

# Guía de servicios y recursos de Hillsborough



Esta guía incluye recursos locales para alimentos, atención médica, salud mental y uso de sustancias, ayuda financiera, transporte, vivienda y más.

2024

# Centros de alimento / comida

## **Red de Asistencia Comunitaria de Hillsborough (CAN, por sus siglas en inglés)**

Despensa de alimentos que ofrece asistencia temporal que incluye alimentos, artículos de tocador y productos de limpieza. En la página hay una opción de seleccionar el idioma y cambiar al español.

908-369-3880

[hillsborough-nj.org/social-services-page-list/291-community-assistance-network](http://hillsborough-nj.org/social-services-page-list/291-community-assistance-network)

## **Despensa de Alimentos Hillsborough Feeding Hands**

Alimentos y comestibles básicos, además de conexiones con otros servicios.

908-397-6452

[feedinghandspantry.org/es](http://feedinghandspantry.org/es)

## **Despensa de Alimentos del Condado de Somerset**

Alimentos (incluidos frescos, congelados y refrigerados), artículos de cuidado personal y artículos de limpieza. En la página hay una opción de seleccionar traducir al español.

732-560-1813

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

## **Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, por sus siglas en inglés)**

Ayuda financiera para familias de bajos ingresos para comprar alimentos en la mayoría de las tiendas minoristas de alimentos y en algunos mercados de agricultores. En la página hay una opción de seleccionar traducir al español.

Llame a un navegador de SNAP al 908-838-4831 o envíe un correo electrónico a [SNAPOutreach@cfnj.org](mailto:SNAPOutreach@cfnj.org) para obtener ayuda con la solicitud.

[www.nj.gov/humanservices/njsnap/apply/ways/](http://www.nj.gov/humanservices/njsnap/apply/ways/)

## **Programa de Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés)**

Alimentos saludables para bebés y niños menores de 5 años de bajos ingresos, así como para mujeres embarazadas, lactantes y puérperas. WIC también ofrece apoyo para la lactancia materna, educación nutricional, pruebas de detección de vacunas y referencias de atención médica. En la página hay una opción de seleccionar traducir al español.

908-685-8282

[nj.gov/health/fhs/wic/participants/](http://nj.gov/health/fhs/wic/participants/)



# Cuidado de la salud y seguro de salud

## **Clínica de Salud de Hillsborough**

Exámenes de rutina y vacunas para niños y adolescentes sin seguro médico. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-725-9355 [hillsborough-nj.org/health-page-list/288-clinics](https://hillsborough-nj.org/health-page-list/288-clinics)

## **Clínica Médica Zufall Health**

Clínica médica y dental donde adultos y niños pueden recibir atención médica, independientemente del seguro o la capacidad de pago. Llamar y pedir asistencia en español.

908-526-2335 (Somerville) o 609-853-7600 (Plainsboro) [zufallhealth.org](https://zufallhealth.org)

## **Asistencia de Seguro de Salud – NJ FamilyCare**

Seguro de salud asequible para niños sin seguro y adultos de bajos ingresos. Cubre visitas al médico, recetas, servicios dentales, de la vista, salud mental y hospitalización. En la página principal hay una opción de seleccionar Recursos en Español, esta hacia la parte final.

908-526-8800 [njfamilycare.org](https://njfamilycare.org)

## **Acceso para Comprar un Plan de Seguro de Salud – GetCoveredNJ**

Planes de seguro médico y ayuda financiera para reducir costos. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

833-677-1010 [nj.gov/getcoverednj/](https://nj.gov/getcoverednj/)

## **Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP, por sus siglas en inglés)**

Ayuda gratuita para los miembros de Medicare que tengan preguntas sobre el seguro médico. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

800-792-8820 [nj.gov/humanservices/does/services/q-z/ship/](https://nj.gov/humanservices/does/services/q-z/ship/)

# Familia e hijos

## **Consorcio de Salud Familiar de Jersey Central**

Recursos para familias, padres y mujeres embarazadas, que incluyen salud, bienestar emocional, artículos para bebés como asientos para el automóvil y cochecitos, intervención temprana para niños con retrasos en el desarrollo o discapacidades, y referencias a servicios adicionales. Llamar y pedir asistencia en español.

732-937-5437 [cjfhc.org/what-we-do/community/](https://cjfhc.org/what-we-do/community/)

## **Soluciones Comunitarias de Cuidado Infantil**

Ayuda para encontrar, elegir y pagar un cuidado infantil de calidad. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-927-0869 [communitychildcaresolutions.org](https://communitychildcaresolutions.org)

## **Asistencia para sobrevivientes de Abuso Safe+Sound Somerset**

Ayuda para sobrevivientes de abuso doméstico y violencia sexual para brindar seguridad, esperanza y curación del trauma. Los servicios incluyen vivienda segura de emergencia, asesoramiento y defensa legal. Llamar y pedir asistencia en español.

