

Covid19 Los Angeles Community Resources

** Todos los restaurantes (para servir), gimnasios, teatros y bares cierran a partir del LUNES 16 DE MARZO a las 12 a.m.** (Lea más <https://twitter.com/MayorOfLA/status/12393993769816023060>)

Poblaciones

Las categorías incluido en este documento son: alimentos *, vivienda, salud, transporte y educación, y se dividen en tres categorías generales: niños y jóvenes, adultos y ancianos.

Para la despensa / banco de alimentos más cercano a usted, visite: <https://www.lafoodbank.org/find-food/pantry-locator/>

- La compañía 'Every Table' ofrece comida para todos. Hay distribuidores de comida para las personas de tercer edad que necesitan comida a domicilio. Si necesitan 10-10,000 comidas por favor llamen a Everytable a (323) 458-6487. Para más información, haga visit <https://achieve.lausd.net/resources!>

Niños y jóvenes (0-17 años)

- **Comida:** Desayuno gratis (8am-10am) provisto por Eastside Riders para estudiantes en la comunidad de Watts a partir del Lunes 16 de marzo de 2020 y hasta el Viernes 20 de marzo de 2020 (Para más información, visit <https://www.instagram.com/p/B9r5hGghQhS/>)
- **Comida:** Desayuno gratis (730-930 am), almuerzo (1130-130 pm) y cena (430-630) para todos los estudiantes del LAUSD a partir del lunes 16 de marzo de 2020 de 7:30 a.m. a 6:30 p.m.en 2301 Bellevue Ave., Los Ángeles 90026 (Para más información, https://www.instagram.com/p/B9sW_hzgYnJ/)
- **Comida:** a partir del lunes 16 de marzo, el menú infantil en el restaurante Hugo será gratuito para los huéspedes menores de 12 años durante el cierre del LAUSD. (Para más información, <https://www.instagram.com/p/B9sFXZZJhnL/>)
- **Comida:** Los Angelitos Bakery ofrece 1 pan gratis a cada niño, de 5 a 13 años, de lunes a viernes de 12 p.m. a 2 p.m. (Para más información, visit <https://www.instagram.com/p/B9t8EBVgEUz/>)
- **Comida:** a partir del lunes 16 de marzo de 2020, la ciudad de Lynwood ofrecerá cenas para niños de 1 a 18 años. (Para más información, visit <https://www.instagram.com/p/B9utWgMlwQ2/>)
- **Educación:** acceso gratuito a Spectrum Broadband y Wi-Fi durante 60 días para los nuevos hogares de estudiantes de K-12 y universitarios

(Para más información, visit <https://corporate.charter.com/newsroom/charter-to-offer-free-access-to-spectrum-broadband-and-wifi-for-60-days-for-new-K12-and-college-student-households-and-more>)

- **Educación:** acceso gratuito a las hojas de trabajo de L'il Libros para niños (Para más información, visit <https://www.instagram.com/p/B9rrKxiFGIB/>)
- **Educación:** a partir del lunes 16 de marzo, los estudiantes de Pre-K hasta el grado 12 tendrán la oportunidad de acceder a programas educativos gratuitos de PBS durante el día designados para cada nivel de grado durante la semana (Para más información, visit <https://www.pbssocal.org/pbs-news/at-home-learning/>)
- **Alimentación:** Desayuno gratuito para niños de 6 a 12 años. Recogida de lunes a viernes de 7 a.m. a 8 a.m.
Brindis: 11119 first ave los angeles ca
La Bendición: 17501 Colima Road, Ciudad de la Industria
The Dylan: 190 S. State College Blvd, Brea
- **Educación:** Grupo FB para que los padres que obtengan apoyo con el aprendizaje en el hogar. (Visit <https://www.facebook.com/groups/temphomeschoolers/>)
- **Comida:** a partir del lunes 16 de marzo de 2020, los niños de 12 años y menores pueden comer gratis en los restaurantes de El Torito (Para más información, visit <https://www.instagram.com/p/B9xkzW6B7NV/>)
- **Educación:** MIND Research Institute está ofreciendo acceso sin costo a un programa educativo gratuito de matemáticas para estudiantes en los grados K-8 (Para más información, visit https://www.stmath.com/coronavirus?fbclid=IwAR2Z9kqIE7kBcVq7YdAEYuvWQEW2quTvZ6m9KS_zMeyeiT9wHYcwgpmRv0)
- **Educación:** Scholastic ofrece experiencias de aprendizaje en línea gratuitas para niños de todas las edades. (Para más información, visit <https://classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html>)

Adultos (18-64)

- **Vivienda:** ESTUDIANTES / JÓVENES EN EL SISTEMA DE CRIANZA (FOSTER)
Si eres o conoces a un joven de crianza temporal que se está quedando en un dormitorio de la universidad que va a estar cerrado debido al coronavirus, envía un correo electrónico a info@togetherwerise.org y te proporcionarán o ayudarán a encontrar alojamiento durante esta transición.

