



---

*Una colección de recursos  
comunitarios para  
proveedores y familias en el  
condado de Saunders, NE*

---

# SAUNDERS COUNTY RESOURCE MANUAL



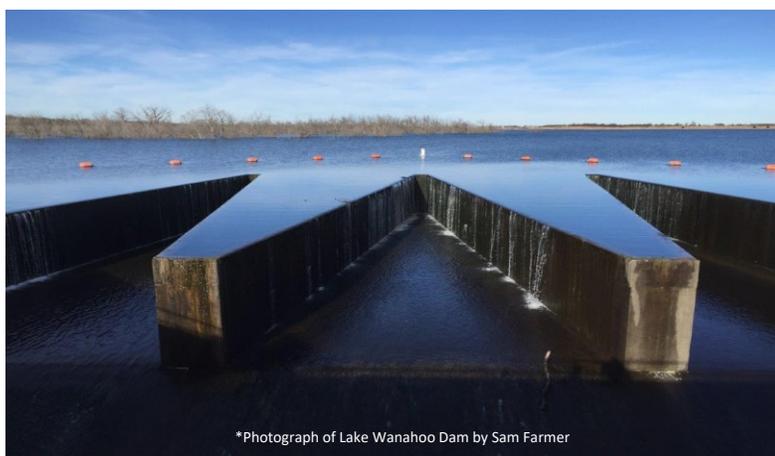
Este manual de recursos fue desarrollado con la intención de aumentar los factores de protección familiar.

Los Factores de Protección son condiciones que, cuando están presentes en una comunidad y en las familias, aumentarán la salud y el bienestar familiar.

- ♥ Soporte de hormigón
- ♥ Resiliencia de los padres
- ♥ Crianza y apego
- ♥ Conexiones sociales
- ♥ Conocimiento sobre crianza y desarrollo infantil.
- ♥ Competencia social y emocional de los niños

## EQUIPO COMUNITARIO ACTIVO DEL CONDADO DE SAUNDERS

Involucramos y empoderamos a nuestras organizaciones comunitarias con la información necesaria para cambiar la vida de las personas. Esperamos mejorar el bienestar de todos los hombres, mujeres y niños a través de la educación, el apoyo y los recursos.



Creado en asociación con ACT, Servicios Juveniles del Condado de Saunders y la Oficina del Fiscal del Condado de Saunders

## Tabla de Contenido

<b>Alimento</b>	<b>Página</b>
Despensas de alimentos locales y programas de comida.....	4
Asistencia nutricional .....	5
<b>Alojamiento</b>	
Refugio de emergencia .....	5
Vivienda que no es de emergencia .....	6
Otros programas de vivienda de apoyo .....	7
Muebles .....	8
<b>Asistencia financiera</b>	
Asistencia para alquiler/servicios públicos .....	9
Asistencia de beneficios .....	10
Asistencia con recetas médicas.....	11
Asistencia financiera para la primera infancia .....	12
Transportacion .....	13
<b>Salud física</b>	
Salud física - emergencia .....	13
Salud física: no es emergencia .....	14
Servicios de salud dental .....	15
<b>Servicios para adultos y niños</b>	
Definición de términos importantes de salud mental .....	16
Servicios para personas mayores y discapacitadas .....	19
Terapia/Consejería .....	19
Asistencia por abuso de sustancias .....	22
Comportamientos de los niños .....	23
Grupos de padres e hijos .....	24
Servicios a domicilio .....	25
Servicios para padres .....	26

Suministros para bebés .....	26
Servicios de abuso/negligencia infantil .....	27
Violencia doméstica/agresión sexual .....	27
Programación después de la escuela/verano .....	28
Cuidado infantil/preescolar .....	29
Ropa .....	30
Grupos de apoyo .....	30
Preparación laboral/asistencia profesional .....	32
Asistencia educativa .....	32
Programas extracurriculares/apoyo para jóvenes .....	33
<b>Servicios para veteranos</b>	
Programas para veteranos .....	34
<b>Otros servicios</b>	
Servicios legales .....	35
Líneas directas .....	35



## ALIMENTO

### Despensas de alimentos y Programas de comidas

#### **American Lutheran Church (Iglesia Luterana Americana)**

Despensa de alimentos de Ashland y Asistencia alimentaria del armario para niños  
1941 Silver Street, Ashland, NE 68003  
(402) 944-3535

#### **Destiny Church (Iglesia del Destino)**

1319 N. Sycamore Street, Wahoo, NE 68066  
(402) 443-6762

Hora de despensa de alimentos: 5:00 – 6:15pm el jueves

Ingrese por la puerta trasera y suba por la rampa

Sin requisitos de ingresos

Las cancelaciones o aplazamientos debido al clima o la escasez de suministros se publican en la página de Facebook de Iglesia del Destino, así como en los grupos de Facebook del condado de Saunders o Wahoo.

#### **LifeHouse (Case de vida)**

549 N H St. Fremont, NE 68025

Horario: martes de 10 a. m. a 2 p. m.; miércoles de 16 a 18 horas; jueves 5pm-7pm

\*Se puede acceder a la caja de alimentos de emergencia fuera del horario de despensa. Llame al (402) 721-3125 para programar la recogida.

\*Proporciona un suministro de alimentos nutricionales para 7 días

Traiga una identificación con fotografía y un correo recibido en su domicilio dentro de los 30 días.

#### **Living World Church (Iglesia Mundial Viviente)**

1110 N Lincoln Ave. Fremont, NE 68025

(402) 721-2068

(402) 699-1919 (celúla)

\*Cajas de comida de emergencia disponibles-llamar al celular

Cada tercer jueves 4pm-7pm

Traiga una identificación con fotografía

#### **Salvation Army-Wahoo (Ejercito de Salvacion - Wahoo)**

(402) 898-5942

Contacto de emergencia para la comunidad Wahoo: Pastor White (402) 443-3940

Horario: lunes a viernes 9am-4pm

Servicios: servicios en casos de desastre, asistencia financiera de emergencia, programas de alimentación y nutrición y servicios estacionales.

### **Salem Lutheran Church (Iglesia Luterana de Salem)**

401 E Military Ave, Fremont NE 68025

(402) 721-6158

Ultimo sabado del mes: 9am-9:30am

Distribución gratuita de pan y panadería

Los sábados son en el edificio Common Grounds-406 E 6<sup>th</sup> St.

### **Wahoo Senior Center (Centro para personas mayores Wahoo)**

235 E. 4<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE

(402) 443-4463

Programa de comidas servido a las mediodía, de lunes a viernes



## **ASISTENCIA NUTRICIONAL**

### **SNAP/Asistencia de Emergencia (DHHS)**

Servicios: Tarjeta EBT para asistencia de alimentos o corte de agua/alcantarillado

La solicitud debe completarse por teléfono o en línea

La calificación se basa en los ingresos

Los programas de Asistencia Económica del DHHS promueven el bienestar y brindan apoyo para lograr la autosuficiencia de familias, niños, individuos, ancianos y personas con discapacidades brindando servicios médicos, nutricionales y financieros.

Para solicitar cualquier programa de Asistencia Económica:

Solicitudes en papel imprimibles que se encuentran en línea en [www.ACCESSNebraska.ne.gov](http://www.ACCESSNebraska.ne.gov)

Solicitudes electrónicas disponibles en [www.ACCESSNebraska.ne.gov](http://www.ACCESSNebraska.ne.gov)

Llame para solicitar una solicitud impresa por correo o recógela en cualquier oficina local del DHHS.

Llame al Centro de Servicio al Cliente al 1-800-383-4278 para completar una solicitud por telefono, actualizar información, informar cambios, completar revisiones y obtener información sobre el estado del caso.

### **WIC (DHHS)**

504 W 8<sup>th</sup> St.

Wahoo, Nebraska

(402) 727-0608

**Solo por cita**

212 East 8<sup>th</sup> Street, Suite B

Fremont, NE 68025

(402) 727-0608

Servicios: alimentos saludables, apoyo a la lactancia materna, educación nutricional y recursos comunitarios y de salud. Calificaciones: mujeres embarazadas, mujeres que amamantan, madres primerizas, bebés, niños hasta los 5 años, Niños de crianza hasta los 5 años.

Requerido en la cita: Comprobante de identificación, dirección e ingresos.



## ALOJAMIENTO

### Refugio de emergencia

#### LifeHouse (Casa de vida)

723 N Broad St, Fremont, NE 68025

(402) 721-3125

Horario: Lunes a viernes: 8 am a 5 pm. Abierto las 24 horas, los 7 días de la semana, con gestión de casos de guardia las 24 horas, los 7 días de la semana

Servicios: Un lugar de refugio, apoyo y estabilidad para personas y familias sin hogar, capacitándolos para lograr independencia y enriquecimiento permanente. Para lograrlo, LifeHouse es la única agencia dentro del área vecina de seis condados que ofrece refugio las 24 horas a hombres, mujeres y niños sin hogar.

Apoyo personalizado durante su transición. Su familia puede permanecer junta en una habitación.

Se proporcionan comidas, lavandería y otros servicios de apoyo.

LifeHouse proporciona los siguientes soportes y programación:

+Refugio de emergencia (acceso las 24 horas)

+Proyecto de vivienda de transición

+Proyecto de Vivienda de Apoyo Permanente

+Programa de respuesta comunitaria

+Servicios de salud conductual

+Asistencia sanitaria

+Clases de educación sobre habilidades para la vida

+Servicios de prevención y cuidados posteriores

+Calificaciones para los servicios de administración de casos: personas y familias sin hogar y casi sin hogar. Sitio

web: [www.lifehouse.org](http://www.lifehouse.org) @LifeHouseNE



### Vivienda que no es de emergencia-Vivienda basada en ingresos

#### City View Apartments (Apartamentos City View)

140 W. 13<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4123

Vivienda basada en ingresos

### **Fremont Housing Agency (Agencia de Vivienda de Fremont)**

2510 N Clarkson, Fremont, NE 68025

(402) 727-4848 Ext. 112

Riley O'Neill, Gerente de Programa de Vivienda

[fhahpm@fremonthousing.org](mailto:fhahpm@fremonthousing.org)

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

Vales de elección de vivienda de la Sección 8 (HCV). Podemos ayudar con el pago del alquiler a personas y familias calificadas dentro de nuestra jurisdicción, que es la mayor parte del condado de Saunders. La vivienda se basa en los ingresos. También prestamos servicios en los condados de Dodge, Washington y Colfax con nuestro programa HCV. Solicite (solicitud en papel) y presente los documentos requeridos (es decir, verificación de antecedentes, verificación de ingresos, antecedentes penales, etc.)

