

Servicios de Emergencia

- 24 Hrs. Línea Directa de Crisis de Salud Mental 800-783-0607
- Departamento de Bomberos de Cayucos, 805-995-3372
- Sheriff de la Costa Central (sirve a Cambria, Cayucos, Los Osos), 805-528-6083
- French Hospital- 1911 Johnson Ave, SLO, 805-543- 5353
- Departamento de Bomberos de Los Osos, 805-528-1053
- Departamento de Bomberos de Morro Bay, 805-772-6242
- Policía de Morro Bay, 805-772-6225
- Hospital Sierra Vista - 1010 Murray Ave., 805-546-7600
- Caridades Católicas SLO, 805-541-9110
- El Moro Church of the Nazarene, 805-528-0391
- Green Pastures, First Presbyterian Ch., 805-543-5451
- St. Vincent De Paul, 805-544-7041

Asistencia Para Ropa

- Vales de Centro de recursos LOC, Escuela Sunnyside Rm18, Los Osos, 805-592-2701
- Abundance Shop- 2190 9th St. LO, 805-528-1370

Servicios y organizaciones comunitarias y sociales

- Directorio de apoyo las 24 horas, 211
- CAPSLO, 805-544-4355 (para todos los programas)
- Caridades Católicas SLO, 805-541-9110
- Biblioteca de Cayucos- 310 B St., Cayucos, 805-995-3312
- alimentos/EBT/CalFresh, 877-847-3663
- Biblioteca de Los Osos- 2075 Palisades, LO, 805-528 -1862
- Cámara de Comercio de Los Osos, 805-528-4884
- Distrito de Servicios Comunitarios de Los Osos, 805-528-9370
- Conexiones de Recursos Comunitarios de Morro Bay- 695 Harbor St, MB, 805-225-1991
- Departamento de Servicios Sociales de Morro Bay- 600 Quintana Rd., MB, 805- 772-6405
- Biblioteca de Morro Bay- 625 Harbor St., MB, 805-772-6394
- Morro Bay Salvation Army- 540 Quintana Rd., 805-772-7062

Servicios Sociales Comunitarios y Organizaciones ...

- People Helping People, Los Osos (alimentos, suministros médicos, centro de recursos para personas mayores) 805-528-2626
- Promotores Collaborative, 805-543-6216
- SLO Salvation Army, 805-544-2401
- South Bay Community Center, 2180 Palisades Ave., Los Osos- 805-528-4169

LOC - Servicios Para Individuos, Familias y Personas Mayores

- LOC Centro de Recursos Comunitarios- Escuela Sunnyside Rm18, Martes, Miércoles, Jueves 1-3pm, 805-592-2701
- LOC Community Coalition (el equipo comunitario se reúne cada dos meses), 805-592-2701
- LOC Direct Outreach (Cenas comunitarias gratuitas, centros de calentamiento), 805-592-2701
- LOC Estero Bay Womenade, locwomenade@gmail.com

Servicios Para Discapacitados

- Centro de recursos de vida independiente, SLO, 805-462-1162 Ex.413
- Centro regional de los tres condados, SLO, 805-543-2833, 800-456-4153
- Departamento de rehabilitación, oficina de SLO, 805-549-3361
- Programa de empleo y rehabilitación vocacional (para veteranos, programa DSS del condado), 805-781-5766

Los Recursos Para la Violencia Doméstica

- Lumina Alliance (anteriormente RISE & Stand Strong) 24 horas de crisis, 805-545-8888
- Testigo Víctima conado de SLO DA 805-781-5821

Servicios de Drogas y Alcohol

- Alcohólicos anónimos, 805-541-3211
- Intercambio de agujas 24 Directorio de soporte por horas, 211
- Narcóticos Anónimos, línea telefónica las 24 horas 800-549-7730
- SLO Bangers Intercambio de jeringas, 805-458-0123
 - 760 Main St., MB- Lunes 2-4 pm
 - 2191 Johnson Ave., SLO- Miércoles 5:30-8:15 pm
- Servicios de Drogas y Alcohol del Condado de SLO, 805-781-4275