- **Vivienda:** La Unión de Inquilinos de Los Ángeles está brindando apoyo en torno a los desalojos. Encuentre su sindicato local en: <https://latenantsunion.org/en/locals/>
- **Alimentación / vivienda:** PERSONAS SIN HOGAR / DE BAJOS INGRESOS Y FAMILIA
 - St. Francis Center ofrece servicios de comidas, vestidores, duchas / servicios de baño y programas de asistencia de alquiler y servicios públicos (por teléfono) para personas sin hogar y de bajos ingresos en Los Ángeles.
(Para más información, visit <https://www.stfranciscenterla.org/import-update-regarding-st-francis-center-program-modifications-and-covid-19-preparedness-plan/>)

Anciano (65+)

Comida

- Mapa del programa de comidas para ancianos
<https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1paBMfsRqsS4r9Px4xiOGY-CfxA4-J9y2E&ll=34.029728592186366%2C-118.13568714999201&z=10>
- Gloria Molina YWCA distribución de alimentos
7515 Pacific Blvd, Walnut Park, CA 90255
(213) 516-3575
A partir del miércoles 18 de marzo
- **Centros Comunitarios y Programas de Almuerzo Para Adultos Mayores**
https://wdacs.lacounty.gov/wp-content/uploads/2020/03/CentersUpdate_SeniorLunches_3.13.20.pdf
- **FYI: A partir del lunes 16 de marzo, el Departamento de Parques y Recreación del Condado de Los Ángeles cancelará programas y reuniones de más de 10 personas.**

Empleo

Primero, el gobierno federal aprobó un paquete de ayuda financiera de \$ 2 billones de dólares la noche anterior (24/03/20) que proporcionará montos de alivio significativamente más altos para prácticamente todos. Los detalles aún no se han dado a conocer, así que esté atento a sus programas de noticias de televisión locales para determinar cómo solicitar esos fondos.

Además, lo que los empleados tienen derecho actualmente puede ser confuso. El siguiente enlace facilita la comprensión de los recursos que pueden estar disponibles.

Problemas de empleo

- Visite https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm para conocer los BENEFICIOS PARA LOS TRABAJADORES IMPACTADOS POR COVID-19 y también consulte las Preguntas frecuentes del EDD: https://edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019/faqs.htm
- Para ver un desglose de las leyes laborales en California, visite: <https://www.latimes.com/business/story/2020-03-12/coronavirus-labor-law-know-your-rights-california-worker>

Permiso familiar pagado

**** El permiso familiar pagado** está disponible para aquellos que se quedan en casa porque necesitan cuidar a alguien que ha contraído el virus (Covid-19) o que ha sido puesto en cuarentena (debe estar certificado por un profesional médico).

https://edd.ca.gov/Disability/How_to_File_a_PFL_Claim_in_SDI_Online.htm.

Beneficios por discapacidad / licencia por enfermedad pagada

**** Los beneficios por discapacidad / licencia por enfermedad pagada** están disponibles para aquellos que realmente han contraído el virus ellos mismos o que han estado expuestos a él y están en cuarentena (deben estar certificados por un profesional médico en el caso de los Beneficios por discapacidad). Visit https://edd.ca.gov/Disability/How_to_File_a_DI_Claim_in_SDI_Online.htm.

Beneficios de desempleo

**** Los beneficios de desempleo** están disponibles para aquellos cuyas horas se han reducido o que han perdido su trabajo debido a las medidas de coronavirus (y también se aplica a aquellos que eligen quedarse en casa debido a problemas de salud subyacentes que los hacen más vulnerables). El Gobernador ha renunciado al tiempo de espera de 1 semana y es posible que no se requiere que la persona busque trabajo activamente (como generalmente se requiere). Visit https://edd.ca.gov/Unemployment/Filing_a_Claim.htm.

