

**GUIA ACTUALIZADA DE  
RECURSOS  
PARA LA COMUNIDAD LATINA  
EN LA DIOCESIS DE ST. CLOUD**

Noviembre 2022

---



Mayuli Bales & Laurie Robles

Diócesis de St. Cloud, Ministerios Multiculturales

## Salud en General

### **Doctora Susan Rutten Wasson**

Médico general. Habla español.

200 W Nokomis St, Osakis, MN, 56360

Tel: 320-859-2366

- Muy compasiva y toma tiempo para escuchar a la gente
- Costo módico
- No necesita seguro médico

### **Mid-Minnesota Family Medicine Center**

Clínica que proporciona servicios de salud para toda la familia.

1520 Whitney Ct #200, St. Cloud, MN 56303

Tel: 320-240-3157

- Llame para hacer una cita, cuando llame deberá decir la palabra “español” y le transferirá la llamada a una persona que hable el idioma.
- Si es la primera vez que hará una cita deberá tener tiempo para hacer trámites necesarios para recibir servicios en el futuro. Escuche con atención las indicaciones y lleve los comprobantes de domicilio e ingresos que necesite.
- Recibirá servicios de salud y médicos que necesite el mismo día de que obtenga la cita.

### **La Clínica**

Clínica de servicios médicos. Hablan español.

153 Cesar Chavez St Paul, MN 5507

651-602-7500

Horario: Lunes, martes, miércoles, viernes 8:00 AM a 5:00 PM

Jueves 9:00 AM a 8:00 PM

Sábado 8:00 AM a 12:00 PM (un sábado sí, uno no)

### **Hope Dental Clinic**

Clínica dental para personas sin seguro médico dental o de bajos recursos.

800 Minnehaha Ave. East #465, St. Paul, MN 55106

Tel: 651-789-7605

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

Horario: Lunes a jueves de 8:00 AM a 9:00 PM

- Hacen exámenes, limpiezas, extracciones dentales y empastes para niños y adultos.
- Es necesario hacer cita. Necesita llevar un intérprete cuando vaya a la cita.

### **Aspen Dental Monticello**

Dentaduras, revisión general, extracciones, implantes dentales, blanqueamiento, emergencias (dientes rotos, coronas perdidas, dolor de muelas, etc.).

9281 Cedar Street

Monticello, MN 55362

(612) 361-5436

Horario: Lunes a miércoles 7:00 AM a 5:00 PM

Jueves 9:00 AM a 7:00

Viernes 7:00 AM a 12:00 PM

Horario de llamadas para hacer una cita: Lunes a viernes 6:30 AM a 11:00 PM

Sábado 7:00 AM a 9:00 PM

Domingo 7:00 AM a 5:30 PM

- Dr. Robert Miller, dentista asociado, Habla español
- Dr. Jered Vislisel, dentista endo, Habla español

### **Options for Women MN**

Centro de recursos de embarazo que ofrece servicios gratuitos para mujeres embarazadas y parejas.

1225 Timberlane Dr. #5, **Sauk Centre**, MN 56378

Tel: 320-351-4025

Horario: Lunes a viernes 1:00 PM a 4:30 PM

615 Atlantic Ave., **Morris**, MN 56267

Tel: 320-589-0300

Horario: Lunes, miércoles, y viernes 12:00 PM a 5:00 PM.

Martes y jueves 11:00 AM a 7:00 PM

126 East Lincoln Ave., **Fergus Falls**, MN 56537

Tel: 218-736-6050

Horario: Lunes a Miércoles de 10:00 AM a 4:00 PM.

Jueves 10:00 AM a 7:00 PM

- Pruebas de embarazo y ultrasonidos gratuitos.
- Programa de aprendizaje pagado con oportunidad para adquirir cosas para madres e infantes.
- No necesita cita.
- No hablan español. Necesitará llevar un intérprete, la agencia no lo provee.

### **Elevier Women's Center**

Ofrecen material educativo gratuito, servicios de apoyo emocional y espiritual, y servicios médicos y consultas de salud reproductiva.

19022 Freeport St. NW, Suite E, Elk River, MN 55330

Tel: 763-441-7777

Horario: Lunes y martes 10:00 AM a 5:00 PM

Miércoles 10:00 AM a 7:00 PM

- Información, clases, apoyo
- Pruebas de embarazo y ultrasonidos gratuitos

## ¿Cómo Obtener un Seguro Médico?

### **Project Care (Iniciativa de Mid-Minnesota Legal Aid)**

Ayudan con el proceso de inscribirse para obtener seguro médico a personas no nacidas en el país.

110 6th Ave S #200, St. Cloud, MN 56301

Tel: 320-253-0138 (General)

320-253-0121 (Citas)

Cuando llame, escuchará un mensaje grabado. Espere a que la secretaria responda y usted diga “Spanish, please” para solicitar un empleado que hable español.