866-685-1122 [safe-sound.org](https://safe-sound.org)

## **Centro de Éxito Familiar Pioneer**

Recursos útiles para familias y eventos, programas y actividades gratuitos. Llamar y pedir asistencia en español.

908-722-4400 [pioneerfsc.com](https://pioneerfsc.com)

# Salud mental y consumo de sustancias

## **988 Línea de Prevención del Suicidio y Crisis**

Soporte gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana para personas en apuros. El 988 también proporciona recursos de prevención y crisis para sus seres queridos. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español. Marque 988, envíe un mensaje de texto al 988 o chatee en el sitio web.  
988lifeline.org

## **Detección y Servicios de Emergencia Psiquiátrica (PESS, por sus siglas en inglés)**

Alcance móvil a personas en crisis psiquiátricas. Alcance móvil rápido centrado en la intervención en crisis, la planificación y las citas de seguimiento. Llamar y pedir asistencia en español.

908-526-4100      [bridgewaybhs.org/services.somerset.pess.html](http://bridgewaybhs.org/services.somerset.pess.html)

## **Unidad de Intervención en Crisis Familiares**

Los servicios para niños y familias incluyen intervención y estabilización en crisis, tratamiento familiar a corto plazo, manejo de casos, vinculación con recursos comunitarios y más. Llamar y pedir asistencia en español.

908-704-6330

[co.somerset.nj.us/government/human-services/youth-services/family-crisis-intervention-unit](http://co.somerset.nj.us/government/human-services/youth-services/family-crisis-intervention-unit)

## **Organización de Administración de la Atención de los Tres Condados**

Recursos para niños con problemas complejos de comportamiento, emocionales, sociales y de salud mental. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-526-3900, opción 8

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



# Salud mental y consumo de sustancias

## **Centro Comunitario de Salud Mental Richard Hall**

Servicios para la salud mental y el uso de sustancias, incluido el manejo de medicamentos, la terapia y los servicios de crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llamar y pedir asistencia en español.

908-253-3165      [co.somerset.nj.us/government/human-services/mental-health](https://co.somerset.nj.us/government/human-services/mental-health)

## **Línea de ayuda para adicciones de Nueva Jersey – ReachNJ**

Derivaciones a servicios de tratamiento y apoyo para el consumo de sustancias, así como recursos para las familias. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

844-REACHNJ      [reachnj.gov](https://reachnj.gov)

## **Línea de Ayuda Para Dejar de Fumar de NJ (NJ Quitline)**

Los entrenadores ayudan a las personas a crear un plan para dejar de vapear o fumar, incluyendo cómo lidiar con los antojos y formas de evitar la recaída. En la página hay una opción de seleccionar AUTOAYUDA en el menú en la parte de arriba de la página.

866-NJ-STOPS      [njquitline.org](https://njquitline.org)

## **Información sobre Promover Comunidades Saludables – EmPOWER Somerset**

Educación, colaboración y conexiones con recursos para promover comunidades saludables y libres de drogas. Llamar y pedir asistencia en español.

908-722-4900      [empowersomerset.com/resources/](https://empowersomerset.com/resources/)



# Laboral y financiero

## **Servicios Sociales – Condado de Somerset**

Ayuda financiera, recursos de empleo, vivienda, transporte, servicios familiares y más. Llamar y pedir asistencia en español.

908-526-8800 [co.somerset.nj.us/government/affiliated-agencies/social-services](http://co.somerset.nj.us/government/affiliated-agencies/social-services)

## **Asistencia de Efectivo – Work First New Jersey**

Incluye Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF, por sus siglas en inglés) y Asistencia General. Dinero en efectivo mensual, apoyo para vivienda a corto plazo, cuidado de niños y recursos de empleo. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

800-792-9773 [njhelps.gov](http://njhelps.gov)

## **Caridades Católicas (Catholic Charities) – Estabilización Financiera Familiar**

Asesoramiento financiero, así como ayuda con el alquiler, la hipoteca y los servicios públicos. Llamar y pedir asistencia en español.

908-722-1881 [ccdom.org/somerset-family-financial-stabilization](http://ccdom.org/somerset-family-financial-stabilization)

## **Junta de Desarrollo de la Fuerza Laboral del Gran Raritan**

Recursos para la búsqueda de empleo, oportunidades de capacitación, exploración de carreras, análisis de habilidades y más. Llamar y pedir asistencia en español.

908-541-5780 [thegrwdb.org/resources/for-jobseekers/](http://thegrwdb.org/resources/for-jobseekers/)

## **Seguro de Desempleo**

Ayuda financiera a las personas que pierden sus trabajos por causas ajenas a su voluntad. En la página principal hay una opción de seleccionar Recursos en Español, esta hacia la parte final.