En el condado de Dodge, tenemos una combinación de programas que incluyen vivienda pública (basada en ingresos) y crédito fiscal para viviendas de bajos ingresos (ingresos restringidos). Realizamos verificaciones de crédito, de propietario y de antecedentes penales de todos los solicitantes adultos. Calificaciones: Ingresos bajos, muy bajos y extremadamente bajos, discapacitados, personas mayores (62+) y familias con niños.

### **Westview Apartments (Apartamentos en Westview)**

1229 N. Hackberry Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-5082

Vivienda basada en ingresos para personas mayores y discapacitadas



## **Otros programas de vivienda de apoyo - Apoyos Concretos**

### **Community Action Partnership of Nebraska (Asociación de acción comunitaria de Nebraska)**

#### **Nebraska Homeless Assistance Program (Programa de asistencia para personas sin hogar de Nebraska)**

365 W. 1<sup>st</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 277-7330

### **LifeHouse (Casa de vida)**

Programas de vivienda de apoyo

Transitional and Permanent Supportive Housing (Vivienda de apoyo transitoria y permanente)

723 N Broad St Fremont NE 68025

(402) 721-3125

- Gestión intensiva de casos en el hogar, vivienda de apoyo hasta por 24 meses, profesionales de salud mental/sustancia
- asesoramiento sobre abuso, capacitación para el desarrollo de habilidades laborales, clases de elaboración de presupuestos y administración del hogar, crianza y familia saludables, clases de educación sobre relaciones

### ¿Quien es elegible?

- aquellos que cumplen con los criterios para personas sin hogar de HUD
- vivir en un refugio (sin hogar o violencia doméstica)
- debe tener 19 años o más
- individuos y familias
- aquellos que tienen una condición discapacitante calificada (es decir, salud mental, abuso de sustancias, salud mental crónica)

## Oxford Housing (Alojamiento en Oxford) – Adulto – Vida sobria

### Llame para más información

Hombres y mujeres

Directorio de ubicaciones y números de teléfono de Nebraska: [https://www.oxfordhouse.org/directory\\_listing.php](https://www.oxfordhouse.org/directory_listing.php)

## Proteus, Inc.

3830 VerMaas Place, Ste. A, Lincoln, NE 68502

Kim Parnell, MA

(402) 805-4004

Celular: (531)220-1720

Servicios de emergencia para trabajadores agrícolas migrantes de paso o en estancia. Como vivienda, comestibles, reparaciones menores del automóvil, cualquier cosa que necesiten para llegar a casa o a su próximo trabajo.



## Muebles

## Catholic Social Services (Servicios sociales católicos)

St. Louise Gift & Thrift Store (Tienda de segunda mano y regalos de St. Louise)

2201 O Street, Lincoln, NE 68510

402-474-1600 Ext.7028

Abierto: martes a viernes, de 10:00 a. m. a 5:00 p. m.

Abierto: Sábado 10:00 am- 1:00 pm

Cerrado: domingo y lunes

## Goodwill Industries (Industrias de buena voluntad)

3175 E. Elk Lane, Fremont NE 68025

(402) 727-5007

Ropa poco usada, accesorios de vestir, libros, videos y decoración del hogar.

*Horario de la tienda minorista:*

Lunes a viernes: 9:00 am - 9:00 pm

Sábado: 9:00 am - 7:00 pm

Domingo: 12:00 pm - 6:00 pm

**Habitat for Humanity- HOME STORE (Hábitat para la Humanidad- TIENDA DEL HOGAR)**

701 E. Dodge St, Fremont NE 68025

(402) 298-5272

Horario de la tienda:

Todos los viernes: 8 am – 4 pm

Todos los sábados: 8 am – 2 pm

Abierto al público!

- Fremont Area Habitat Home Store es un establecimiento de mejoras para el hogar que vende mercancías donadas nuevas y en buen estado.
- Todos los artículos se venden con un descuento importante y las ganancias se destinarán a Habitat for Humanity. Amplia selección de muebles, electrodomésticos, vajillas y decoración del hogar. (SIN ropa).

Sitio web/Facebook: [www.fremonthabitat.org](http://www.fremonthabitat.org)**FINANCIAL ASSISTANCE (ASISTENCIA FINANCIERA)****Asistencia para alquiler/servicios públicos**

¿Necesita ayuda con el alquiler o los servicios públicos? Puede acudir a cualquiera de las agencias a continuación para recibir asistencia:

**Community Action Partnership of Lancaster and Saunders County (Asociación de acción comunitaria de Lancaster y el condado de Saunders)**365 W. 1<sup>st</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 277-7330

210 O Street, Lincoln, NE 68508

(402) 471-4515

**Community Response (Respuesta de la comunidad)**

Navegadora central – Amber Pelan

(402) 443-8107

Coordinadora – Michelle Libal

(402) 429-8933 cell

**Dodge County General Welfare Assistance (Asistencia de bienestar general del condado de Dodge)**

Ubicado en el Palacio de Justicia en el 1er piso, Sala 104.

435 N. Park Ave, Fremont NE 68025

(402) 727-2731

Proporciona servicios de alquiler, servicios públicos...etc. Sólo uso de emergencia.

**Lifehouse (Casa de la vida)** (Ver Vivienda para más información)

723 N. Broad Street, Fremont, NE 68025

(402) 721-3125

**Nebraska Department of Health and Human Services-Asistencia Económica Contacto de Servicio al Cliente:: (Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska)**

(800) 383-4278

En Lincoln (402) 323-3900

En Omaha (402) 595-1258

Horario: lunes a viernes: 8:00 am - 5:00 pm

**Salvation Army (Ejército de Salvación)**

707 N I Street, Fremont, NE

(402) 721-0930

2625 Potter Street, Lincoln, NE

(402) 474-6263

- No existen pautas de ingresos; sin embargo, los clientes deben tener ingresos o ingresos pendientes
- El cliente debe poder demostrar que puede afrontar este gasto en un futuro próximo.
- Abierto al condado de Saunders

**Uniquely Yours Stability Support (Soporte de estabilidad únicamente)**

St. Timothy Lutheran Church (Iglesia Luterana de San Timoteo)

538 W. 16<sup>th</sup>, Fremont, NE 68025

(402) 727-8977

Algunas de estas agencias tienen programas de apoyo adicionales. Debe ser remitido a este servicio. Por favor llame con anticipación para programar una cita.

**Asistencia de beneficios****DHHS**

Asistencia económica del DHHS (SNAP, LIHEAP, cuidado infantil, asistencia para abuelos), Medicaid, etc.

[www.accessnebraska.ne.gov](http://www.accessnebraska.ne.gov); ACCESS Nebraska Centro de Servicio al Cliente Asistencia Económica

1-800-383-4278; Acceda al Centro de Servicio al Cliente de Nebraska Medicaid 1-855-632-7633

Solicite y envíe los documentos requeridos, actualice información e informe cambios en el HH, complete renovaciones y revisiones y vea los beneficios actuales.

**Good Neighbor Community Health Center- Fremont Clinic (Centro de salud comunitario Buen Vecina - Clínica Fremont)**

2740 N Clarkson St, Fremont NE, 68025

(402) 721-0951

Good Neighbor Community Health Center es un centro de salud calificado a nivel federal que brinda atención primaria a cualquier persona. Aceptamos pacientes asegurados, Medicaid, Medicare y no asegurados. A nadie se le negarán nuestros servicios en función de su capacidad de pago. Los servicios de salud conductual se financian total o parcialmente con fondos federales, estatales y/o del condado de Behavioral Healthcare de las Regiones 4 y 6.

Consejero de solicitudes certificado que ayuda a los clientes a solicitar diferentes opciones de seguro médico y otros tipos de programas estatales de Nebraska. Este servicio es gratuito. Algunas de las asistencias en Nebraska con las que ayuda el consejero son el Mercado de seguros médicos, Medicaid de Nebraska, el Programa de seguro médico para niños (CHIP), la Ayuda para niños dependientes (ADC) y el Programa de asistencia nutricional suplementaria (SNAP).

### **Kim Homes**

(402) 443-1311

### **Linda Maly**

(402) 277-6377

### **Stephanie Swerczek**

PO Box 274, Ashland, NE 68003

402-518-5546

Celúla: (402) 670-0357

Opciones de seguro médico tanto en el Mercado como en planes médicos a corto plazo (menores de 65 años). Educación sobre Medicare e inscripción en cobertura suplementaria. Asistencia para gastos iniciales de Medicaid. Cobertura de seguro auxiliar (es decir, planes dentales, de la vista, contra el cáncer, de indemnización hospitalaria, etc.)



## **Asistencia con recetas médicas**

### **Mental Health Prescription Assistance (Asistencia con recetas de salud mental)**

Lincoln Regional Center (Centro Regional Lincoln)

Financial Responsibility Office (Oficina de Responsabilidad Financiera)

801 West Prospector Place, Lincoln, NE 68522

(402) 479-5421

Elegibilidad:

1. Compromiso de la Junta de Salud Mental de Nebraska Compromiso para pacientes hospitalizados o ambulatorios
2. La persona debe estar en recuperación activa.

3. La persona debe poder demostrar la falta de Medicaid/Medicare u otro seguro médico. Los medicamentos deben estar en la lista de medicamentos disponibles. Se permitirá un suministro máximo de 30 días para cualquier medicamento. Las recetas están limitadas a un máximo de 5 resurtidos, con excepciones para la clozapina. Las recetas son válidas por seis meses para sustancias controladas y un año para todas las demás. **TENGA EN CUENTA:** Se utiliza la sustitución genérica a menos que el producto no esté disponible comercialmente como genérico.