- Desafortunadamente, este beneficio no está disponible para personas indocumentadas cuyas horas se reducen o pierden su trabajo por razones relacionadas con COVID-19, etc.
- CIERRE DE LA ESCUELA: Si la escuela de su hijo está cerrada y usted tiene que faltar al trabajo para cuidarlos. Es posible que califique para los beneficios del seguro de desempleo. Visit https://edd.ca.gov/Unemployment/Filing_a_Claim.htm.

Compensación al trabajador

**** La compensación para trabajadores** está disponible para aquellos que no pueden hacer su trabajo habitual porque estuvieron expuestos y contrajeron Covid-19 mientras estaban en el curso regular de su trabajo (es decir, trabajadores de la salud)

Asistencia tributaria

Directamente del [Departamento de Desarrollo de Empleo](#): “Los empleadores que experimentan dificultades como resultado de COVID-19 pueden solicitar una extensión de tiempo de hasta 60 días del EDD para presentar sus informes de nómina estatales y / o depositar impuestos estatales de nómina sin multas ni intereses. . Se debe recibir una solicitud de extensión por escrito dentro de los 60 días a partir de la fecha de morosidad original del pago o devolución. Visit https://edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm?fbclid=IwAR3vS9NqAlxiZJtKT21dJSoMSvV-kIMISK2nvPGzA2v8FHeglkS4YKrLh78

Para preguntas, los empleadores pueden llamar al Centro de Asistencia al Contribuyente del EDD.

- Llamada gratuita desde EE. UU. O Canadá: 1-888-745-3886
- Deficiencia auditiva (TTY): 1-800-547-9565
- Fuera de EE. UU. O Canadá: 1-916-464-3502

(Para más información, visit https://edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm?fbclid=IwAR3vS9NqAlxiZJtKT21dJSoMSvV-kIMISK2nvPGzA2v8FHeglkS4YKrLh78))

Recursos basados en el tipo de empleo

Para obtener recursos para artistas independientes, visit

https://covid19freelanceartistresource.wordpress.com/?fbclid=IwAR2h6cN5HPapOjYZoLocJ7ydEEx34_0Hy_Bp2K_jbIFmSKUQ1uNM3j1X3Cs

Para obtener recursos para camareros, visit

https://www.usbqfoundation.org/beap?fbclid=IwAR3dQIMeJsntGhpWvUi3rWUnkHWQCIL97gG9yqQdG9degTQ_Yxr6YkCqL7I

Áreas de planificación de servicios

Las categorías bajo este encabezado incluyen: **alimentación, vivienda, salud, transporte y educación**, y se dividen en [8 áreas de planificación de servicios](#).

Visit <http://publichealth.lacounty.gov/chs/SPAMain/ServicePlanningAreas.htm>.

Área de planificación de servicios 1: Antelope Valley (incluye Acton, Agua Dulce, Gorman, Lake Hughes, Lake Los Angeles, Lancaster, Littlerock, Palmdale, Quartz Hill y otros).

Comida

- Grace Resource Center, Inc.
 - 45134 N. Sierra Hwy, Lancaster, CA. 93534
 - Teléfono: 661-940-5272
- Centro de Culto de Shekinah
 - 42640 10th Street West, Lancaster, CA. 93534
 - Teléfono: 661-940-8378
- Ejército de Salvación - Lancaster Corp
 - 44517 sierra carretera, lancaster, ca. 93534
 - Teléfono: 661-940-8378
- Palmdale Community Foundation-S.A.V.E.S.
 - 1012 East Avenue Q-12, Palmdale, CA. 93550
 - Teléfono: 661-267-5191
- Parque de casas móviles SA-Mountain View
 - 3255 E. Avenue R., Palmdale, CA. 93550
 - Oficina principal en el parque de casas móviles
 - Teléfono: 661-947-4700.
- Iglesia de la comunidad de Twin Lakes
 - 17213 Lake Los Ángeles, Los Ángeles, CA. 93591
 - Teléfono: 661-264-1215

Área de planificación de servicios 2: San Fernando Valley (incluye Burbank, Calabasas, Canoga Park, Canyon Country, Encino, Glendale, LA Cañada-Flintridge, San Fernando, Sherman Oaks, Sun Valley, Van Nuys, Woodland Hills y otros).