Horario: Lunes a viernes de 8:30 AM a 4:30 PM (Cerrado 12:00 a 1:00 PM para la hora del almuerzo)

- Ofrecen servicios gratuitos individuales.
- También ayudan con el proceso de inscripción en el programa estatal de acceso a insulina.
- Tienen empleados que hablan español.

### **Recovery Community Network**

Fundada en 2014 y dirigida por Cynthia Magallanes García, Recovery Community Network (RCN) es una organización sin fines de lucro dedicada a movilizar recursos para aumentar el acceso a recuperación para personas que viven con trastornos por abuso de sustancias.

Centro comercial Midtown Square, torre norte  
3400 1st St N, Suite 404, St. Cloud, MN 56303  
Teléfono: 320-428-1887

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

- Hablan español.
- Proveen servicios gratuitos.
- Promueven la recuperación a través de apoyo en pares.
- Utilizan múltiples caminos hacia la recuperación.
- Brindan servicios específicos a veteranos.
- Proporcionan asistencia de vivienda a la comunidad de recuperación.

## Salud Mental

### **St. Cloud Hospital Crisis Residential Center (Centro Residencial de Crisis Local En San Cloud)**

lugar de entrada y salida voluntaria para personas que necesitan apoyo en problemas de salud mental y adicciones.

Línea de Crisis: 320-253-5555

Línea de Crisis Toll Free: 1-800-635-8008

- Es un grupo de apoyo, no de tratamiento. Ofrecen acceso a psicólogos, siquiátras y otros servicios médicos necesarios en casos severos de salud mental como atentos de suicidio, ideas de suicidio, severa depresión, o casos que requieran una inmediata intervención.
- Tienes que ser aprobado por el supervisor para entrar a este sitio de apoyo.
- Tienen supervisores por la noche, llevas tu ropa y artículos de higiene personal, servicio de lavado de ropa por las noches.
- Tienen camas disponibles y hay que llamar de antemano.
- No hablan español y no ofrecen interpretes tampoco.
- Llevar identificación.

### **Ana Spence-Baker**

Terapeuta en línea. Habla español

1411 W St. Germain #105, St. Cloud, MN 56301

Tel: 320-253-3715

- Sólo tienen servicios en línea.
- La secretaria no habla español. Necesitará un intérprete para hacer la cita.
- Opciones de pago:
  - Seguro Médico
  - Pago del monto total en efectivo el día de la cita. No se acepta pago a plazos.

### **Dr. Nate Page**

Psicólogo, Northfield Dynamic Therapy. Habla español.

Tel: 507-581-5920 (Citas)

También puede hacer una cita ingresando al sitio web

<http://www.northfelddynamictherapy.com/> y presionando el botón que dice “Book an Appoitment”

- Se especializa en estudiantes (16 años en adelante) y en terapia de grupo.
- Opciones de pago:
  - Seguro Médico, fuera de red.
  - Pago del monto total en efectivo.
  - Tarifas de escala móvil y servicios pro-bono ofrecidos caso por caso a clientes de bajos ingresos.

- Está dispuesto a trabajar con inmigrantes indocumentados y tiene experiencia trabajando con la población Latina.
- Proporciona una consulta gratuita de 15 minutos para responder preguntas antes de que el cliente comience la terapia.
- *Información adicional:* Es cristiano. A veces ofrece terapia en parejas. Actualmente no ofrece terapia individual.

### **Catholic Charities Behavioral Health Clinic**

Clínica de Salud Mental que ofrece servicios a precios bajos según los ingresos de sus clientes (o sin costo si no tiene empleo).

911 18<sup>th</sup> St N, St. Cloud, MN 56303

Tel: 320-650-1660 (Citas)

Horario: Lunes y miércoles 8:00 AM a 8:00 PM

Martes y jueves 8:00 AM a 6:00 PM

Viernes 8:00 AM a 12:00 PM

- Ofrecen terapia individual, servicios psiquiátricos, y programa de intervención para abuso doméstico (terapia grupal)
- No hablan español. Tienen intérpretes.

### **Héctor Obregón**

Terapeuta en línea, Latino Resource Institute of Illinois. Católico. Habla español.

Tel: 708-714-4423

- Ofrece consulta privada y diversos talleres.
- Cada sesión individual o de pareja cuesta \$30, y la sesión para familias cuesta \$60.
- Forma de Pago:
  - No acepta seguro médico
  - Pago en efectivo o cheque a través del servicio de PayPal
  - Puede preguntar a cerca de pagos a plazos

### **Lorena Villaseñor**

Terapeuta en línea. Mexicana bilingüe y bicultural con una maestría en psicología clínica. Trabaja para Open Path Therapy Collective y Aslan Institute.