### **Methodist Fremont Health (Salud metodista de Fremont)**

450 E. 23rd St, Fremont NE 68025

Por favor llame al (402) 941-7220 para programar una cita.

Programa de asistencia con medicamentos (MAP)

- Ayudar a aquellas personas que califican y que cumplen con ciertas pautas financieras, sin seguro o con seguro insuficiente
- Se aplica únicamente a medicamentos de mantenimiento. Estos son medicamentos que se toman para afecciones a largo plazo o de forma continua.
- Ciertos medicamentos no están cubiertos por este plan.
- Las personas cubiertas por Medicare no califican.

### **Nebraska Rx Card (Tarjeta Rx de Nebraska)**

(402) 909-1128

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

Nebraska Rx Card es el programa estatal gratuito de asistencia con medicamentos recetados disponible para todos los residentes de Nebraska. El programa se lanzó el 30 de junio de 2009 para ayudar a los habitantes de Nebraska sin seguro o con seguro insuficiente a pagar medicamentos recetados. Los residentes con seguro también pueden utilizar el programa para descontar medicamentos no cubiertos.

Nebraska Rx Card ofrece ahorros de hasta el 80% en algunos medicamentos. El programa es completamente confidencial y todas las tarjetas están preactivadas y no caducan. El programa se acepta en Hy-Vee, CVS/pharmacy, Kmart, Pamida, Safeway, Shopko, Target, Walmart y Walgreens junto con otras 68,000 farmacias participantes en todo el país. Este programa no es un seguro.

### **Rx Assist (Asistencia de Rx)**

Email: [info@rxassist.org](mailto:info@rxassist.org)

[rxassist.org](http://rxassist.org)

Rx Assist es un centro de recursos nacional para ayudar a pacientes y cuidadores a localizar programas farmacéuticos y otros recursos para reducir los costos de los medicamentos.



## **Asistencia/recursos financieros para la primera infancia**

### **Saunders County Community Response (Respuesta de la comunidad del condado de Saunders)**

387 N Chestnut Street, Suite 1, Wahoo, NE 68066  
 Coordinadora comunitaria: Michelle Libal (402) 429-8933  
 Navegadora central: Amber Pelan (402) 443-8107

Sistema de apoyo y servicios que brindan asistencia a niños y familias para evitar el ingreso a otros sistemas de atención. Los servicios incluyen asistencia para el alquiler, asistencia para personas sin hogar, asistencia para el transporte, suministros de higiene, ropa, artículos para bebés, asistencia para los servicios públicos, referencias de servicios, educación y gestión financiera, y más.

### **Nebraska Early Development Network (Red de desarrollo temprano de Nebraska)**

Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos)  
 Jessica Anthony, Coordinadora de programa  
 (402) 471-8133

Nebraska Department of Education Early Childhood (Departamento de Educación de Nebraska Primera Infancia)  
 Amy Bunnell, Especialista en Educación Especial  
 (402) 580-9730

La Red de Desarrollo Temprano (EDN) atiende a niños desde el nacimiento hasta los tres años y a sus familias. Un niño es elegible para recibir servicios si no se está desarrollando normalmente o si se le ha diagnosticado una condición de salud que afectará su desarrollo.

Cualquier persona preocupada por el desarrollo del niño puede hacer una derivación (es decir, un miembro de la familia, un proveedor de cuidado infantil, un médico, un trabajador social u otro proveedor de servicios). La llamada se enviará a un Coordinador de Servicios quien se comunicará con la familia dentro de los siete días para determinar si están interesados en los servicios de la Red de Desarrollo Temprano.

### **WIC**

212 East 8<sup>th</sup> Street  
 Fremont, NE  
 (402) 727-0608

504 West 8<sup>th</sup> Street  
 Wahoo, NE 68006  
 (402) 727-0608

Servicios: Proporciona subvenciones federales a los estados para alimentos suplementarios, referencias de atención médica y educación nutricional para mujeres de bajos ingresos embarazadas, lactantes y posparto que no amamantan, y para bebés y niños de hasta cinco años que se encuentren en riesgo nutricional.

Calificaciones: Mujeres embarazadas y en posparto de bajos ingresos.

<http://dhhs.ne.gov/Pages/WIC.aspx>



## **Asistencia de Transporte-General**

### **Wahoo Senior Center**

235 E 4th St, Wahoo, NE 68066  
 (402) 443-4463  
 Busy Wheels (Ruedas ocupadas)  
 Operado por voluntarios de lunes a jueves.

### **Saunders County Public Transportation (Transporte público del condado de Saunders)**

426 N Broadway, Wahoo, NE 68066  
 (402) 443-8168

Website: <https://saunderscounty.ne.gov/webpages/transportation/transportation.html>

Contacto: Corrina Boles [cboles@saunderscounty.ne.gov](mailto:cboles@saunderscounty.ne.gov)

Horario de oficina: lunes a viernes de 8 a. m. a 12 p. m.

Horario de la camioneta: lunes a viernes de 8 a. m. a 4:30 p. m.

\*\*Consulte el Manual de Políticas y Procedimientos en el Sitio Web para obtener información sobre costos, rutas, inscripciones, reservaciones y cancelaciones. \*\*Calendario de viajes publicado en el sitio web

El sistema de transporte público del condado de Saunders brinda servicio de respuesta a la demanda a todos los residentes del condado de Saunders. Consulte nuestras Políticas y Procedimientos para conocer los costos de tarifas, horarios e información adicional sobre el uso de nuestro servicio. Nuestro enlace Calendario de viajes lo llevará a nuestro calendario anual, que muestra qué áreas reciben servicio cada día.



## **SALUD FÍSICA**

### **Salud Física - Emergencia**

### **Good Neighbor Community Health Center- Fremont Clinic (Centro de salud comunitario Buen Vecino - Clínica Fremont)**

2740 N Clarkson St, Fremont NE, 68025  
 (402) 721-0951

Good Neighbor Community Health Center es un centro de salud calificado a nivel federal que brinda atención primaria a cualquier persona. Aceptamos pacientes asegurados, Medicaid, Medicare y no asegurados. A nadie se le negarán nuestros servicios en función de su capacidad de pago. Los servicios de salud conductual se financian total o parcialmente con fondos federales, estatales y/o del condado de Behavioral Healthcare de las Regiones 4 y 6.

### **Saunders Medical Center** (Centro Medico de Saunders)

1760 County Road J, Wahoo, NE 68066

Family Care Clinic (Clínica de Atención Familiar) (atención para todas las edades): (402) 443-4191

Diabetes Support Group (Grupo de apoyo para la diabetes) (gratis): se reúne el cuarto jueves del mes a las 11 a. m. en SMC. Si tiene preguntas, llame al (402) 443-4191 x538.

Healthy Lifestyles Program (Programa de Estilos de Vida Saludables) (Gratis) (402) 443-4191 x309

Edge Therapy and Community Wellness (Edge Therapy y bienestar comunitario) (no de emergencia): (402) 443-1426

Saunders Medical Center Long Term Care (Atención a largo plazo del Centro Médico Saunders): (402) 443-4685  
 Saunders Medical Center Nurse Care Line (La línea de atención de enfermería de Saunders Medical Center) está abierta de lunes a viernes de 5 p. m. a 7 p. m. y las 24 horas los sábados y domingos, llame al (402) 443-1448  
 Se necesita un seguro; Se requieren verificaciones de ingresos si se solicitan exenciones.

### **Three Rivers Public Health Department (Departamento de Salud Pública de Tres Ríos)**

2400 North Lincoln Avenue

Fremont, NE 68025

(402) 727-5396 or 1-866-727-5396

1320 31<sup>st</sup> Street (lado oeste del edificio)

Wahoo, NE 68066

1er y 3er lunes de cada mes 9am-4:00pm

La Clínica del Departamento de Salud Pública de Three Rivers brinda servicios de vacunación y exámenes de salud, así como atención de salud reproductiva confidencial y de alta calidad para hombres y mujeres. Nuestros servicios son económicos y aceptamos la mayoría de los seguros médicos. Para quienes no tienen seguro, el costo del servicio se basa en los ingresos y el tamaño de la familia. Los cargos varían desde el precio gratuito hasta el precio completo. Sin embargo, nadie es rechazado por no poder pagar. El programa Bright Smiles brinda servicios dentales preventivos para niños de 0 a 5 años de edad en entornos Head Start/Early Head Start, WIC y guardería/preescolar. Los fondos para este programa son proporcionados por la Oficina de Salud Bucal y Odontología del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska. El programa ofrece educación sobre salud bucal, exámenes de detección y la aplicación de barniz de flúor por parte de un higienista dental registrado en salud pública.

### **Lane's Auto Service & Tires (Servicio de automóviles y neumáticos de Lane)**

Servicios mecánicos asequibles (asociados con Saunders County Community Response)

1660 Co Rd G, Wahoo, Ne 68066

Llama o envía un mensaje de texto Lane: (402) 314-1681



### **Salud física: no de emergencia**

#### **Brick House Fitness (Gimnasio en casa de ladrillos)**

105 N. 15<sup>th</sup> Street, Ashland, NE 68003

(402) 944-2827

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

Horario de acceso para miembros: los 7 días de la semana, de 4 a. m. a 11 p. m.

Horario de oficina: lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m. Sábado de 9 a. m. a mediodía

Sala de pesas, sala de cardio, estudio de clases grupales

#### **Makovicka Physical Therapy (Fisioterapia Makovicka)**

559 W. 15<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4555

Fisioterapia, terapia acuática, punción seca, geriátrica, deportiva, salud de la mujer.