908-704-3366 [myunemployment.nj.gov](http://myunemployment.nj.gov)

## **Sucursal de la Biblioteca de Hillsborough**

Recursos para la búsqueda de empleo, el desempleo, la ayuda con el currículum, las nuevas habilidades y el cambio de carrera. En la página principal hay una opción de seleccionar Recursos en Español, esta hacia la parte final.

908-458-8420 [sclsnj.org/jobs/](http://sclsnj.org/jobs/)

# Transporte

## **Transporte – Condado de Somerset**

Transporte público (lanzaderas SCOOT, DASH y CAT) para miembros de la comunidad y servicios de paratransito para personas mayores y adultos con discapacidades. Llamar y pedir asistencia en español.

800-246-0527 [co.somerset.nj.us/government/public-works/transportation](http://co.somerset.nj.us/government/public-works/transportation)

## **Información sobre transporte en Somerset – RideWise**

Recursos para el transporte público y cómo usarlo, e información sobre desplazamientos, ciclismo, senderismo, seguridad y sostenibilidad. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-704-1011 [ridewise.org/transitconnect/](http://ridewise.org/transitconnect/)

## **Transporte Para Personas Mayores de Hillsborough**

Transporte seguro y confiable para personas de 60 años o más que no tienen otro medio de transporte. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-369-3880 [hillsborough-nj.org/departments/social-services](http://hillsborough-nj.org/departments/social-services)

# Vivienda y servicios públicos

## **Centro de Recursos de Vivienda de Central Jersey**

Ayuda para encontrar y solicitar viviendas de ingresos bajos/moderados, y asesoramiento financiero sobre el alquiler y la propiedad de una vivienda. Llamar y pedir una cita, no atienden en persona sin tener una cita previa.

908-446-0036      [cjhrc.org](http://cjhrc.org)

## **Apoyo a la Vivienda y Asistencia Energética de Norwescap**

El apoyo a la vivienda incluye asesoramiento financiero y ayuda para pagar el alquiler atrasado, los pagos de la hipoteca y los depósitos de seguridad. La asistencia energética ayuda a pagar las facturas de servicios públicos, así como la climatización, la remediación del plomo y otros servicios para hacer que los hogares sean más seguros y más eficientes energéticamente. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-454-7000  
[norwescap.org/what-we-do/housing-support/](http://norwescap.org/what-we-do/housing-support/)  
[norwescap.org/what-we-do/energy-assistance/](http://norwescap.org/what-we-do/energy-assistance/)

## **Programa de Descuentos para Internet (ACP, por sus siglas en inglés)**

Descuentos por acceso al internet - hasta \$30/mes por servicio y hasta \$100 por computadora o tableta.

877-384-2575      [getinternet.gov/apply](http://getinternet.gov/apply)

## **Alternatives**

Servicios para personas sin hogar, personas con problemas de salud mental, y personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, incluida la administración de casos, viviendas de apoyo compartidas y otras opciones de vivienda. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-685-1444      [alternativesinc.org](http://alternativesinc.org)

# Legal

## **Servicios Legales de Nueva Jersey**

Ayuda legal civil gratuita para personas con ingresos limitados, personas de 60 años o más y personas afectadas por el VIH/SIDA. En la página hay una opción de seleccionar el idioma al español.

908-231-0840      [lsnj.org](http://lsnj.org)

## **Caridades Católicas (Catholic Charities) - Programa de Servicios de Inmigración**

Ayuda legal para inmigrantes, incluyendo consulta y representación.

732-324-8200      [ccdom.org/immigration-services](http://ccdom.org/immigration-services)

# Personas mayores

## **Oficina de Servicios para Personas Mayores y Discapacidades - Condado de Somerset**

Recursos para personas mayores y adultos con discapacidades que incluyen transporte, entrega de comidas, programas de bienestar y apoyo para cuidadores. Llamar y pedir asistencia en español.

908-704-6346  
[co.somerset.nj.us/government/human-services/aging-disability-services](http://co.somerset.nj.us/government/human-services/aging-disability-services)



**MARQUE**

2-1-1 o 877-652-1148



**MANDE UN MENSAJE  
DE TEXTO**

con su código postal a 898-211



**CHAT**

[www.nj211.org](http://www.nj211.org)

**En vivo. Gratis. Confidencial. Multilingüe. Siempre abierto.**

El 211 ayuda a conectar a las personas con una variedad de recursos y programas.

Departamento de Salud de Hillsborough  
908-369-5652

\*Las palabras que están en inglés son para programas que no se pueden traducir correctamente. Algunos servicios nomas estan disponible en ingles.\*



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.