Servicios Educativos

- Cal Poly- Oficina del Decano de Estudiantes, 805-756-7177
- Colega Cuesta, 805-546-3100
- Alfabetización para la Vida, Iglesia Metodista Trinity - 490 LO Valley Rd lunes y jueves 7-8:30 pm, 805-541-4219
- Centro de sueños monarca (bilingüe), Colega Cuesta, 805-546-3109
- SLCUSD escuela de adultos, 805-549-1222

Empleo y desarrollo personal

- Centro de empleo de Estados Unidos de California, CalJobs.gov 805-286-8530
- Eckerd Workforce Development, 805-703-3390
- One-Stop SLO asesoramiento vocacional, 805-903-1400
- rehabilitacion vocacional, 805-549-3361

Defensa de la Familia y Niños y de Salud Prenatal

- CAPSLO Head Start, 805-528-3717
- CAPSLO The Center-SLO, 805-544-2478
- First 5 SLO, 805-781-4058
- Morro Bay WIC, 760 Morro Bay Blvd., 805-781-5570
- Ana O'Sullivan (TMHA), llame para una cita 805-503-0009
- Parents Helping Parents, 805-543-3277
- Planned Parenthood SLO, 888-898-3806
- Pregnancy & Parenting Support of SLO, 805-541-3367
- Seneca (formalmente Kinship Center), 805- 434-2449
- SLCUSD- Hector Santos, 805-235-6610

Sitios de Distribución de Alimentos

- Primeros 4 Martes 9:30 am Iglesia del Nazareno El Morro- 1480 Santa Ysabel, LO
- Miércoles 9:30 am-10:30 am PHP-South Bay Community Center- 2180 Palisades Ave., LO
- Sábado 9:00 am-1200 pm Iglesia Rock Harbor - 1475 Quintana Rd, MB
- Martes y Viernes 10am-12pm Trinity-Iglesia Metodista Unida 490 LO Valley Rd. LO
- Martes, Jueves 1pm-3:30pm Salvation Army MB- 540 Quintana Rd, MB
- 2do Martes del Mes Baywood Elementary-9th Street, LO
- 4to Jueves del Mes Del Mar Elementary- 501 Sequoia St, MB
- 1er, 2do y 3er Lunes 5pm-6pm Iglesia Metodista Unida Trinity- 490 LO Valley Road, LO,

Sitios de Distribución de Alimentos ...

- Miércoles 10:30 am-11 am Cayucos Community Church - 60 S. 3rd Street, Cayucos
- Miércoles 4-5pm Vets Hall, Morro Bay

Cenas Comunitarias Gratuitas

- Todos los Jueves, de 5pm - 6pm
 - Centro Comunitario de South Bay, 2180 Palisades Ave, LO
- Todos los Lunes, de 5pm - 6pm
 - Morro Bay Vets Hall, 209 Surf St.
 - Distribución de cenas y alimentos

Servicios de Vivienda y Refugio

- 5 ciudades coalición de personas sin hogar, 805-574-1638
- 40 Prado servicios para personas sin hogar, 805-544-4004
- CAPSLO veteranos sin hogar- 1320 Van Buerden Dr. Suite 101, LO, 805-237-0352
 - Junior Menchaca, CAPSLO - 805-458-3665
- ECHO refugio para personas de hogar, Atascadero, 805- 462-3663
- Servicios para personas sin hogar, apoyo de veteranos, 805-781-3993
- Línea de ayuda para veteranos sin hogar, 877-424-3838
- Vivienda de autoayuda para personas, 805-781-3088
- Salvation Army SLO 805-544-2401
- SLO Housing Authority (HASLO), 805-543-4478
- Smart Share Home Share SLO, 805-215-5474
- TMHA PATH Programa para personas sin hogar, 805-748-0610
 - Mariam Vargas, TMHA, 805-550-7691

Servicios de Inmigración

- Caridades Católicas- 751 Palm St., SLO, 805-541-9110
- theRefugeeCenter.org
- USCIS.gov

Servicios de Lavandería

- Lavandería de Amor, un ministerio de la Iglesia Episcopal de St. Benedict. 2179 10th St., Los Osos
 - Último miércoles del mes 11-1 pm (solo personas mayores)
 - 4-6 pm (abierto para todos)
- Lavandería de Amor, Morro Bay Lions- 520 Quintana Rd., MB
 - Tercer miércoles de cada mes 4-6 pm