### **Wahoo Parks & Recreation - Civic Center (Parques y recreación de Wahoo - Centro cívico)**

310 N. Linden Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4174

Horario de atención (desde el fin de semana del Día Memorial hasta el Día del Trabajo, las instalaciones están cerradas los domingos)

Lunes a jueves: 5:00 a. m. a 9:00 p. m.; viernes: 5:00 a. m. a 6:00 p. m.; sábado: 7:00 a. m. a 4:00 p. m.; domingo: 1:00 p. m. a 5:00 p. m. (fin de semana del Día del Trabajo hasta el fin de semana del Día Memorial)

El Centro Cívico de Wahoo es una instalación recreativa basada en membresías. Una membresía del Centro Cívico incluye acceso a todas las áreas de actividades del Centro Cívico y permite a los miembros aprovechar tarifas reducidas para programas y actividades recreativas, clases de acondicionamiento físico, bronceado, alquiler de fiestas grupales y pases de temporada para el Centro Acuático Wahoo. Se ofrecen varios paquetes de membresía con diferentes tarifas para residentes y no residentes de Wahoo. Ver sitio web:

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

### **Wahoo Senior Center (Centro para personas mayores Wahoo)**

235 E 4th St, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4463

Horas de operación

Lunes a viernes 8:00-4:30 p.m.

Programas de fitness como Tai Chi y sala de fitness están disponibles para las personas mayores.

### **YMCA Fremont**

810 N. Lincoln Avenue, Fremont, NE 68025

(402) 721-6952

Programas: deportes acuáticos, deportes para jóvenes y adultos, programas para jóvenes y adolescentes, salud y bienestar, cuidado infantil, campamentos de verano

Como organización sin fines de lucro centrada en la comunidad, estamos posicionados para ayudar a todos a tener éxito ofreciendo nuestra asistencia financiera a quienes la necesitan y abriendo nuestras puertas a todos. La Y también ofrece a cada miembro un paquete completo que incluye el uso completo de todas nuestras instalaciones con muchos programas y actividades diferentes para elegir. ¡LA Y ES PARA TODOS!



## **Salud Dental**

### **Creighton University School of Dentistry (Facultad de Odontología de la Universidad de Creighton)**

2802 Webster, Omaha, NE 68178

(402) 280-5990

Acepta adultos y niños.

Los horarios varían. Llamar con anticipación.

### **Peoples Health Center – Lincoln (Centro de salud del pueblo - Lincoln)**

1021 N 27<sup>th</sup> Street, Lincoln, Ne 68503

(402) 476-1455

Acepta tanto niños como adultos. Tarifa de escala móvil y Medicaid.

Horario de oficina: lunes a viernes: 8 a. m. a 4:30 p. m.

### **University of Nebraska Medical Center, College of Dentistry (Centro Médico de la Universidad de Nebraska, Facultad de Odontología)**

40<sup>th</sup> & Holdrege, Lincoln, NE 68583

(402) 472-1333 (Adultos)

(402) 472-1305 (Niños)

Mediados de agosto a mediados de mayo: Horario de oficina: lunes a viernes de 8 a. m. a 5 p. m.

Horario de verano: lunes a viernes de 7:30 a. m. a 4:30 p. m.

Tarifa móvil y Medicaid

### **UNMC, College of Dentistry Omaha office, postgraduate clinics: (UNMC, oficina de la Facultad de Odontología de Omaha, clínicas de posgrado:)**

42<sup>nd</sup> & Emilie, Omaha, Ne 68198

(402) 559-6000 (Adultos)

(402) 559-6100 (Niños)



## **Servicios para adultos y niños**

### **Definición de términos importantes de salud mental**

**Conocimiento sobre el desarrollo y los comportamientos infantiles, la crianza y el apego.**

**Competencia social y emocional de los niños. Resiliencia de los padres.**

**Definiciones de salud conductual para el tratamiento de salud mental y abuso de sustancias**

### **Proveedores de salud mental autorizados de Nebraska**

**Terapia:** Término general que se refiere al tratamiento no médico para problemas psicológicos. En psicoterapia, el paciente y el terapeuta conversan sobre los síntomas, pensamientos, comportamientos, deseos y emociones del paciente con el objetivo de aclarar y reducir los problemas psicológicos. Un **consejero** o **terapeuta** es un término general que se refiere a una persona que brinda terapia. Cualquiera puede llamarse consejero o terapeuta, así que asegúrese de preguntar sobre la capacitación, la experiencia y la licencia si un terapeuta potencial está usando este título.

**Cuando busca un proveedor de salud mental, puede resultar fácil confundirse con los muchos tipos de terapeutas. A continuación se detallan algunos de los tipos más comunes de terapeutas y proveedores de salud mental, y una breve descripción de su capacitación.**

### **Psiquiatra (MD)**

Un psiquiatra es un médico (MD) con formación especializada en el tratamiento de trastornos psiquiátricos. Un psiquiatra tiene una licencia estatal para ejercer la medicina y puede realizar evaluaciones y brindar tratamiento (tanto medicamentos como psicoterapia) para trastornos psicológicos. Debido a la gran demanda de sus servicios, muchos psiquiatras ahora se centran en el manejo de medicamentos y brindan derivaciones para terapia u otros servicios de salud mental (aunque este no es siempre el caso, por lo que debe preguntarle a su psiquiatra cómo funciona su práctica).

### **Enfermera de práctica avanzada (APRN) y asistente médico (PA)**

Se pueden encontrar APRN y PA asociados con psiquiatras. Cada uno de ellos ayuda al psiquiatra a diagnosticar, tratar y prescribir trastornos de salud mental.

- Una enfermera registrada de práctica avanzada (APRN) es una enfermera que tiene una maestría, una posmaestría o un doctorado en una especialidad de enfermería y, por lo general, puede ejercer la medicina sin la supervisión de un médico. Las APRN ayudan a satisfacer la demanda de profesionales de atención médica primaria y especializada, especialmente en áreas rurales y otras áreas desatendidas por médicos. Pueden recetarle medicamentos.
- Un asistente médico es un profesional de la salud autorizado para practicar la medicina como parte de un equipo con médicos y otros proveedores. Los PAs se preocupan por prevenir y tratar enfermedades y lesiones humanas brindando una amplia escala de servicios de atención médica bajo la supervisión de un médico o cirujano. Realizan exámenes físicos, diagnostican y tratan enfermedades, ordenan e interpretan pruebas, desarrollan planes de tratamiento, realizan procedimientos, prescriben medicamentos y brindan asesoramiento sobre atención médica preventiva.

### **Psicólogo (Ph.D., Psy.D)**

Un psicólogo es cualquier persona con un título de doctorado (PhD. O PsyD.) en psicología. Sin embargo, no todos los psicólogos han sido capacitados o autorizados para brindar tratamiento de salud mental.

- **Los psicólogos clínicos y de asesoramiento (PhD., PsyD)** tienen capacitación especial en el tratamiento de salud mental. Los psicólogos de estas especialidades cuentan con una amplia formación realizando evaluaciones psicológicas y brindando psicoterapia. Un psicólogo debe tener una licencia de Nebraska para brindar tratamiento. Los psicólogos no pueden recetar medicamentos en el estado de NE.
- **Psicólogo de la escuela**  
En realidad, los psicólogos escolares tienen una formación algo diferente a la de otras maestrías y deben tener licencia o certificación para brindar servicios por parte del estado. Los psicólogos escolares brindan una variedad de servicios, que incluyen consultas con padres, maestros y el sistema escolar sobre problemas de salud mental y de comportamiento, brindando asesoramiento psicológico, desarrollando

programas para toda la escuela relacionados con problemas de salud mental y de comportamiento, y evaluando habilidades académicas.

### **Consejero de salud mental autorizado (PLMHP, LMHP, LIMHP)**

Los consejeros y terapeutas autorizados en Nebraska deben completar una educación de maestría, experiencia clínica supervisada de posgrado y aprobar el Examen Nacional de Consejeros o un examen equivalente reconocido por el Estado de Nebraska. Todos los consejeros y terapeutas de salud mental autorizados pueden realizar evaluaciones y brindar terapia.

- Un profesional de salud mental con licencia provisional (PLMHP) es un recién graduado que tiene licencia para ejercer bajo la supervisión directa de un psiquiatra, psicólogo o profesional de salud mental independiente con licencia (LIMHP) durante sus primeras 3000 horas de práctica.
- Un profesional de salud mental con licencia ha completado 3000 horas supervisadas y debe ejercer bajo la supervisión de un psiquiatra, psicólogo o LIMHP.
- Los profesionales independientes de salud mental con licencia (LIMHP) han adquirido más de 6000 horas de experiencia supervisada y pueden ejercer sin supervisión.

Todos los LMHP/LIMHP pueden aceptar seguros para servicios de tratamiento, incluido Medicaid. Los LMHP/LIMHP no pueden recetar medicamentos.

Las siguientes son las credenciales más comunes que verá en nuestra área.

\*Los profesionales con licencia provisional (PLMHP) han completado los requisitos educativos y deben cumplir con las horas de supervisión según lo exige la junta estatal de licencias.

- **Los consejeros profesionales autorizados (LPC)** pueden brindar una variedad de servicios, que incluyen evaluación, psicoterapia y administración de casos, pero no pueden recetar medicamentos.
- **Trabajadores sociales clínicos autorizados (LCSW, LICSW)** Los trabajadores sociales clínicos autorizados pueden proporcionar una variedad de servicios, que incluyen evaluación, psicoterapia y gestión de casos. En el estado de Licencias NE, los trabajadores sociales clínicos pueden aceptar pagos a través de Medicare.
- **Terapeuta matrimonial y familiar (LMFT, LIMFT)** Un terapeuta matrimonial y familiar es una persona con una maestría (MA) o un doctorado (PhD) en terapia matrimonial y familiar. Los terapeutas matrimoniales y familiares también deben completar al menos dos años de experiencia clínica supervisada.
- **Consejero Licenciado en Alcohol y Drogas (LADC)** Un Consejero Licenciado en Alcohol y Drogas (LADC) es una persona que posee una licencia NE emitida por el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Un LADC puede tener varios títulos, desde el nivel asociado hasta el doctorado.

\* Los LADC no tienen licencia para brindar terapia de salud mental.

\*Las personas diagnosticadas o que padecen adicción y otros problemas de salud mental deben buscar terapia de un terapeuta autorizado tanto en LADC como en LCSW o LMHP.