---

Considera que acompañar a alguien en su proceso de sanación es una bendición y un privilegio. Ofrece un acompañamiento lleno de compasión, autenticidad y calidez con una actitud sin juicios. Con un marco de referencia en terapia psicodinámica, proporciona diferentes técnicas terapéuticas, como terapia centrada en la persona, terapia Gestalt, y terapia cognitivo-conductual, las cuales son adaptadas a las necesidades únicas de cada cliente.

4141 Old Sibley Memorial Hwy, Egan, MN 55122

Tel: 612-806-9385

[lorena@aslaninst.com](mailto:lorena@aslaninst.com)

Horario: Disponible por la mañana y por la tarde los martes, miércoles, jueves y sábados.

- Cada sesión individual cuesta de \$30 a \$60, y la sesión de parejas o familias cuesta de \$30 a \$80.
- Información adicional: <https://openpathcollective.org/clinicians/lorena-villasenor-m-a/>

### **Manuela González**

Terapeuta Chicana bilingüe con Maestría de Trabajadora Social con énfasis en inmigrantes y refugiados. Trabaja para Catalyst Mental Health

Ofrece terapia individual para adultos, especialmente inmigrantes, hijos de inmigrantes, y personas de la comunidad LGBTQ+. Se especializa en abuso sexual, violencia doméstica, ansiedad, depresión, trauma, identidad racial/étnica, valoración personal, transiciones de la vida y conflicto interpersonal.

195 Lyndale Ave S, Minneapolis, MN 55403

Tel: 621-416-7046 extensión 2

- Costo por sesión: \$160-\$220
- Usted puede pagar con seguro médico, efectivo, tarjeta de crédito o un cheque.

### **Verónica Rivera Arteaga**

Terapeuta en línea. Latina. Trabaja para Lyn-Lake Psychotherapy and Wellness.

Trabaja principalmente con poblaciones adultas (+18). Le gusta aportar positividad, apertura y seguridad a la terapia. Ella es una inmigrante latina que ofrece terapia en español, spanglish e inglés. Utiliza un modelo de terapia integradora que pone en acción múltiples modalidades y terapias. Estas modalidades incluyen, Terapia de Aceptación y Compromiso, prácticas de Mindfulness, Psicoterapia Dinámica Breve e incluye prácticas

culturales y espirituales del cliente. Esto permite a los clientes reconectarse con su propio Ser, recuperar su equilibrio interior, mejorar la confianza e identificar sus valores más importantes para seguir y vivir.

Tel: 612-979-2276 (General de Lyn-Lake Psychotherapy, no de la terapeuta)  
[info@therapy-mn.com](mailto:info@therapy-mn.com) (General de Lyn-Lake Psychotherapy, no de la terapeuta)

También puede hacer una cita a través de la página web <https://therapy-mn.com/appointments/>. Si desea hacer una cita específicamente con Verónica Rivera asegúrese de escribir el nombre de la terapeuta en el lugar donde indica "Preferred Provider(s)."

### **Esperanza para Familias**

Terapia individual, de parejas, y de familias. Se habla español.

900 E American Boulevard #132, Bloomington, MN 55420

Tel: 952-846-8843

- Dirigido por la trabajadora social Eugenia Apaza
- Costo por sesión de 50 minutos es de \$150. Servicios de costo reducido están disponibles de forma limitada)
- Opciones de pago: Seguro médico, tarjeta de crédito, efectivo, o cheque.

### **Deborah Organ & Alejandro Maldonado**

Terapeutas bilingüe y bicultural. Hablan español. Trabajan para Raíces Sagradas Community Mental Health.

Ubicados en la Iglesia de La Encarnación Minneapolis

3801 Pleasant Avenue, Minneapolis, MN 55409

(651) 308-0099

- Ofrecen terapia gratuita culturalmente apropiada para individuos, parejas, y familias.
- Hablan inglés y español.
- También hacen evaluaciones psicológicas para procesos legales de inmigración.

### **Kiera Reynolds, MSW, LGSW**

Trabajadora social licenciada. Bilingüe en español e inglés. Sus áreas de práctica incluyen psicoterapia individual con adultos, niños y adolescentes y psicoterapia familiar con niños/adolescentes y sus padres/cuidadores.