Asistencia Legal

- Asistencia legal rural de CA, 805-544-7994 o 800-337-0690
- Audiencia por llamada a la corte por teléfono, 888-882-6878
- Clínica de asesoramiento sobre derecho familiar, 805-788-3418
- Centro de autoayuda Derecho familiar, 805-706 -3617
- SLO fundacion asistencia juridica, 805-543-5140
- SLO Law Line, 805-548-8884

Servicios Médicos

- Alianza para el Acceso Farmacéutico (APA)- 805-614-2040
- Brent R. Wells Optometrista, 2231 Bayview Heights Dr., LO, 805-528-5333
- Casa centro de salud comunitario, 805-269-1500
- Clinica dental infantil, 805-592-2445
- departamento de salud del condado, SLO- 2191 Johnson Ave., 805-781-5500
- Seguro médico, CoveredCA.com
- Morro Bay Lions, Gafas por referencia
- Clínica de NOOR, 805-439-1797,
- Clínica dental de NOOR, 805-592-2240
- Asociados de atención optométrica (CenCal) 805-528-5333
- Prado camioneta de dental, 805-786-0617
- Servicios de apoyo para personas HIV+& Hep C, 805- 781-3660

Servicios de Salud Mental

- Cal Poly servicios de asesoramiento, 805-756-1532
- centro de consejería comunitaria, 676 Pismo St., SLO, 805-543-7969
- Condado de SLO salud mental, 805-781-4700
- Equipo de evaluación de salud mental de SLO (24- horas), 800-838-1381
- Transitions Mental Health Association (TMHA) 805-540-6500

Servicios Para Mayores

- AARP línea de ayuda de fraude, 877-908-3360
- servicios de protección de adultos 805-781-1790
- asociación de alzheimer's, 805-547-3830
- Agencia de área sobre el envejecimiento, 805-925-9554
- Centro para personas mayores de Cayucos (Alimentos, suministros médicos, Centro de recursos para personas mayores), 805-995- 3543
- HICAP, ayuda con Medicare, 805-928-5663
- En lugar de casa 805-473-5781
- Cuidado de hospicio, 805-544-2266
- Servicios de apoyo en el hogar (IHSS), 805-772-6405

Servicios Para Mayores...

- LOC Estero Bay RU OK –líneas de ayuda para personas mayores
 - Los Osos- 805- 471-7118
 - Morro Bay-805-471-7129
- Cayucos 805-471-7096
- Ombudsman cuidado a largo plazo, 805-785-0132
- Centro para personas mayores de Morro Bay(mayores activa), 805 -772-4421
- People Helping People, 805-528-2626
- Condado de San Luis Obispo, 805-461-6110
- conexión senior para personas mayores
- Connection (agencia de área sobre el envejecimiento), 805-928-2552
- programa de nutrición para personas mayores/Meals That Connect Los Osos 805-528-6923; SLO 805-541-3312
- SLO Village red de soporte (afiliación) 805-242-6440
- Smart Share soluciones de vivienda, 805-215-5474
- Servicios comunitarios de Wilshire, 805-547-7025
- Hospicio de Wilshire, 805-782-8608

Transporte

- Llamada 511 para obtener asistencia con el transporte
- CA seguro de auto a bajo costo, 805-547-1000
- SLOCOG- 1114 Marsh St, SLO, 805 781-4219
- SLO RTA ADA Card/Runabout, 805-541-2228
- Ride-On Door to Door servicio de transporte, 805-541-8747

Asistencia de Servicios Públicos

- Gas Co. CARE Program, 800-427-2200
- Home Energy Assistance CAPSLO, 805-541-4122
- LOC Community Resource Center- Sunnyside School Rm18, 805-592-2701
 - martes, miércoles y jueves 1-3pm
- PG&E Programa CARE, 866-743-2273
- PG&E Asistencia de emergencia las 24 horas, 800-743-5000
- Salvation Army MB- 540 Quintana Rd., 805-772-7062

Veteranos

- CAPSLO- Servicios de apoyo para familias de veteranos (SSVF), 805-237-0352
- Veterans Services, SLO County- 801 Grand Ave., SLO, Lunes a Viernes 9am-5pm, 805-781-5766
- VA Línea de ayuda para veteranos sin hogar, 877-424-3838



www.LosOsosCares.com
WeCareInLosOsos@gmail.com
805-592-2701