### **Otros proveedores**

- **Consejero Pastoral (MDiv., DMin.)**

Los consejeros pastorales tienen formación tanto en teología (religión) como en psicología y utilizan una integración de ambas en su enfoque para tratar los problemas de salud mental. Los consejeros pastorales

pueden tener una licenciatura de un colegio o universidad de 4 años, un título profesional de un seminario o una maestría (MA) o un doctorado (D.Min., Ph.D.). Los consejeros pastorales están certificados por la Asociación Estadounidense de Consejeros Pastorales y pueden brindar psicoterapia.

- **Consejeros escolares**

Los consejeros escolares profesionales son educadores certificados con un mínimo de una maestría en consejería escolar, lo que los califica de manera única para abordar las necesidades académicas, profesionales y de desarrollo personal/social de todos los estudiantes que promueven y mejoran el éxito de los estudiantes. Los consejeros escolares profesionales trabajan en escuelas primarias, secundarias y preparatorias.

Fuente: Mandersheid, RW y Henderson, MJ (Eds.) Mental Health, Estados Unidos. Pub del DHHS. (SMA) 3938. Rockville, MD: Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias, 2004. NE DHH



## Servicios para personas mayores y discapacitadas

### **Aging Partners (Socios mayores)**

600 S. 70<sup>th</sup> Street, Lincoln, Ne 68510

(402) 441-7070 o 1-800-247-0938

<https://www.lincoln.ne.gov/City/Departments/Aging-Partners>

Proporciona información, asistencia y educación sobre servicio comunitario y cuidados a largo plazo; Programa de Apoyo al Cuidador Familiar; Programa de personal de mantenimiento/ama de llaves; Transporte a centros para personas mayores; Préstamo de equipo médico duradero (andadores, sillas de ruedas, etc.); Servicios de línea de vida; Administración de cuidados.

**Vida asistida y atención a largo plazo:** existen varias opciones de atención a largo plazo en el condado de Saunders. Estos incluyen, entre otros: Liberty House, Saunders House Saunders Medical Center, South Haven, The Meadows (Ashland), etc.

### **Nebraska Aging & Disability Resource Center (Centro de recursos para personas mayores y discapacitadas de Nebraska)**

Lincoln, Ne 68509

1-844-843-6364

Correo electrónico: [DHHS.Aging@nebraska.gov](mailto:DHHS.Aging@nebraska.gov)

Proporciona información, asistencia, referencias, opciones de atención a largo plazo y apoyo para los habitantes de Nebraska de 60 años o más, personas con discapacidades de todas las edades, familiares, cuidadores y defensores.

### **Salvation Army (Ejército de Salvación)**

235 E 4<sup>th</sup> Street, Wahoo, Ne 68066

(402) 443-5168 or (402) 898-5942

Asistencia de emergencia para la comunidad de Wahoo y sus alrededores: Pastor White (402) 443-3940

Proporciona servicios de desastre, asistencia financiera de emergencia, programas de alimentación y nutrición y servicios estacionales.



## Terapia/Consejería

**Conocimiento sobre el desarrollo y los comportamientos infantiles, la crianza y el apego. Competencia social y emocional de los niños. Resiliencia de los padres.**

Como un servicio solamente y sin respaldo, la siguiente es una lista parcial de personas y agencias en el condado de Saunders, NE, que son proveedores de servicios de salud conductual.

### **Blue Valley Behavioral Health (Salud conductual del valle azul)**

355 E. 4th Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4414

Horario: martes a jueves de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.; Viernes 9:00-4:00 pm. Llame para concertar una cita. Sitio web: [bvbh.net](http://bvbh.net)

Tratamiento de salud mental y abuso de sustancias para adultos y jóvenes, administración de medicamentos, apoyo comunitario para adultos y servicios escolares. Aceptamos casi todos los seguros, incluidos Medicaid y Medicare; hay una escala móvil de tarifas disponibles para quienes califican y no tienen seguro.

### **Bryan Medical Center-West Campus (Bryan Medical Center-Campus Oeste)**

Departamento de Emergencia

2300 S. 16<sup>th</sup> Street, Lincoln, NE 68502

(402) 481-1111

Disponible las 24 horas, los siete días de la semana.

El departamento de emergencias de salud mental de Bryan brinda atención de emergencia/evaluaciones de crisis de salud mental para determinar si se necesita hospitalización.

### **Bryan Counseling Center (Centro de Consejería Bryan)**

2300 S. 16th Street, Lincoln, NE 68502

(402) 481-5991

Horario: Lunes a Viernes 9:00 am- 5:00 pm

La atención de salud mental que no es de emergencia está disponible a través del Bryan Counseling Center.

Evaluaciones psicológicas, consejería individual y familiar, programa ambulatorio, hospitalización parcial, servicios de transición.

**Future Focus Counseling, LLC (Consejería de enfoque futuro, LLC)**

Codi L. Camp, LMHP, LPC  
 136 E 5<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066  
 (402) 413-0159

**Infinite Change Family Therapy Center (Centro de Terapia Familiar Cambio Infinito)**

245 S. 84<sup>th</sup> Street, Suite L101, Lincoln, NE 68510  
 (402) 327-0017

Terapia individual, de pareja, familiar, grupal, salud mental, trastornos por uso de sustancias, evaluaciones concurrentes.

**Lotus Behavioral Health, LLC. (Salud conductual de Lotus, LLC.)**

Katlynn Osborn, MSW, LIMHP, LADC, CCTP  
 152 E 6<sup>th</sup> Street, Fremont, NE 68025  
 (402) 720-1741

**Radiant Counseling (Consejería Radiante)**

Dalia Ruvalcaba, LIMHP, CTP  
 (402) 287-4927

Servicios de telesalud bilingües disponibles

**Lutheran Family Services (Servicios para la familia luterana)**

2301 O Street, Lincoln, NE 68510  
 402-441-7940

1420 E. Military Avenue #100  
 Fremont, NE 68025  
 (402) 721-1774

11807 Q Street  
 Omaha, NE 68137  
 (402) 595-1338

Salud mental, uso de sustancias, manejo de medicamentos, atención integrada, apoyo comunitario para todas las edades. Complete un formulario de Nuevo Cliente en línea en <https://www.onelfs.org/become-a-client/> o llame al (402) 342-7007. Escala de tarifas móviles disponible.

**Multi-Systemic Therapy (Terapia multisistémica)****Boys Town Nebraska (Ciudad de niños Nebraska)**

5074 Ames Avenue, Omaha, NE 68104=

\*Debe ser elegible para Medicaid para recibir servicios.

MST es una intervención intensiva basada en la familia y la comunidad para delincuentes juveniles graves y en riesgo. Los terapeutas ingresan al hogar varias veces por semana durante tres a cinco meses para concentrarse en preservar a los jóvenes de manera segura en la comunidad y en el hogar. MST se centra en los factores de riesgo de la juventud, la familia, la escuela y la comunidad.

### **National Alliance on Mental Illness (Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales)**

University of Nebraska Omaha (Universidad de Nebraska Omaha)

6001 Dodge St. CEC 219, Omaha, NE 68182-0305

(402) 345-8101

<https://naminebraska.org/about-nami-nebraska/>

Proporciona información y apoyo utilizando recursos locales, obtenga más información sobre enfermedades mentales y apoyo con la recuperación.

### **Nebraska Mental Health Centers (Centros de salud mental de Nebraska)**

1320 E. 31<sup>st</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 483-6990

Atención de salud mental, evaluaciones/intervenciones familiares, violencia doméstica, intervención grupal, cuestiones psicoleales, integración y apoyo comunitario, servicios para personas mayores.

### **Region V Systems (Sistemas de la Región V)**

1656 N Street, Lincoln, Nebraska 68508

(402) 441-4343

<https://region5systems.net>

El Programa de Inversión para Familias y Jóvenes (FYI) brinda apoyo de gestión de casos a jóvenes y adultos jóvenes de 5 a 25 años diagnosticados con un trastorno emocional grave o una enfermedad mental grave y a sus familias. El Programa utiliza el enfoque Wraparound, que se basa en los sistemas de apoyo naturales de la familia en su comunidad. El enfoque comienza con el principio de garantizar “voz y elección”, que estipula que se debe dar importancia primordial a las perspectivas de la familia, incluido el niño, durante la planificación y otras actividades. Los participantes cuentan con un socio profesional que coordina los servicios. A través de un esfuerzo de equipo centrado en la familia, los socios profesionales coordinan y facilitan los servicios formales e informales y el apoyo necesario para ayudar a los jóvenes y sus familias a alcanzar sus metas establecidas. Wraparound requiere además que el proceso de planificación en sí, así como los servicios y apoyos proporcionados, sean individualizados, impulsados por la familia, culturalmente competentes y basados en la comunidad. Las familias deben cumplir con los requisitos de elegibilidad del programa financiero y de diagnóstico para recibir apoyo de Socio Profesional sin costo. Para las familias que no cumplen con los criterios de elegibilidad, está disponible la opción de pagar una tarifa mensual por participar.

### **Saunders Medical Center (Centro Médico Saunders)**

Edge Therapy and Community Wellness (Terapia de borde y bienestar comunitario)

1760 County Road J, Wahoo, NE 68066

(402) 443-1426

Nuestra misión es brindar el más alto nivel de atención de rehabilitación posible con el objetivo principal de devolverle el estilo de vida del que depende, el estilo de vida que se merece, de la manera más rápida y segura posible. ¡Tu calidad de vida es importante para nosotros!

Los terapeutas tienen comunicación continua con el médico remitente y ayudan con todas las inquietudes sobre el seguro. Le explicamos a usted y a su médico los detalles de su tratamiento y progreso, de manera clara y comprensible. Esperamos poder ayudarle en su recuperación.



## Asistencia para el uso de sustancias

### **Blue Valley Behavioral Health (Salud conductual del valle azul)**

355 E. 4th Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443.4414

Horario: martes a jueves de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.; Viernes 9:00-4:00 pm. Llame para concertar una cita. Sitio web: [bvbh.net](http://bvbh.net)

Tratamiento de salud mental y abuso de sustancias para adultos y jóvenes, administración de medicamentos, apoyo comunitario para adultos y servicios escolares. Acepte casi todos los seguros, incluidos Medicaid y Medicare; hay una escala móvil de tarifas disponible para quienes califican y no tienen seguro.