110 2nd St S, Waite Park, MN 56387

Teléfono: 320-252-2976

[kiera@processus-counseling.org](mailto:kiera@processus-counseling.org)

Horario: lunes y martes: 9 am - 5 pm (Presencial o en línea)

miércoles: 9 am - 4:45 pm (Presencial o en línea)

jueves: 10:15 am - 5:00 pm (Presencial o en línea)

viernes: 9 am - 12 pm (Solo en línea)

Las áreas de interés de Kiera incluyen: Preocupaciones de latinos/hispanos, salud mental de inmigrantes, crecimiento, desarrollo y desafíos espirituales y religiosos, problemas y preocupaciones de las mujeres, estrés, depresión, ansiedad, trauma y trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

Las citas se pueden pagar con un seguro médico. Se puede usar el seguro de salud de un niño si se proporciona terapia individual a un niño o terapia familiar a niños y sus padres/cuidadores. Se aceptan la mayoría de los planes de seguro médico, incluidos Medical Assistance, Blue Cross Blue Shield, Preferred-One, HealthPartners, Select Care, Medica United Health Care y United Behavioral Health. Los clientes serán responsables de cualquier copago de seguro médico.

Los clientes también pueden usar el pago privado en efectivo, cheque o tarjeta para pagar el costo total de sus citas. Hay un 25% de descuento para clientes de pago privado.

Si necesita hablar con alguien en español o visite el sitio web de Processus aquí:

<https://www.processus-counseling.com/>

## Servicios de Ayuda Legal

### **Mid-Minnesota Legal Aid**

Servicios legales gratuitos por casos civiles

110 6th Ave S #200 St. Cloud, MN 56301

Cuando llegue, dígame a la secretaria "Spanish, please" para solicitar un empleado que hable español

320-253-0121 (Oficinas)

612-334-5970 (Citas)

Cuando llame, escuchará un mensaje grabado. Espere a que la secretaria responda y diga "Spanish, please" para solicitar un empleado que hable español

Horario: Lunes a viernes, 8:30 AM a 5:00 PM, cierran durante el almuerzo 12:00 PM a 1:00 PM

Ayuda por teléfono disponible Lunes a jueves 8:30 AM a 4:30 PM, y viernes 8:30 AM a 12:00 PM

- Tienen empleados que hablan español
- Pueden notarizar documentos para clientes
- También tienen oficinas en Minneapolis y Willmar

### **Immigrant Law Center of Minnesota**

Servicios legales gratuitos por casos de inmigración. Hablan español.

Oficinas en Saint Paul, Moorhead, Worthington y Austin

Oficinas Principal en **St Paul:**

450 N Syndicate St #200, St Paul, MN 55104

Línea general: 651-641-1011

Línea de asistencia legal: 1-800-223-1368

Actualmente la oficina de St. Paul está cerrada al público en general, pero siguen ofreciendo consulta en línea. Las demás oficinas están abiertas.

Horario de admisión general: Lunes y miércoles de 9:00 AM a 1:00 PM

Martes 1:00 PM a 4:00 PM

Jueves las 3:00 PM a 7:00 PM

Horas de admisión para detenidos de ICE: Martes 2:00 PM a 4:00 PM

Jueves 10:00 AM a 12:00 PM

Oficina en **Moorhead:**

Contacto: Martha Castañón

218-443-1815 (General oficina)

218-416-3003 (Teléfono de Martha)

[martha.castanon@ilcm.org](mailto:martha.castanon@ilcm.org)

Habla español

Horario: Lunes a viernes 9:00 AM a 4:30 PM

**Rinke Noonan Law Firm**

Ley familiar (custodia y divorcio)

US Bank Plaza, 1015 W St. Germain, Suite 300, St. Cloud, MN 56301  
320-251-6700

- No hablan español, se necesita un intérprete.

**Graham Ojala-Barbour**

Ley de inmigración. Habla español.

790 Cleveland Avenue South #206, Saint Paul, MN 55116  
(651) 214-6284

**Laura Tripiciano**

Ley de inmigración

505 2<sup>nd</sup> Ave N, Sauk Rapids, MN 56379  
320-224-6535  
[laura@ltriplaw.com](mailto:laura@ltriplaw.com)

- No hablan español, se necesita un intérprete

**Jeddeloh, Snyder, & Stommes**

Abogados que ayudan con procesos de divorcio, ley familiar, custodias, y defensa criminal.

Oficina de **St. Cloud:**

803 W Saint Germain, St. Saint Cloud, MN 56301  
320-240-9423  
Contacto: Stacey VanderWeyst (asistente legal)

Oficina de **Cold Spring:**

101 Red River Avenue N, Cold Spring, MN 56320  
320-348-2001

Oficina de **Big Lake:**

101 Jefferson Blvd., Big Lake, MN 55309  
763-262-2889

- Los casos de custodia son para jóvenes que cumplen la mayoría de edad (18 años) y que tienen necesidad de ser representados por sus padres
  - Ejemplo: Estudiantes en preparatoria (High School) que son parte del programa de Educación Especial
- También ofrecen servicios para que los adultos con discapacidades mentales puedan ser representados por otro adulto legalmente.
- No hablan español. Se necesita llevar un intérprete (ellos no proporcionan intérpretes).

