactuar con otros que también están aprendiendo que participan en esta clase para aclarar su mente y sentirse más calmados por dentro. Sabemos que estamos viviendo momentos difíciles, el auto cuidado es importante. Únase a nosotros para una hora que ofrece movimientos modificados. <https://www.leapsservices.com/virtual-learning>



## **GRUPOS Y EVENTOS SOCIALES (VIRTUALES)**

**Autism Society of Inland Empire-** <https://www.ieautism.org/events/> Tiene más de 14 programas al mes que incluye eventos familiares una vez al mes. (BINGO, Trivia). Ofrecerá más oportunidades para toda la familia conforme la salud lo permita. Vea el calendario para la información actual. Debe registrarse.

- **Anime Group** – dos veces por mes
- **Movie Club** – dos veces por mes
- **Rancho Adult Group** –. Evento gratis para adultos independientes – no padres. Se juntan dos veces por mes los viernes por la noche.
- **Role Play Gamers Club** – juegos divertidos en línea como Calabozos y Dragones y muchos más.
- **Teen Girl Group - Autism Society Inland Empire.** Gratis. Se reúnen dos veces por mes los jueves para una diversión virtual. Es gratis.
- **Virtual Social Hour for teens and adults** - ¡Gratis! Los jueves de 3-4pm.

**Desert ARC** – Ofrece una variedad de programas virtuales y eventos sociales que incluyen una noche de películas los viernes por la noche de 5-6pm. Contacte Martha para recibir instrucciones de como enlazarse por vía Zoom a [mgonzalez@desertarc.org](mailto:mgonzalez@desertarc.org) o llame al 760.601.2325.

**IEHP Community Resource Center** ofrece clases virtuales. Si tiene alguna pregunta en como tener acceso a esta clase llame al 1-866-228-4347, or 711 for TTYusers. [IEHP - Community Resource Centers : Class Calendar](#)

**Rock N Our Disabilities** – Provee programas sociales, recreacionales, de educación, y programas de mentores para familias e individuos con necesidades especiales. Vea el calendar para Información actual de eventos.

<https://rocknourdisabilitiesfoundation.org/upcoming-events>

**UCPIE Virtual Activities** - <https://ucpie.org/> Llame a Ronica Reagins (951) 588-3716, [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org) para eventos en Zoom e instrucciones para conectarse. Ofreces servicios especiales cada mes.

**The Kid's College-** ¡Ofrece nuevos programas virtuales!

<https://register.asapconnected.com/Default.aspx?site=32206&org=3393>



## DEPORTES

**Adaptive CrossFit w/Ms. Cheryl through UCP Zoom.** Martes de 3pm-4pm. Eventos gratis. Llame a Ronica para recibir instrucciones de como enlazarse por Zoom a [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org) o llame al 951.588.3716. Todas las actividades son por medio de Zoom. Para recibir información de como enlazarse llame a Ronica 951-588-3716 o [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org). Visite nuestra página para la información actual. <https://ucpie.org/>

**Adaptive Karate with Sensei Tamara through UCP Zoom.** Lunes y miércoles de 3pm-4pm. Eventos gratis llame a Ronica para recibir instrucciones de como enlazarse por Zoom a [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org) o llame al 951.588.3716. Todas las actividades son por medio de Zoom, para recibir instrucciones en como participar llame a Ronica 951-588-3716 o [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org). Visite nuestra página para información actual <https://ucpie.org/>

### **Adaptive Sports: Archery, Basketball, Boccia, Fitness, Meditation, Pickleball, Tennis by the Desert Recreation District**

Palm Desert Community Center  
(760) 834-9597

<https://www.myrecreationdistrict.com/adaptive-sports-calendar>

Ofrece basquetbol adaptivo y para sillas de ruedas. Llame para información de cuando los deportes a la intemperie van a volver a esta disponibles. Es necesario registrarse.

**Adaptive Yoga Presented by UCPIE** – Llame a Ronica para recibir instrucciones de como enlazarse por Zoom a [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org) o llame al 951.588.3716. Evento gratis. Todas las actividades son por medio de Zoom, para recibir instrucciones de enlace llame a Ronica 951-588-3716 o [ronica@ucpie.org](mailto:ronica@ucpie.org). Visite la página para la información actual. <https://ucpie.org/>

**Fun Fridays @Autism Society Inland Empire!** ¡Es para todas las edades y es gratis! Únase a nosotros para 30 minutos de diversión haciendo ejercicios con un super héroe, cantar con una princesa y otras actividades divertidas. Viernes 11-11:30am. Es gratis, pero debe registrarse– [www.ieautism.org](http://www.ieautism.org)

**Zumba Online - Desert ARC** – miércoles de 2-3pm es gratis. Llame a Martha para recibir instrucciones de enlace por Zoom en [mgonzalez@desertarc.org](mailto:mgonzalez@desertarc.org) o llame al 760.601.2325. No necesita se miembro de la organización para participar.

<https://www.desertarc.org/resources>