### **Lutheran Family Services (Servicios para la familia luterana)**

1420 E Military Ave #100, Fremont, NE 68025

(402) 721-1774

Horario: lunes de 8 a. m. a 6 p. m.; jueves de 8 a 17:30 horas; Viernes de 8 a 12 h. Llame para concertar una cita. Sitio web: [onelfs.org](http://onelfs.org)

Tratamiento de salud mental y abuso de sustancias para adultos y jóvenes, tratamiento RSafe de abuso sexual para familias y niños, administración de medicamentos, apoyo comunitario para adultos y servicios escolares. Se aceptan casi todos los seguros, incluidos Medicaid y Medicare; hay una escala móvil de tarifas disponible para quienes califican y no tienen seguro.

### **Wellbeing Initiative Inc. (Iniciativa de bienestar Inc.)**

Peer Support Specialists (Especialistas en apoyo de pares)

5530 O Street, Lincoln, NE 68510

(531) 254-5325

<https://wellbeinginitiatives.org>

La misión de Wellbeing Initiative, Inc. es capacitar a las personas que viven con problemas de salud mental y uso de sustancias para que alcancen su máximo potencial. Nos esforzamos por lograr esto cultivando comunidades a través de capacitación, educación y oportunidades de éxito. Se brinda apoyo de pares para el uso de sustancias, la salud mental y más. Los servicios son gratuitos, ¡contáctenos hoy!

Brindar capacitación de alta calidad, educación continua y una plataforma virtual para la construcción de relaciones con especialistas en apoyo de pares y personas con problemas de salud conductual.



## Comportamiento de los niños

**Boys Town (ciudad de chicos)**

¡Educación para padres, apoyo y más!

14100 Crawford Street, Boys Town, NE 68010

Línea directa 24 horas al día, 7 días a la semana 1-800-448-3000

<https://www.boystown.org/parenting/guides/Pages/default.aspx>

**Families Forever, Nebraska Children’s Home Society (Familias para siempre, Sociedad de Hogares para Niños de Nebraska)**

En todo el estado

4939 South 118<sup>th</sup> Street, Omaha, NE 68137

(402) 451-0787

Para las familias formadas mediante adopción o tutela, el programa Families Forever de NCHS está aquí para brindarles apoyo. Nuestras conexiones con recursos comunitarios, apoyo individual de pares y cursos educativos pueden ayudarlo a fortalecer y profundizar las conexiones y relaciones dentro de su familia. Utilizamos los modelos basados en evidencia “Family Check-Up” y “Everyday Parenting”.

**Nebraska Early Development Network (Red de desarrollo temprano de Nebraska)**

Número gratuito 1-888-806-6287

Proporciona servicios de intervención temprana para familias con niños desde el nacimiento hasta los tres años de edad con retrasos en el desarrollo y/o necesidades de atención médica y conecta a las familias con los servicios necesarios.

**Region V (Región B)**

¡Prevención, programas de apoyo familiar, servicios para jóvenes que salen del cuidado de crianza y más!

Comuníquese con la Región V para obtener recursos para usted y su familia.

1645 N Street, Lincoln, NE 68508

(402) 441-4343

Horario de oficina: lunes a viernes de 8:00 a. m. a 4:30 p. m.

**RSafe (consulte Asistencia para el uso de sustancias)**

Tratamiento de abuso sexual para jóvenes

Lutheran Family Services (Servicios para la familia luterana)

(402) 595-1338

**Grupos de padres/hijos****God-Teens (Dios-adolescentes)****Southern Nebraska Catholics (Católicos del sur de Nebraska)**

Oficina de Educación Religiosa

3700 Sheridan Blvd. Suite 6, Lincoln, NE 68506  
 Jeff Schinstock, Director  
 (402) 473-0631

### **Nebraska Children's Home Society (Sociedad de Hogares Infantiles de Nebraska)**

4939 S. 118<sup>th</sup> Street, Omaha, NE 68137  
 (402) 451-0787

Los abuelos y los cuidadores de una generación saltada a menudo se sienten solos cuando se embarcan en la crianza de sus hijos por segunda vez. Si está cuidando a familiares jóvenes y siente que nadie comprende sus desafíos, estamos aquí para brindarle educación, recursos y apoyo. ¡También brindamos educación y apoyo para madres adolescentes, programas para padres jóvenes, programas de embarazo y más! Contáctenos para grupos locales en su área.

### **Nebraska Extension Early Childhood Development (Extensión de Nebraska Desarrollo de la Primera Infancia)**

Linda Reddish  
[Linda.reddish@unl.edu](mailto:Linda.reddish@unl.edu)  
 (402) 444-4237

Abuelos. Clase de formación en tutela. Clase de co-paternidad. Familias militares. Nebraska Extension ofrece programas y recursos educativos asequibles y basados en investigaciones. Nuestro objetivo es empoderar a todos los adultos que cuidan a niños pequeños brindándoles un desarrollo profesional de alta calidad que prepare el escenario para el aprendizaje, el descubrimiento y el éxito durante toda la vida. La información de cada programa se basa en investigaciones realizadas por profesores aquí en Nebraska. ¡Estamos aquí para ayudarle a tomar lo que ha aprendido en la capacitación y la investigación y ponerlo en práctica!

### **Saunders County Youth Services (Servicios para jóvenes del condado de Saunders)**

Directora del programa: Amber Pelan  
 387 N. Chestnut, Suite 1, Wahoo, NE 68066  
 (402)443-8107  
[apelan@saunderscounty.ne.gov](mailto:apelan@saunderscounty.ne.gov)

Los servicios disponibles incluyen, entre otros, derivación de servicios para problemas familiares y delincuencia juvenil, desviación juvenil previa al juicio, servicios de intervención contra el ausentismo escolar, servicios de apoyo familiar, derivaciones terapéuticas, apoyo para padres y más.



### **Servicios a domicilio**

### **Nebraska Early Development Network (Red de desarrollo temprano de Nebraska)**

Número gratuito 1-888-806-6287

Proporciona servicios de intervención temprana para familias con niños desde el nacimiento hasta los tres años de edad con retrasos en el desarrollo y/o necesidades de atención médica y conecta a las familias con los servicios necesarios.

### **Families Forever, Nebraska Children’s Home Society (Familias para siempre, Sociedad de Hogares para Niños de Nebraska)**

En todo el estado

4939 South 118<sup>th</sup> Street, Omaha, NE 68137

(402) 451-0787

Para las familias formadas mediante adopción o tutela, el programa Families Forever de NCHS está aquí para brindarles apoyo. Nuestras conexiones con recursos comunitarios, apoyo individual de pares y cursos educativos pueden ayudarlo a fortalecer y profundizar las conexiones y relaciones dentro de su familia. Utilizamos los modelos basados en evidencia “Family Check-Up” y “Everyday Parenting”.

### **Families Inspiring Families (Familias que inspiran familias)**

1645 N Street, Ste A, Lincoln, NE 68503

(402) 441-4369

Nuestra familia en Families Inspiring Families se dedica a ayudar a su familia. Creemos firmemente que todas las familias pueden unirse para ofrecer apoyo, esperanza y aliento a través de una relación positiva. Ayudamos a brindar a cada familia la oportunidad de conocer y comprender verdaderamente a sus hijos y, al mismo tiempo, tener la oportunidad de establecer contactos con otras familias y encontrar soluciones a los desafíos.

### **Region V (Región V)**

Apoyo y educación para padres

1645 N Street, Lincoln, NE 68508

(402) 441-4343

Horario de oficina: Lunes – Viernes 8:00 am – 4:30 pm

### **Six Pence (Seis peniques)**

445 E. 1<sup>st</sup> Street, Fremont, NE 68025

(402) 512-0078

<https://wallerstedtk.wixsite.com/fremont-sixpence>

Lauren Stoklasa, [lauren@stoklasa@fpsmail.org](mailto:lauren@stoklasa@fpsmail.org)

Visitas a domicilio, eventos grupales, oportunidades de socialización. Para calificar, debe ser elegible para recibir almuerzo escolar gratuito o a precio reducido, ser elegible para WIC o Medicaid, ser un niño nacido prematuramente, el inglés no es el idioma principal o si los padres son menores de 18 años. Necesita vivir en Fremont o sus alrededores.



## **Servicios para padres**

### **Boys Town (ciudad de chicos)**

Crianza de los hijos

14100 Crawford Street, Boys Town, NE 68010

Línea directa 1-800-448-3000

<https://www.boystown.org/parenting/guides/Pages/default.aspx>

### **Nebraska Early Development Network (Red de desarrollo temprano de Nebraska)**

Número gratuito 1-888-806-6287

Proporciona servicios de intervención temprana para familias con niños desde el nacimiento hasta los tres años de edad con retrasos en el desarrollo y/o necesidades de atención médica y conecta a las familias con los servicios necesarios.

### **Region V (Región V)**

1645 N Street, Lincoln, NE 68508

(402) 441-4343

Horario de oficina: Lunes – Viernes 8:00 am – 4:30 pm



### **Suministros para bebés**

#### **Nebraska Diaper Bank (Banco de pañales de Nebraska)**

Ubicaciones asociadas en los condados de Douglas, Sarpy, Pottawattamie, Lancaster, Madison, Thurstan, Buffalo y Scottsbluff. Nebraska Diaper Bank proporciona pañales a través de asociaciones colaborativas para cambiar vidas y empoderar a las familias necesitadas. Las agencias asociadas proporcionan pañales a través de gestión de casos, clínicas y despensas de alimentos. ¡Encuentre una ubicación cerca de usted! Sitio web:

<https://nebraskadiaperbank.org/i-need-diapers/>

Su hijo es elegible para recibir pañales hasta que cumpla 3 años y si usted tiene necesidades financieras. El padre o tutor debe estar presente para recibir pañales, traer su identificación con fotografía, tarjeta WIC o tarjeta de Medicaid del niño para verificar el nivel de ingresos.