Comida

- SOVA - Programa comunitario de alimentos y recursos
 - 16439 Vanowen Street, Van Nuys, CA. 91406
 - Teléfono: 818-988-7682
- Corporación de la Iglesia de la Casa de la Luz
 - 19359 calle londelius, northridge, ca. 91324
 - Teléfono: 818-988-2931
- Iglesia Congregacional de Chatsworth
 - 20440 calle lassen, chatsworth, ca. 91311
 - Teléfono: 818-882-2474
- Burbank - Centro de Ayuda Temporal - B-TAC
 - 1304 West Burbank Boulevard, Burbank, CA. 91506
 - Teléfono: 818-848-2822

- Panes y Peces-Glendale
 - 4322 san fernando Rd, glendale, ca. 91204
 - Teléfono: 818-409-3080

Área de planificación de servicios 3: Valle de San Gabriel (incluye Alhambra, Altadena, Arcadia, Azusa, Baldwin Park, Claremont, Covina, Diamond Bar, Duarte, El Monte, Glendora, Irwindale, Monrovia, Monterey Park, Pasadena, Pomona, San Dimas, San Gabriel, San Marino, Temple City, Walnut, West Covina y otros.)

Comida

- NO GRATUITO: La hora de compras para personas mayores en Grocery Outlet en Altadena (ubicada en 2270 Lake Ave., Altadena, CA 91001) ofrece un espacio de compras exclusivo para personas mayores de 7am a 8am todos los días a partir del jueves 17 de marzo.
(Para más información, visit <https://www.coloradoboulevard.net/local-altadena-grocery-offers-senior-shopping-hour/>)
- Centro de la Unidad Foothill
 - 191 North Oak Avenue, Pasadena, CA. 91107
 - Teléfono: 626-584-7420 / FAX: 626-584-7422
- Amigos en la despensa de alimentos hechos
 - 444 East Washington Boulevard, Pasadena, CA. 91104
 - Teléfono de despensa: 626-797-6072, correo electrónico pantry@ecpac.net
 - Teléfono de la agencia: 626-797-2402, fax: 626-797-7353
- Foothill Unity Center - Monrovia
 - 415 West Chestnut Avenue, Monrovia, CA. 91016
 - Teléfono: 626-358-3486
 - Fax: 358-8224
- El Monte y Sur El Monte
 - El Monte Emergency Resources - Banco de Alimentos
 - 10900 mulhall street, el monte, ca. 91731
 - Teléfono: 626-444-7269
- Banco de Alimentos del Ejército de Salvación - Pomona
 - 490 East LaVerne Avenue, Pomona, CA. 91767
 - Teléfono: 909-623-1579 x201

Área de planificación de servicios 4: Metro (incluye Boyle Heights, Central City, Downtown LA, Echo Park, El Sereno, Hollywood, Mid-City Wilshire, Monterey Hills, Mount Washington, Silverlake, West Hollywood y Westlake).

Comida /Vivienda

- Centro de San Francisco
 - 1835 South Hope Street, Los Ángeles CA 90015
 - Teléfono: 213-747-5347
 - Servicios: servicio de desayuno, manejo de casos, armario de ropa, servicios de duchas / baño, servicios de despensa, alquiler y programa de asistente de servicios públicos (por teléfono)

Comida

- Templo de Wilshire Boulevard
 - 3663 Wilshire Boulevard, Los Ángeles, CA. 90005
 - Teléfono: 213-388-2401.
- Iglesia de la comunidad de Silver Lake
 - 2930 Hyperion Avenue., Los Ángeles, CA. 90010
 - Teléfono: 323-663-3151
- Iglesia Católica Nuestra Señora Reina de los Ángeles
 - 535 North Main Street, (cruce calle- Cesar Chavez)., Los Ángeles, CA. 90012
 - Teléfono: 213-629-3101.
- Sova- Programa comunitario de alimentos y recursos
 - 1140 North La Brea Avenue, West Hollywood, CA. 90038
 - Teléfono: 818-988-7682.
- Food Net- Centro Maravilla
 - 4716 East Cesar Chavez Avenue, Los Ángeles, CA. 90022
 - Teléfono: 323-260-2805
- Sova - Programa comunitario de alimentos y recursos
 - 8846 West Pico Boulevard, Los Ángeles, CA. 90035
 - Teléfono: 818-988-7682.

Área de planificación de servicios 5: Oeste (incluye Beverly Hills, Brentwood, Culver City, Malibú, Pacific Palisades, Playa del Rey, Santa Mónica y Venecia).

