

Relaciones Saludables

Línea de Crisis 24/7 | 888.900.4232 o 866.269.2559 o 800.799.SAFE

Cool Not Cool | coolnotcoolquiz.org aplicación sobre amigos y relaciones

Love Is Respect | loveisrespect.org

Servicios Monarch | 831.722.4532

Centro de Familia y Mujeres Walnut Ave. 831.426.3062



Padres y Madres Adolescentes

Programa de Early Start para Padres Adolescentes

831.688.3802 or 831.724.3885

Visitas de Enfermeras a Casa | 831.454.4339

Papás | 831.763.3123

Recursos de Disciplina Positiva | 831.288.0088

PVUSD Teen Parents | 831.786.8271
safekids.org | consejos de seguridad

Recursos para LGBTQ+

Diversity Center | diversitycenter.org

Queer Youth Task Force | QYTF.org

TransFamilies Support | transfamiliesca.org

TrevorLifeline | 1.866.488.7386

TheTrevorProject.org/get-help

LGBTQ+

Apoyo Legal

Barrios Unidos | 831.457.8208

CAB Immigration Project | 831.724.5667

DACA información | 831.274.3159

elegibilidad para permisos de trabajo para jóvenes indocumentados

Los Jóvenes sin Hogar Tienen Derechos

877.846.1602 FosterYouthHelp.ca.gov

Immigrants Rising | immigrantsrising.org
becas y otros recursos

Immigration Law Help | immigrationlawhelp.org
encuentra ayuda legal

Guía Legal para Jóvenes | TeenHealthLaw.org

Watsonville Law Center | 831.722.2845

Western Service Workers Association

831.429.6016 asistencia legal

para trabajadores de bajos ingresos



Drogas y Alcohol

Acceso a Narcán | www.hipscc.org/naloxone-and-fentanyl

Alateen | 831.462.1818 | al-anon.org/alateen

Alcohólicos Anónimos | 831.475.5782

Narcóticos Anónimos | 855.562.2789

Intercambio de Jeringas | 831.454.2437

PVPSA | 831.728.6445

Servicios a la Juventud | servicios de consejería | 831.688.8856 | recoverywave.org



Aplicaciones y Sitios Web

Bedsider | recordatorios de anticonceptivos

Clue | monitorea tu periodo/menstruación

My Sex Doctor (17+) | educación sexual

My Sex Doctor Lite (12+) | educación sexual

Pregnancy Tracker & Baby App | monitoreo de embarazo y guía de crianza

Spot On | monitorea tu periodo/menstruación
recordatorio para anticonceptivos

Text4Baby | salud y seguridad de bebé

txt **Hookup** → 877877 información sexual y
consejos de vida

txt **Baby** or **Bebé** → 511411 manteniéndote
a ti y a tu bebé saludables



txt **MyBC** or **MiAC** → 42411

recordatorios para anticonceptivos

Enfermera Privada de Infecciones de Transmisión Sexual, Condado de Santa Cruz | 831.454.4114

bedsider.org or **bedsider.org/es**

todo sobre anticonceptivos

scarleteen.com | educación sexual
para la vida real

smartsexresource.com | información
y recursos sobre salud sexual

teensource.org | sexo+salud+tú

teensource.org/condoms/free

encuentra condones gratis en tu área



Mini Guía de Recursos Para Adolescentes, Jóvenes y Adultos Jóvenes

2024-2025



Teen Health
Outreach



teenhealthoutreach@santacruzcountycalifornia.gov
santacruzhealth.org

Cuidado de Salud

Aid Access | aidaccess.org ofrece acceso a abortos médicos seguros a personas que no pueden acceder servicios de aborto seguro.

Clínicas del Condado

831.454.4100 (Santa Cruz)
831.763.8400 (Watsonville)

Covered California | 800.300.1506

www.coveredCA.com

seguro de salud gratuito y de bajo costo y Medi-Cal

Dientes | 831.276.7010

cuidado dental gratuito y de bajo costo

Planned Parenthood | 831.724.7525
(Watsonville)

Salud Para la Gente | 831.728.0222

Santa Cruz Community Health Centers
831.427.3500

Línea de Vacunas | 831.219.8607



Salud Mental

All-Options | 888.493.0092
all-options.org embarazo, crianza,
aborto y adopción

Apoyo de Hospicio | 831.430.3000

Línea de Acceso a Salud Mental | 800.952.2335

Teen Line | 800.852.8336 línea de apoyo y
educación de joven a joven



Líneas de Crisis las 24 horas

Alcohol | 831.475.5782

Acceso a la Salud Mental | 800.952.2335

Violencia Doméstica | 888.900.4232

866.269.2559 o 800.799.SAFE

Drogas | 855. 562.2789

LGBTQ Suicidio | 866.488.7386

Línea de Control de Veneno | 800.222.1222

Línea de Prevención del Suicidio y Crisis

Llama o textea al 988

Prevención de Suicidio | 831.458.5300 o
877.663.5433



Participación y Actividades

Big Brothers & Big Sisters | 831.464.8691 apoyo
uno a uno

Boys & Girls Club | 831.423.3138 programa
después de escuela

CAB Luna y Sol | 831.322.9041 centro de servicios
para jóvenes y familias

Friday Night Live | 831.454.5483 opciones
saludables, liderazgo, prevención de drogas

Teen Kitchen | 831.316.4540 aprende a cocinar
para la comunidad

United Way | 831.479.5466 servicio comunitario
y liderazgo juvenil

YMCA | 831.728.9622 programa después de
escuela

Educación

Cabrillo | 831.479.6378 www.cabrillo.edu

Cabrillo ACE Program | 831.477.3340

preparando a los estudiantes
para el éxito en la universidad

Cabrillo Puente Project | 831.479.6541

tutoría y apoyo escolar

Escuela de Adultos- Santa Cruz | 831.429.3966

Watsonville/Aptos Educación de Adultos

831.786.2160

Underground Scholars | 510.643.2226

apoyo para los jóvenes anteriormente
encarcelados para entrar a UC Berkeley



Empleo

CAB | 831.763.2147 entrenamiento de trabajo y
experiencia

Career Centers/Workforce Santa Cruz |

santacruzhumanservices.org/WFSCC

servicios de ayuda para encontrar trabajo

Digital Nest | 831.722.6378 | digitalnest.org

servicios de internet gratis,
entrenamiento de computadoras

Sueños | 831.466.5672

ayuda para adolescentes para
encontrar trabajo

ROP | 831.466.5760



Comida, Refugio, y Bicicletas

Línea Directa para Alimentos | 831.662.0991

My Benefits CalWIN | 888.421.8080

mybenefitscalwin.org salud,

comida, asistencia monetaria

www.GetCalFresh.org | aplicación

para estampillas de comida (EBT)

Youth Homelessness Response Team |

831.227.8733 recursos para jóvenes sin hogar



Bike Church | 831.425.2453 (Santa Cruz)

Bike Shack | 831.296.0326 (Watsonville)

Housing Authority | 831.454.5955

Housing Matters | 831.458.602

Runaway Safeline | 800.RUNAWAY

Línea de apoyo si has huido de tu hogar

Siena House | 831.425.2229 para mamás

www.hopesclosetsc.com | ropa



Para obtener más información, lláma y di:

“
Hola, soy un estudiante de
[tu escuela] y me gustaría
aprender más sobre
[explica por qué llamas].
”

Para solicitar copias de esta tarjeta, mande un mensaje a Teen Health
Outreach al correo teenhealthoutreach@santacruzcountycity.gov