#### **Six Pence (Seis peniques)**

445 E. 1<sup>st</sup> Street, Fremont, NE 68025

(402) 512-0078

<https://wallerstedtk.wixsite.com/fremont-sixpence>

Lauren Stoklasa, [lauren.stoklasa@fpsmail.org](mailto:lauren.stoklasa@fpsmail.org)

Visitas a domicilio, eventos grupales, oportunidades de socialización. Para calificar, debe ser elegible para recibir almuerzo escolar gratuito o a precio reducido, ser elegible para WIC o Medicaid, ser un niño nacido prematuramente, el inglés no es el idioma principal o si los padres son menores de 18 años. Necesita vivir en Fremont o sus alrededores.

**WIC (Women, Infants & Children) (WIC (Mujeres, Bebés y Niños))**

Oficina de Wahoo:

504 West 8<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 727-0608

Oficina de Fremont:

210 East 8<sup>th</sup> Street, Fremont, NE 68025

(402) 727-0608

Un programa de nutrición para mujeres embarazadas, lactantes y familias con niños menores de 5 años. Pueden postular mujeres embarazadas, mujeres que amamantan, madres primerizas y madres con niños de hasta 5 años. Debe comunicarse con una clínica para presentar la solicitud.

**Servicios de abuso/negligencia infantil****Nebraska Child Abuse Hotline (Línea directa de abuso infantil de Nebraska)**

800-652-1999

**Saunders County Community Response (Respuesta de la comunidad del condado de Saunders)**

387 N. Chestnut, Ste 1, Wahoo, NE 68066

Michelle Libal

(402) 443-8151

Amber Pelan

(402) 443-8107

Recursos para planificación financiera, asistencia de emergencia y otras necesidades que impactan la seguridad y el bienestar de adultos solteros, niños y familias.

**Violencia doméstica/agresión sexual****Saunders County Victim Witness Coordinator (Coordinadora de Testigos de Víctimas del Condado de Saunders)**

Michelle Libal

(402) 443-8163

celúla (402) 429-8933

387 North Chestnut, Ste 1, Wahoo, NE 68066

**The Bridge (El puente)**

141 S. Union Street, Fremont, NE 68025

(402) 721-4340

Coalición contra la violencia doméstica y la agresión sexual: para mujeres, niños y hombres (de todas las edades); Línea de crisis las 24 horas, intervención en crisis, planificación de seguridad, refugio de emergencia, defensa de la justicia penal, prevención juvenil, educación y capacitación comunitaria. Todos los servicios son gratuitos y confidenciales.



### **Servicios de cuidado infantil**

#### **Programación después de la escuela/verano**

### **Wahoo Parks & Recreation-After School (Parques y recreación de Wahoo: después de la escuela)**

310 N. Linden Street, Wahoo, NE 68066

Bob Schmidt at (402) 443-4174

El Departamento de Parques y Recreación ofrece un programa extracurricular como un servicio conveniente para los padres con niños en edad de primaria. El programa proporciona a los niños desde jardín de infantes hasta quinto grado un entorno estructurado y supervisado una vez finalizada la jornada escolar. El programa extracurricular está disponible tanto para miembros como para no miembros del Centro Cívico.

Los niños en los grados K-5 en Wahoo Elementary, St. Wenceslaus, St. John's y Mead son elegibles para registrarse en el programa. Además del formulario de inscripción, los padres deben completar el Formulario de autorización médica/consentimiento de los padres y un Formulario de autorización ACH para los pagos automáticos cada mes. Se aplican tarifas para miembros y no miembros. Ver sitio web: [wahooparksandrec.com](http://wahooparksandrec.com)

### **Wahoo Parks & Recreation – Summer Camp (Parques y recreación de Wahoo - Campamento de verano)**

310 N. Linden Street, Wahoo, NE 68066

Bob Schmidt at (402) 443-4174

Wahoo Parks and Recreation ofrece un programa de campamento de verano que se centra en aprender, tener éxito, hacer amigos y desarrollar habilidades que durarán toda la vida. ¡Los niños y sus consejeros participan en una gran variedad de actividades con el objetivo final de pasar un verano divertido! Se ofrecerán 11 semanas de campamento de verano... a partir del 30 de mayo y hasta el 11 de agosto. ¡Los padres pueden inscribir a sus hijos por una semana, varias semanas o todas las semanas! El horario del campamento es de 7:30 am a 6:00 pm, de lunes a viernes. Los campistas comenzarán y terminarán su día en el Centro Cívico. Las actividades diarias típicas pueden incluir natación, baloncesto, kickball, fútbol, juegos grupales y otras actividades físicas. El tiempo creativo incluye artes, manualidades, biblioteca y días temáticos especiales. Cualquier niño desde jardín de infantes hasta quinto grado durante el año escolar actual. Las inscripciones sólo se aceptan personalmente en la recepción del Centro Cívico. La inscripción continuará hasta completar el programa. No te demores, ya que el espacio es limitado. Para inscribirse, descargue y complete formularios en línea. [wahooparksandrec.com](http://wahooparksandrec.com) Se aplican tarifas para miembros y no miembros.



## Cuidado infantil/preescolar

### Encuentre un proveedor de cuidado infantil con licencia estatal en:

<https://dhhs.ne.gov/licensure/Documents/ChildCareRoster.pdf>

\*A continuación solo se enumeran los programas preescolares y Head Start. Utilice el enlace anterior para localizar proveedores de cuidado infantil autorizados.

**Asistencia económica del DHHS** (SNAP, LIHEAP, cuidado infantil, asistencia para abuelos), Medicaid, etc. Los programas de Asistencia Económica del DHHS promueven el bienestar y brindan apoyo para lograr la autosuficiencia de familias, niños, individuos, ancianos y personas con discapacidades brindando servicios médicos, nutricionales y financieros. Para solicitar cualquier programa de Asistencia Económica:

Las solicitudes en papel imprimibles se encuentran en línea en [www.ACCESSNebraska.ne.gov](http://www.ACCESSNebraska.ne.gov)  
Solicitudes electrónicas disponibles en [www.ACCESSNebraska.ne.gov](http://www.ACCESSNebraska.ne.gov)

Llame para solicitar una solicitud impresa por correo o recójala en cualquier oficina local del DHHS. Llame al Centro de Servicio al Cliente al 1-800-383-4278 para completar una solicitud por teléfono, actualizar información, informar cambios, completar revisiones y obtener información sobre el estado del caso.

### **Saunders County Head Start (Head Start del condado de Saunders)**

Wahoo Public School, Wahoo, Ne 68066

Coordinadora Ben Kreifels (402) 443-4250

Los niños deben cumplir 3 años antes del 31 de julio. \* Los niños elegibles por ingresos tienen primera prioridad. Las familias que actualmente reciben beneficios ADC/TANF, SSI o SNAP califican automáticamente para nuestro programa. \* Todos los niños son bienvenidos, incluidos los niños con discapacidades o estudiantes de inglés.

### **Wahoo Parks & Recreation Preschool Program (Programa preescolar de parques y recreación de Wahoo)**

310 N. Linden Street, Wahoo, NE 68066

Coordinadora Lori Reeves (402) 443-4174 o (402) 875-3393

El programa "Tiny Tots" es para niños de 3 y 4 años y se reúne dos veces por semana de 9:00 a. m. a 11:00 a. m. los martes y jueves. La inscripción deberá realizarse personalmente en el Centro Cívico. Se debe pagar un depósito no reembolsable que representa la tarifa de la primera semana al momento de la inscripción. El depósito se aplicará al pago de la primera semana. Los padres deben descargar y completar el formulario de registro y el formulario ACH como parte del proceso de registro.



## Ropa

### **American Lutheran Church (Iglesia Luterana Americana)**

The Closet (El armario)

1941 Silver Street, Ashland, NE 68003

(402) 944-3535

The Closet es un intercambio de ropa disponible para quienes, por cualquier motivo, necesitan ropa. Se regalarán prendas de vestir a todos los que asistan.

### **Community Thrift Store (Tienda de segunda mano comunitaria)**

235 E. 4<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066

Horario: lunes a viernes de 9:00 a 4:00 p. m.

Ropa y artículos para el hogar. Todas las edades.

### **Goodwill Industries (Industrias de buena voluntad)**

3175 E. Elk Lane, Fremont NE 68025

(402) 727-5007

Ropa poco usada, accesorios de vestir, libros, vídeos y decoración del hogar.

Horario de la tienda minorista:

Lunes a viernes de 9:00 a. m. a 9:00 p. m.

Sábado: 9:00 a. m. - 7:00 p. m.

Domingo: 12:00 p.m. - 6:00 p.m.



## Grupos de Apoyo

### **Alcoholicos Anonimos**

<https://alcoholicsanonymous.com/aa-meetings/nebraska/>

Tenga en cuenta que los lugares y horarios de las reuniones de AA tienden a cambiar con frecuencia y rapidez, por lo que siempre verifique antes de asumir que estos horarios son exactos.

### **Al-Anon (Familias y amigos de alcohólicos)**

Sótano de la Biblioteca Wahoo

637 N. Maple, Wahoo, NE 68066

Al-Anon Reunión (reunión abierta)

Miércoles 6:45 pm

Abierto a amigos y familiares de quienes luchan contra el abuso de alcohol y/o adicción/uso de sustancias.

### **Ashland noche de domingo AA**

American Lutheran Church (Iglesia Luterana Americana)

1941 Silver Street, Ashland, NE 68003

(402) 944-3535

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Domingo, 7:00 pm

Las reuniones abiertas están disponibles para cualquier persona interesada en el programa de recuperación del alcoholismo de Alcohólicos Anónimos. Los no alcohólicos pueden asistir a reuniones abiertas como observadores.

### **Ashland reunión de pasos del martes por la noche**

First Christian Church (Primera iglesia cristiana)

1702 Boyd Street, Ashland, NE 68003

(402) 944-7070

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Martes, 7:00 pm - 8:00 pm

Las reuniones abiertas están disponibles para cualquier persona interesada en el programa de recuperación del alcoholismo de Alcohólicos Anónimos. Los no alcohólicos pueden asistir a reuniones abiertas como observadores.