### **Antonio Tejada Guzmán**

Ley de compensación de trabajadores/ ayuda para trabajadores. Habla español.

Oficina de **St. Cloud:**

4140 Thielman Lane #110, Saint Cloud, MN 56302

Oficina de **Willmar:**

214 4th St SW, Willmar, MN 56201

Oficina de **St. Paul:**

1 West Water Street #275, St. Paul, MN 55107

Tel. 320-262-3669

[Info@tejeda-guzman.com](mailto:Info@tejeda-guzman.com)

### **Noak Law Office**

Ayudan a trabajadores y sus familias con asuntos legales relacionados con lesiones o discapacidad a causa del trabajo. Hablan español.

Oficina de **Minneapolis:**

1515 East Lake Street #200, Minneapolis, MN 55407

Oficina de **St. Paul:**

925 Payne Avenue #201, St. Paul, MN 55130

Tel: 952-248-2850

- Ofrecen una consulta inicial gratuita.
- Usted sólo tendrá que pagar si los abogados consiguen que se le otorguen beneficios/remuneración. Si no consiguen ayudarle no paga.

### **Fe y justicia**

Fe y Justicia es una organización basada en la fe, dirigida por Latinos, que se esfuerza por traer justicia y brindar amabilidad y compasión a la comunidad Latina en el centro de Minnesota.

108 6th Ave N, Waite Park, MN 56387

En el edificio de la vieja escuela

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

- Hablan español.
- Trabajan para educar, capacitar líderes, e identificar los servicios necesarios para los miembros de la comunidad.
- Ofrecen clínicas de salud mensuales sin costo alguno. Tercer jueves de cada mes.
- Ofrecen clínicas de inmigración/asilo/ciudadanía.

## Recursos de Alimentos/Comida

### **Melrose Area Food Shelf (Banco de comida en Melrose)**

255 Country Club Road Southwest Melrose, MN 56352

Tel: 320-256-2555

Horario: 1:00 PM a 4:45 PM (Primeros cuatro miércoles de cada mes)

### **Fair For All**

Puede comprar comida nutritiva y de calidad a precios bajos o de descuento.

Ubicaciones pop-up:

**St Cloud:** Salem Lutheran Church

90 Riverside Dr. SE, St. Cloud, MN 56304

Monthly on a Monday from 3:30 pm – 5:30 pm

**St. Joseph:** Resurrection Lutheran Church

610 County Rd 2, St. Joseph, MN 56374

Monthly on a Monday, 3:30pm – 5:30pm

Para mayor información acerca de horarios y ubicaciones visite <https://thefoodgroupmn.org/groceries/fare-for-all/schedule/>

No necesita registrarse con anticipación. Cuando llegue llene la forma para indicar cuales cajas le gustaría llevarse. Page en caja y un voluntario le ayudara a llevar las cosas a su auto.

Los alimentos se venden por caja. Cada caja cuesta de \$10 a \$30

### **St. John's Episcopal Church**

Iglesia episcopal que ofrece ayuda. Tienen comida, pases de bus y cupones para gas y comida que ofrecen una sola vez a individuos en crisis. No hablan español, se necesita llevar un intérprete.

1111 Cooper Ave S, St. Cloud, MN 56301  
Tel: 320-251-8524

### **Salvation Army Northern Division**

Organización Cristiana que provee servicios a personas sin hogar y en situaciones de pobreza.

400 US-10, St. Cloud, MN 56304  
Tel: 320-252-4552

Horario banco de comida: Martes y jueves 9:00 AM a 3:30 PM (Cerrado de 11:00 AM a 1:00 PM) y 4to Lunes de cada mes de 4:00 PM a 6:00 PM

- Necesita llevar una identificación con fotografía de cada miembro de la familia y un comprobante de domicilio.
- Límite de una visita al mes

Horario almuerzo comunitario: Lunes a viernes 11:30 AM a 12:45 PM.

- Todos son bienvenidos
- No hablan español.
- Servicios que ofrecen:
  - Refugio de emergencia
  - Programa de pan gratis y banco de comida
  - Programa de almuerzo comunitario



- Asistencia de servicios públicos (El programa HealthShare)
- Programa para veteranos sin hogar
- Ministerios cristianos para hombres, mujeres, y jóvenes
- Mochilas y útiles escolares gratuitos
- Abrigos y chamarras para el invierno gratis
- Asistencia con preparación de impuestos
- Programa de juguetes de Navidad

### **Catholic Charities Emergency Services**

Banco de comida y otros servicios de emergencia en Saint Cloud

157 Roosevelt Rd #100, St. Cloud, MN 56301

Tel: 320 229-4560

[emergency@ccstcloud.org](mailto:emergency@ccstcloud.org)