Comida

- AHORROS DE SAN AGUSTÍN- VOLUNTARIO DE SAN AGUSTÍN
 - Servicios de emergencia
 - 3820 Jasmine Avenue, Culver City, CA. 90232
 - Teléfono: 310-838-2702
- Iglesia de Santa Ana y servicios sociales
 - 2013 Colorado Avenue, Santa Mónica, CA. 90232
 - Teléfono: 310-829-4411
- WSFB - Centro de San José
 - 204 Hampton Drive, Venice, CA. 90291
 - Teléfono: 310-396-6468

Área de planificación de servicios 6: Sur (incluye Atenas, Compton, Crenshaw, Florencia, Hyde Park, Lynwood, Paramount y Watts).

Comida

- Red de alimentos - East Rancho Dominguez
 - 4513 East Compton Boulevard, Compton, CA. 90221
 - Teléfono: 310-603-7401
- Shields for Families-Agencia de Servicios Sociales-Banco de Alimentos
 - 11705 Diputado Yamamoto Place, Lynwood, CA. 90262
 - Teléfono: 323-242-5000
- Fundación Paramount Care
 - 8303 Alondra Boulevard, Paramount, CA. 90723
 - Teléfono: 562-272-7647
- DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE LYNWOOD
 - Escuela secundaria de Lynwood
 - 4050 E Imperial Hwy, Lynwood, CA 90262
 - En la parte posterior del campus, fuera de Harris St.
Conduzca hacia arriba / camine
 - High School secundaria de Firebaugh
 - 5246 Martin Luther King Jr. Blvd, Lynwood, CA 90262
 - Estacionamiento delantero subir / subir
 - Escuela Intermedia Cesar Chavez
 - 3898 Abbott Rd, Lynwood, CA 90262
 - Estacionamiento delantero subir / subir
 - Rosa Parks Elementary
 - 3900 Agnes Ave, Lynwood, CA 90262
 - Aparcamiento subir / subir
 - Helen Keller Elementary
 - 3521 Palm Ave, Lynwood, CA 90262
 - Área de entrega de estudiantes: subir / subir

Área de planificación de servicios 7: Este (incluye Artesia, Bell, Bellflower, Bell Gardens, Cerritos, City of Commerce, City Terrace, Cudahy, Downey, East Los Angeles, Hawaiian Gardens, Huntington Park, La Habra Heights, Lakewood, La Mirada, Los Nietos, Maywood, Montebello, Norwalk, Pico Rivera, Santa Fe Springs, Signal Hill, South Gate, Vernon, Walnut Park, Whittier y otros.)

Comida

- Despensa de alimentos - LAX
 - 355 East Beach Street (entre las calles LaBrea y Centinela), South Gate, CA. 90280
 - Teléfono: 310-677-5597
- Banco de alimentos de Hawaiian Gardens
 - 21411 Norwalk Boulevard, Hawaiian Gardens, CA. 90716
 - Teléfono: 562-860-9097
- Centro de Servicio de Iglesias del Sureste

- 2780 East Gage Avenue, Huntington Park, CA. 90255
- Teléfono: 323-585-8254.
- Lugar de Santa María
 - 7215 Newlin Avenue, Whittier, CA. 90602
 - Teléfono: 562-698-0107

Área de planificación de servicio 8: South Bay (incluye Atenas, Avalon, Carson, Catalina Island, El Segundo, Gardena, Harbor City, Hawthorne, Inglewood, Lawndale, Lennox, Long Beach *, Hermosa Beach, Manhattan Beach, Palos Verdes Estates, Rancho Dominguez , Rancho Palos Verdes, Redondo Beach, Rolling Hills, Rolling Hills Estates, San Pedro, Wilmington y otros.)

** La ciudad de Long Beach tiene su propio departamento de salud*

Comida

- Centro Vecinal Toberman
 - 131 N.Grand Ave., San Pedro CA 90230
- WSFB – Ejército de Salvación
 - 324 E. Queen Street, Inglewood, CA. 90301
 - Teléfono: 310-677-3375
- Ayudando en Services, Inc.
 - 1535 gundry avenue, long beach, ca. 90813
 - Teléfono: 562-591-8778
- Centro de Santa Margarita
 - 10217 Inglewood Avenue, Lennox, CA. 90304
 - Teléfono: 310-672-2208.