### **Grupo de viernes por la noche**

First United Methodist Church (Primera Iglesia Metodista Unida)

714 N. Beech St., Wahoo, NE 68066

(402) 443-4219

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Viernes 7:00 pm

Las reuniones abiertas están disponibles para cualquier persona interesada en el programa de recuperación del alcoholismo de Alcohólicos Anónimos. Los no alcohólicos pueden asistir a reuniones abiertas como observadores.

### **Mead AA**

213 8<sup>th</sup> Street

Mead, NE 68041

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Sábado, 8:00 pm – 9:00 pm

### **Grupo del martes por la mañana**

First United Methodist Church (Primera Iglesia Metodista Unida)

714 N. Beech St., Wahoo, NE 68066

(402) 443-4219

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Martes, 8:30am

Las reuniones abiertas están disponibles para cualquier persona interesada en el programa de recuperación del alcoholismo de Alcohólicos Anónimos. Los no alcohólicos pueden asistir a reuniones abiertas como observadores.

### **South Haven AA**

South Haven Living Center (Centro de vida de South Haven)

1400 Mark Dr. Wahoo, NE 68066

(402) 443-3737

Alcohólicos Anónimos (Reunión Abierta)

Jueves, 7:00 pm

Las reuniones abiertas están disponibles para cualquier persona interesada en el programa de recuperación del alcoholismo de Alcohólicos Anónimos. Los no alcohólicos pueden asistir a reuniones abiertas como observadores.

### **Grupo de apoyo para abuelos criando nietos**

Family Service of Lincoln (Servicio familiar de Lincoln)

501 S. 7th Street, Lincoln, NE 68506

(402)441-7949

Ofrecido vía ZOOM y en Persona

\*Zoom: 1er y 3er miércoles 12pm-1pm

-O-

\*En Persona: 2.º y 4.º miércoles 5:30pm



### **Preparación laboral/asistencia profesional**

#### **American Job Center (Centro de empleo americano)**

1330 N Street, Suite A, Lincoln, NE 68508

(402) 441-1640

[ajc@lincoln.ne.gov](mailto:ajc@lincoln.ne.gov)

Abierto de 7 a. m. a 6 p. m. los lunes y martes, de 8 a. m. a 5 p. m. los miércoles, jueves y viernes.

Disponible a partir de 14 años. Sin costo para quienes buscan empleo y empleadores.



### **Asistencia educativa**

#### **EducationQuest Foundation (Fundación EducationQuest)**

Organización sin fines de lucro que brinda servicios gratuitos de planificación universitaria, programas de becas basados en las necesidades, subvenciones de acceso a la universidad para escuelas secundarias, recursos de acceso a la universidad para escuelas intermedias y servicios de extensión.

Oficina Lincoln:

1300 O Street, Lincoln, Ne 68508  
(402) 475-5222

Oficina Omaha:  
11031 Elm St., Omaha, Ne 68114  
(402) 391-4033

### **Southeast Community College Learning Center at Wahoo (Centro de aprendizaje del Southeast Community College en Wahoo)**

536 N. Broadway Street, Wahoo, NE 68066  
(402) 323-5580

Horario: Lunes a jueves, de 9 a. m. a 5 p. m. y viernes de 9 a. m. a 4 p. m. | Hay horarios adicionales disponibles previa solicitud.

Más allá de los cursos de crédito y aprendizaje recreativo, también ofrecemos clases de GED/aprendices del idioma inglés, cursos de asistente de enfermería y horas de educación continua para enfermeras registradas (RN) y enfermeras prácticas autorizadas (LPN). Nuestro Centro de Aprendizaje ofrece a los estudiantes opciones de aprendizaje en línea en nuestros campus, clases de crédito dual, apoyo estudiantil con registro, asesoramiento, exámenes y mucho más. Solicitar Admisiones.

<https://www.southeast.edu/admissions/steps-for-admission.php>



### **Programas para jóvenes/adolescentes (no afiliados a la escuela)**

#### **Encounter Life Ministries (Ministerios Encuentro de Vida)**

1540 Co Rd 10, Mead, NE 68041

Grupos de jóvenes del miércoles por la noche (abiertos a todos los jóvenes, independientemente de la iglesia de origen):

- 6:30 pm Niños en acción (grados 1.º a 6.º);
- 7pm Encuentro con la Vida Juvenil (Grados 7.º a 12.º)

El último miércoles del mes es una comida comunitaria GRATUITA de 6 p. m. a 6:45 p. m.

#### **Riverview Community Church (Iglesia comunitaria de Riverview)**

324 N 32<sup>nd</sup> Street, Ashland, NE 68003

(905) 951-1153

[eric@rccashland.org](mailto:eric@rccashland.org)

[ROCYouthAshland2@gmail.com](mailto:ROCYouthAshland2@gmail.com)

Grupo de jóvenes del miércoles por la noche (abierto a todos los jóvenes, independientemente de la iglesia de origen):

- Estudiantes de 4.º y 5.º grado: 3:15 p. m. a 4:30 p. m. – QUEST en el gimnasio de la escuela primaria Ashland-Greenwood

- Estudiantes de escuela intermedia: 5:30 p. m. a 7:10 p. m. – SQUAD @ RCC (se proporciona comida)
- Estudiantes de secundaria: 7:30 p. m. a 9:00 p. m. – ANOMALIA @ RCC

<https://www.rccashland.org/events>

### **ROC- Ashland Youth Center (Centro Juvenil Ashland)**

123 N 14<sup>th</sup> Street, Ashland, NE 68003

[ROCYouthAshland2@gmail.com](mailto:ROCYouthAshland2@gmail.com)

Abierto a jóvenes de 6.º a 12.º grado (de 11 años en adelante)

Abierto los martes y jueves (si hay suficientes voluntarios) de 5:00 p. m. a 7:00 p. m.; se proporciona una comida

<https://www.roc youth.net/>

### **Wahoo Youth Sports Association (Asociación de deportes juveniles de Wahoo)**

324 N 32<sup>nd</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 616-7760

[wahoofootball@gmail.com](mailto:wahoofootball@gmail.com)

Programas deportivos juveniles fuera del ámbito escolar. Hay becas y asistencia financiera disponibles.

<https://www.wahooyouthsports.org/home>

### **Wahoo Parks & Recreation (Parques y recreación de Wahoo)**

#### **Wahoo Civic Center (Centro Cívico Wahoo)**

310 N Linden Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-4174

Deportes y desarrollo juvenil, guardería, programación extraescolar, instalaciones recreativas y mucho más.

Asistencia financiera disponible para aquellos que califiquen.

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



### **Servicios para veteranos**

#### **VFW Post 854**

649 N. Main, Fremont, NE 68025

(719) 393-5133

Reunión: 6:00 pm 3er lunes

#### **VFW Post 4502**

112 E. 7<sup>th</sup> Street, Wahoo, NE 68066

(402) 443-3334

Reunión: 8:00 pm 2do martes

#### **VFW Post 9844**

1581 Yutan Rd, Yutan, NE 68073

(402) 625-2643

Reunión: 7:00 pm 3er lunes

### **VFW Post 10491**

420 West 2<sup>nd</sup> Street, Valparaiso, NE 68065

Reunión: 7:00 pm 3er martes

### **Saunders County Veterans Service Officer (Oficial de Servicio para Veteranos del Condado de Saunders)**

426 N Broadway, Wahoo, Ne 68066

(402) 443-8137

Horario de oficina: lunes a viernes de 8 a. m. a 4:30 p. m.

### **Veterans Dental Clinics for Saunders County Residents (Clínicas dentales para veteranos para residentes del condado de Saunders)**

#### **Oficina de Lincoln:**

600 South 70<sup>th</sup> Street, Lincoln, Ne 68510

(402) 486-7841

#### **Oficina de Omaha):**

4101 Woolworth Avenue, Omaha, Ne 68105

(402)995-3306



## **Servicios Legales**

### **Saunders County Attorney (Fiscal del condado de Saunders)**

387 N. Chestnut, Suite 1, Wahoo, NE 68066

(402) 443-8151

### **Saunders County Public Defender (Defensor Público del Condado de Saunders)**

433 N. Chestnut, Suite 100, Wahoo, NE 68066

(402) 443-5613

### **Legal Aid of Nebraska (Asistencia Legal de Nebraska)**

#### **Lincoln:**

947 "O" Street Suite 301, Lincoln, NE 68508

800-742-7555

Lunes a miércoles de 1-4 pm

#### **Omaha:**

209 S. 19<sup>th</sup> Street, Suite 200, Omaha, NE 68102  
 888-991-9921  
 Lunes a miércoles de 1-4 pm



## Líneas directas

Línea de vida nacional para la prevención del suicidio	988 or 800-273-8255
Violencia Doméstica Nacional	800-799-7233
Línea de ayuda familiar de Nebraska	888-866-8660
Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska	800-254-4202
Abuso infantil en Nebraska	800-652-1999
Servicios de protección para adultos de Nebraska	800-799-7233
Centro Regional de Envenenamiento de Nebraska	800-222-1222
Asistencia legal de Nebraska - Accessline	877-250-2016
Asistencia legal de Nebraska: línea de acceso para personas mayores (mayores de 60 años)	800-527-7249
Reuniones Al-Anon de Nebraska - Lincoln	402-477-9662
Reuniones Al-Anon de Nebraska - Omaha	402-553-5033
Línea de crisis para veteranos	800-273-8255
Boys Town (ciudad de chicos)	800-448-3000
Bryan Counseling Center (Centro de Consejería Bryan)	402-481-5991
Blue Valley Mental Health (Salud mental del valle azul)	402-443-4414
The Kim Foundation - Connecting Resources (La Fundación Kim - Conectando recursos)	402-891-6911

Nebraska Hispanic Chamber of Congress

<https://nebraskahispanicchamber.org/>

NAMI Nebraska <https://naminebraska.org/#>

Latino Center of the Midlands <https://www.latinocenter.org/es/pagina-principal/>