Horario banco de comida: Lunes 9:00 AM a 3:00 PM

Miércoles 11:00 AM a 7:00 PM

Viernes 9:00 AM a 3:00 PM

Horario de almuerzo comunitario para mayores de 60 años: 2do y 4to jueves de cada mes de 1:00 PM a 3:30 PM

- No hablan español, se necesita un intérprete
- Para asistir al banco de comida necesitará hacer una cita 24 horas antes de su llegada.
- Si es la primera vez que asiste al banco de comida, necesitará llevar los siguientes documentos para registrarse:
  - Identificaciones para todos en el hogar
  - Comprobante de domicilio para cada adulto en el hogar (por ejemplo: un sobre con su nombre y dirección de casa)
  - Conocimiento de sus ingresos
- Llegue al menos 30 minutos antes de cerrar
- Traiga bolsas para transportar alimentos

### **Rocori Area Food Shelf**

El banco de alimentos está disponible para las personas que necesitan asistencia y que viven en el distrito escolar del área de Rocori (Rockville, Cold Spring, Richmond)

217 Main Street, Cold Spring, MN 56320

Tel: llámame al 320-685-8785 o envíe un mensaje de texto al 320-248-6943

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

Horario: Todos los lunes de 10:00 AM a 2:30 PM

El tercer lunes de cada mes se abre también por las noches de 5:30 a 7:00 PM

Cerrado en días festivos y en caso de mal clima

- Para solicitar asistencia traiga un correo postal reciente con matasellos que muestre su nombre y dirección actual como prueba de que vive en el distrito escolar.
- Pueden recibir asistencia una vez al mes.
- La entrega a domicilio de alimentos está disponible para discapacitados y encierros. Para organizar este servicio llame al estante de comida.

## Lugares de Refugio

### **Place of Hope Ministries**

Organización Cristiana que brinda servicios a personas en situación de pobreza, indigencia, y adicción.

511 9<sup>th</sup> Ave N, St. Cloud, MN 56303

Tel: 320-203-7881

[pastoric@placeofhopeministries.org](mailto:pastoric@placeofhopeministries.org)

- No hablan español.
- Servicios que ofrecen:
- Centro de hospitalidad con alimentos, atención médica gratuita, ropa y artículos de cuidado personal.
- Se sirven alimentos preparados todo el año: Desayuno, almuerzo y cena.
- Casa de refugio (Octubre a Mayo)
- Refugio fuera de sitio para aquellos que no puedan ingresar a los otros refugios de St. Cloud.

Living Hope Center: Un programa estructurado de 6 a 12 meses con una instalación residencial para aquellos que desean salir de la calle o dejar de consumir drogas y alcohol, o desean un lugar para recuperar su estabilidad y tranquilidad.

H. O. P. E. on Ninth Apartments: Un edificio de 31 apartamentos que incluye 10 unidades que son “Viviendas de apoyo.” Estas unidades están designadas para aquellos que han experimentado la falta de vivienda a largo plazo. Tienen un coordinador de servicios de apoyo en el lugar para ayudar a quienes viven en la unidad de viviendas de apoyo.

### **Catholic Charities Youth House**

Un lugar donde los jóvenes sin hogar de entre 16-24 años pueden permanecer. El periodo máximo de permanencia es de 24 meses.

Tel: 320-229-6035

[Jenifer.walker@ccstcloud.org](mailto:Jenifer.walker@ccstcloud.org)

- No hablan español.
- Proporcionan asistencia con:
  - Aprendizaje de habilidades básicas de la vida.
  - Administrar un presupuesto
  - Búsqueda de empleo
  - Conectarse a los recursos de la comunidad para mantener la autosuficiencia
  - Oportunidades educativas
  - Planificación de comidas.
- Los jóvenes en este programa deben:
  - Comprometerse a un cambio positivo
  - Estar dispuestos a seguir las expectativas y programas de la casa
  - Aceptar el valor de las relaciones con los demás y participar en la comunidad
  - Aceptar el valor del trabajo
  - Comprometerse con la educación y las oportunidades para aprender y crecer
  - Aceptar estar en un lugar con personal las 24 horas del día, siete días a la semana

### **Pathways 4 Youth**

Un centro de recursos para jóvenes de 16-24 años que no tienen hogar.