Servicios / Problemas / Otros

Utilidades

- Southern California Energy responde a la emergencia de COVID-19, suspende las desconexiones de servicio
 - <https://www.businesswire.com/news/home/20200313005559/en/SC-E-Responds-COVID-19-Emergency-Suspends-Service-Disconnections>
- Southern California Gas no desconectará los servicios a los clientes que no pueden pagar las facturas en medio del brote de coronavirus
 - <https://www.google.com/amp/s/ktla.com/news/local-news/socalgas-will-not-disconnect-services-to-customers-who-cant-pay-bills-amid-coronavirus-brote/amplificador/>
- SPECTRUM Internet: ofrece 60 días de wifi gratuito para familias de bajos ingresos.

- <https://www.google.com/amp/s/amp.fdlreporter.com/amp/5042351002>
- Verizon ayudará a los clientes y las pequeñas empresas afectadas por el impacto del coronavirus
 - <https://www.verizon.com/about/news/verizon-help-customers-and-small-businesses>
- Charter COMCAST - Servicio gratuito de Internet para hogares con niños - para inscribirse: 844.488.8395
- El Departamento de Agua y Energía de Los Ángeles sigue ofreciendo un plan de pago y suspendió el cierre de servicios públicos para marzo (por ahora)
 - <https://www.ladwpnews.com/a-message-from-ladwp-regarding-power-water-service-during-coronavirus-covid-19-pandemic/?fbclid=IwAR2WQSOvsnvwy7Ho6hkEvoRIHF3VJLvJHmr uGIw6mVBII>

Servicios de WIC

- Las clínicas de WIC de bajo ‘Proyectos de Salud del Sur de Los Ángeles’ permanecerán abiertas a la comunidad. Vamos a emitir de forma remota los beneficios de alimentos de los participantes en sus tarjetas WIC para evitar que las familias salgan debido a nuestra pandemia COVID-19. Para aquellas familias que aún no han recibido la nueva tarjeta de WIC y desean ubicarse en la clínica de WIC más cercana, llame o visite el sitio web para obtener más orientación y asistencia:
 - <http://www.slahp.org/wic-centers-by-city/>
 - 323-905-7810

Salud mental

- Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles
 - Centro de acceso 24/7 Línea de ayuda
 - (800) 854-7771
 - (562) 651-2549 TDD / TTY
 - <https://dmh.lacounty.gov>
- Clínicas de escala móvil que dan psicoterapia de bajo costo:
 - Instituto Wright Los Ángeles (West LA)
 - 11845 W Olympic Blvd # 505W, Los Angeles, CA 90064
 - 424-371-5191
 - Wila.org
- Maple Center- Beverly Hills (Ven a niños y adultos)
 - 9107 Wilshire Blvd, Beverly Hills, CA 90210

- (310) 271-9999
- Centro de asesoramiento del sur de California (centro de la ciudad)
 - 5615 W Pico Blvd, Los Ángeles, CA 90019
 - (323) 937-1344
- Centro de Consejería Rose City (Pasadena)
 - 595 E Colorado Blvd # 418, Pasadena, CA 91101
 - (626) 793-8609

Violencia doméstica

- Si le preocupa estar en cuarentena en una situación de hogar insegura o necesita ayuda, todos los recursos de refugio para DV generalmente están disponibles en: domesticshelters.org
- La línea directa nacional de violencia doméstica también está disponible 24/7 en 1-800-799-7233 (SAFE) o 1-800-787-3223 (TTY)

Otros recursos

Documento: Recursos de ayuda mutua y defensa :

https://docs.google.com/document/d/1dpMzMzsA83jbVEXS8m7QKOtK4nj6gIUk1U1t6P4wShY/edit?fbclid=IwAR2AAxtC-PRDQc1mUmX3yNTT7wsgCLjGBbjUVpK578owu3_hecKcfAkATfE

Solicitud de Ayuda Mutua (Voluntarios)

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdGfypKKirsvUQCX5eVix86nlrTaf5atsnhn8bWxpCRn_IM9Q/viewform?fbclid=IwAR1p4Dr6jUIQxcDBocn6ctgOY8H9ouWnYht-bMUyfgIzRcmG2UmDSn9Y-lq&fbzx=-814863651563080480

Kit de herramientas para lidiar con la ansiedad / estrés por los impactos del virus

https://www.virusanxiety.com/?fbclid=IwAR2-eY5Qxc_4bGDF9ENgBkjOcOWk4bD6w_wSxcSSosrvpX0m53woZmgLcH4