203 Cooper Ave N #206, St. Cloud, MN 56303

Tel: 320-316-1640

[Pathways4youth@lssmn.org](mailto:Pathways4youth@lssmn.org)

Horario: Lunes a jueves de 1:00 a 5:00 PM

- Servicios ofrecidos:
  - Armario de ropa
  - Despensa de alimentos
  - Servicio de lavandería y duchas
  - Acceso a computadoras para buscar trabajo o programas educativos
- Aunque Pathways no ofrece viviendas, sus trabajadores sociales pueden ayudar a los jóvenes a encontrar viviendas de emergencia a corto plazo o permanentes.
- Ayudan con el desarrollo de habilidades para la vida y el establecimiento de objetivos.
- Contenedores seguros para guardar mochilas o bolsas de lona mientras están en el centro de recursos.
- Pueden servir como dirección postal a solicitantes de empleo
- Ofrecen asesoría laboral, y asesoría para inscripción en MNsure.
- Ofrecen programas de resolución de conflictos, salud y bienestar, y grupos de apoyo, entre otros programas.
- Cuentan con voluntaries que ofrecen apoyo para guiar a los jóvenes a través de los servicios ofrecidos en el centro.

### **Anna Marie's Alliance**

Una organización en St. Cloud que ofrece una variedad de servicios gratuitos para mujeres y niños que sufren abuso doméstico.

Línea de Crisis las 24 horas: 320-253-6900 o llamada gratuita al 1-800-950-2203

Línea de administración: 320-251-7203

Dirección postal: PO Box 367 Saint Cloud, MN 56302 (La ubicación actual no figura en la lista por razones de confidencialidad)

- Cuentan con empleados que hablan español (o interpretes en cualquier idioma)
- Ofrecen refugio si es necesario.

### **Esperanza United (formerly Casa de Esperanza)**

Organización para latinos en situaciones de violencia doméstica.

Línea de Crisis las 24 horas (Bilingüe):651-772-1611 o mandar un correo electrónico a [info@esperanzaunited.org](mailto:info@esperanzaunited.org)

- Servicios que ofrecen:
  - Abogan por las familias
  - Ofrecen cursos y ayuda técnica a quienes proveen servicios para personas en situaciones de violencia domestica
  - Hacen investigación y evaluación sobre el tema

Más información en: <https://esperanzaunited.org/en/>

## Preparación Católica

### **Agape Catholic Ministries**

Cursos de preparación en línea en español e inglés.

Tel.:719-531-0738

Toll Free: 1-800-208-1364

[info@agapecatholicministries.com](mailto:info@agapecatholicministries.com)

- Programa Pre-Cana (de Preparación Matrimonial) por internet para parejas que se van a casar
- Programa de Formación de Instructores/servidores en Preparación Matrimonial para su comunidad.
- Programa de Preparación para Quinceañeras
- Programa de Formación y Certificación para Líderes Parroquiales y Diocesanos en Preparación de Quinceañeras.
- Programa de Preparación Bautismal para padres y padrinos.

Más información en: <https://www.agapecatholicministries.com/>

## Servicios Educativos para Niños e Infantes

### **Head Start y Early Head Start**

Programas de educación para niños de edades comprendidas entre 0-5 años de familias de bajos ingresos y sus padres (también disponible para mujeres embarazadas de bajos ingresos)

Early Head Start para niños de 0 a 3 años y Head Start para niños de 3 a 5 años.

- Opción basada en el hogar: Visitas a domicilio disponibles a través del Condado de Stearns. Visitas por un profesional una vez por semana
- Para inscribir a sus niños en el programa, llene un formulario o llame por teléfono a este número: (320)-253-8110
  - El formulario puede ser encontrado en el sitio de web reachupinc.org y puede imprimirlo o llenarlo online
  - Busque y haga click en el botón que dice “Apply now” y luego haz click en el link que “Application PDF” al fondo de la pagina
  - El formulario también está en inglés.
- No hablan español, se necesita intérprete.

### **Departamento de Educación de Primera Infancia en el Distrito Escolar de Melrose**

Realizan evaluaciones de desarrollo de niños pequeños (0-4 años)

Tel: 320-256-1060 (Marque la extensión 1008)

Contacto: Stacey Jacobson

- No hablan español, se necesita un intérprete

### **Help Me Grow**

Una organización que proporciona información y recursos a las familias sobre el desarrollo de los niños

- Pueden evaluar sus hijos/as sin costo para ver si necesitan ayuda
- Si tiene inquietudes acerca del desarrollo de sus hijos/as y creen que necesitan ayuda adicional para aprender y crecer, no dude en llamar
  - Puede referir al niño llamando al número 1-866-693-4769. Habrá intérpretes disponibles en español.
  - Para completar un formulario de referencia online en Inglés, visite la página "Refer a child" (refiera a un niño) en el sitio de web
  - Después de recibir su recomendación, la organización se comunicará para programar una evaluación de su hijo/a

## Servicios Educativos para Adultos

### **Melrose, MN**

**Inglés Como Segundo Idioma/English as a Second Language (ESL)**

Se ofrecen clases de inglés gratuitas a personas mayores de 17 años que que no estén actualmente matriculadas en la escuela.

Melrose High School Media Center, ingrese por la puerta 7  
546 5<sup>th</sup> Ave NE, Melrose, MN 56352

Actualmente no hay horario definido porque aún están buscando contratar a alguien para el puesto. Recomendamos checar la página web de Melrose High School para encontrar información al respecto.

### **Educación Básica para Adultos/Adult Basic Education (ABE)**

Las clases de ABE se ofrecen para personas que tienen necesidades educativas básicas. Es gratis y cualquier persona que no esté actualmente matriculada en la escuela puede inscribirse.

Melrose High School Media Center, ingrese por la puerta 7  
546 5<sup>th</sup> Ave NE, Melrose, MN 56352

- Instrucción flexible, personalizada e individualizada para las habilidades de lectura, escritura y matemáticas de cada quién.
- También ofrecen preparación para los exámenes GED, Work Keys, Career Ready 101 y/o ACCUPLACER. Si está buscando empleo pueden ayudarle a crear su currículum.

Actualmente no hay horario definido porque aún están buscando contratar a alguien para el puesto. Recomendamos checar la página web de Melrose High School para encontrar información al respecto.

### **Waite Park, MN**

#### **Quarryview Education Center**

800 7<sup>th</sup> St S, Waite Park, MN 56387

Tel: Para registrarse llame al 320-370-8200 o mande un correo electrónico a [abe@isd742.org](mailto:abe@isd742.org)

Horario: 7:30 am a 4:00 pm de Lunes a viernes

- Clases de Educación Básica para Adultos (ABE) mayores de 17 años
  - Preparación para el examen GED
  - Clases de ciudadanía estadounidense
  - Programa de mejora de habilidades

- Programa de alfabetización para familias
- Programa de alfabetización para trabajadores
- Clases de Inglés para adultos (nivel principiante e intermedio)
  - Necesita tomar una prueba para determinar su nivel de inglés antes de entrar a una clase.

### **Long Prairie**

Clases de Educación Básica para Adultos mayores de 17.

Grey Eagle Elementary School  
205 Second Street S  
Long Prairie, MN 56347

Tel: Para registrarse llame al 320-732-4609 o contacte a Bryan  
[btollefson@fed.k12.mn.us](mailto:btollefson@fed.k12.mn.us)

Ofrecen clases de GED, inglés como segundo idioma (ESL), y ciudadanía estadounidense.

### **Cold Spring, MN**

Ofrecen clases de educación temprana infantil para familias en el área de Cold Spring, Richmond, y Rockville.

534 5th Ave. North  
Cold Spring, MN 56320

Para registrarse llame a Erin Tronback 320-685-8631 o envíele un correo electrónico  
[tronbake@rocori.k12.mn.us](mailto:tronbake@rocori.k12.mn.us)

Si tiene alguna pregunta sobre el desarrollo de su hij@, cómo ayudar a sus hijos durante la pandemia, cómo preparar a su hij@ para el Jardín de Niños, u otras preguntas, puede hacer una cita gratuita para que una trabajadora de educación temprana infantil haga una visita a su casa. Llame al 320-685-8631 para agendar la visita.

## Otros

### **Traducción de Documentos**

Servicio de traducción de acta de nacimiento u otros documentos al inglés.



Llame a Tim King al 320-732-6203 o envíe un correo electrónico a [tyjking49@centurylink.net](mailto:tyjking49@centurylink.net)

- Precios bajos
- Servicio rápido

### **La Voz Libre**

Periódico gratuito en español que presenta noticias del área de Central Minnesota. También ponen anuncios de diversos servicios en el área (muchos hablan español).

Si desea poner un anuncio en La Voz Libre puede mandar un correo electrónico a [LaVozLibreMN@gmail.com](mailto:LaVozLibreMN@gmail.com)

**Si tiene preguntas o necesita ayuda para conectar con los recursos, llame a:**

### **Mayuli Bales**

Directora de Ministerios Multiculturales, Diócesis de Saint Cloud

- Habla español e inglés

305 Seventh Avenue North  
Saint Cloud, MN 56303  
Tel. Oficina: 320-529-4614  
[mbales@gw.stcdio.org](mailto:mbales@gw.stcdio.org)

Si busca información relacionada con la Diócesis de St. Cloud también puede visitar [www.stclouddiocese.org](http://www.stclouddiocese.org)

### **Laurie Robles Ramirez**

Asociada del Ministerio Latino, Oficina de Ministerios Multiculturales, Diócesis de St. Cloud

- Habla español e inglés

305 7th Avenue North  
St. Cloud, MN 56303



Tel: 320-258-7329 extensión 342  
[Laurie.Robles@ccstcloud.org](mailto:Laurie.Robles@ccstcloud.org)