

your
**MIND
MATTERS**



For more resources, visit
www.cityofrc.us/mental-health

HOPE CARD

HELP | HEALTH | HOUSING | HOPE



HOUSING & FOOD

Foothill Family Shelter	909-920-0453
Inland Valley Hope Partners	909-622-3806
Access Center & Mercy House	909-391-2630
KEYS Housing Support	909-332-6388
Lighthouse Social Service Center	951-571-3533
Lutheran Social Services	909-381-6921
The Open Door	909-333-7476
Hope House	760-843-0701
Our House Youth Shelter	909-335-2676
Abundant Living Family Church	909-987-7110
God's Pantry Distribution	909-766-8038
Cucamonga Fellowship	909-945-5333
H.O.P.E. Pantry	909-987-3676
Food For Life Ministry	909-627-3663
Women, Infants, and Children	800-472-2321
Sova Program Center	909-622-3806

HEALTH & DENTAL

ParkTree Health Center	909-630-7927
Transitional Assistance	877-410-8829
<i>Calworks, Calfresh, Medical, Medicare</i>	
Medicare Plan Direct	800-512-7697
Inland Empire Health Plan	866-294-4347
Unicare Health Center	909-988-2555

DOMESTIC VIOLENCE

House of Ruth Hotline	877-988-5559
Hope House Shelter	760-949-4357
Partners Against Violence	909-885-8884
Anti-Human Trafficking Hotline	909-333-7476

INFORMATION & REFERRALS

Inland SoCal United Way 211+ Dial 2-1-1 for assistance
InlandSoCalUW.org | www.ConnectIE.org



YOUTH/ADOLESCENT PROGRAMS

Youth Crisis Homeless Hotline	909-335-2676
Mental Health Systems TAY Center	909-983-4466
Crisis Residential Treatment Center	909-763-4760
Our House Youth Shelter	909-335-2676



MENTAL WELLNESS RESOURCES

Inland SoCal United Way Crisis	951-686-4357
SBCounty Mental Health Helpline	888-743-1478
Substance Use Disorder Helpline	800-968-2636
Suicide Prevention Helpline	Dial or Text 988
South Coast Community Services	877-527-7227
West End Family Services	909-983-2020
Alignment Healing Center	909-481-6298
TruEvolution	951-888-1346
Trevor Project	866-488-7386
Crisis Walk-in Center	951-643-2340
Community Crisis Response	909-458-1517
Non-Emergency Dispatch Police Dept.	909-941-1488



UTILITIES ASSISTANCE

SB Community Action Partnership	909-723-1558
CHANGES Program	909-383-0164



CLOTHING ASSISTANCE

Shoes that Fit	909-482-0050
Harold's Help Desk	909-920-0453
Eileen's Clothing Closet	909-981-3158
<i>*Chaffey Joint Union High School District families</i>	
Assistance League	909-987-2813

your
**MIND
MATTERS**
عقلك يهم



For more resources, visit

لمزيد من الموارد قم بزيارة

www.cityofrc.us/mental-health



مجتمع عطوف



الصحة RC

بطاقة الأمل

مسا عدة | صحة | السكن | الأمل

السكن

الغذاء

مركز الأسرة فت هيل	909-920-0453
شركاء الامل	909-622-3806
مركز الوصول وبيت الرحمة	909-391-2630
مفاتيح دعم السكن	909-332-6388
مركزخدمات اجتماعية.	951-571-3533
الخدمات الاجتماعية اللوثرية	909-381-6921
الباب المتوح	909-333-7476
بيت الأمل	760-843-0701
وفيرة الكنيسة المعيشة	909-987-7110
توزيع المون الالهية	909-766-8038
زمالة كوكامونجا	909-945-5333
مخزن HOPE	909-987-3676
مساعدة الغذاء للحياة	909-627-3663
نساالرضع والأطفال	800-472-2321
مركز برنامج سوبا Sova	909-622-3806

والأسنان

الصحة

المركز الصحي Park Tree	909-630-7927
المساعدة الانتقالية	877-410- 8829
Calwork, Calfresh, Medical, Medical	
خطة مباشرة Medicare	800-512-7697
الخطة الخطة الصحية في إيلاند /باير	866-294-4347
مركز صحة Unicar	909-988-2555

العنف المنزلي

بيت روث الخط الساخن	877-988-5559
مأوى هوب هاوس	760-949-4357
شركاء ضد العنف	909-885-8884
الخط الساخن لمكافحة الاتجار بالبشر	909-333-7476

المعلومات والإحالات

Inland SoCal United Way 211+ Dial 2-1-1 for assistance
InlandSoCalUW.org | www.ConnectIE.org



برامج الشباب المراهقين

الخط الساخن للمشردين في أزمة الشباب	909-335-2676
لأنظمة الصحة النفسية TAY مركز	909-983-4466
مركز علاج الأزمات السكنية	909-763-4760
مأوى الشباب في منزلنا	909-335-2676



موارد الصحة العقلية

الازمة في مقاطعة جنوب كاليفورنيا الداخلية	951-686-4357
SB بخط مساعدة الصحة النفسية في	888-743-1478
مساعدة الخاص باضطراب تعاطي المخدرات	800-968-2636
خط المساعدة لمنع الانتحار	Dial or Text 988
خدمات مجتمع الساحل الجنوبي	877-527-7227
الخدمات العائلية في الجهة الغربية	909-983-2020
مركز الشفاء المحاذاة Alignment	909-481-6298
TruEvolution التطور الحقيقي	951-888-1346
مشروع تريفور	866-488-7386
مركز الأزمات	951-643-2340
الاستجابة للأزمات في المجتمع	909-458-1517
قسم شرطة الإرسال غير الطار	909-941-1488



مساعدة فواتير المياه والكهرباء

SB شراكة العمل المجتمعي	909-723-1558
برنامج التغييرات	909-383-0164



مساعدة الملابس

الأحذية التي تناسب	909-482-0050
مكتب مساعدة هارو لد	909-920-0453
خزانة ملابس إيلين *	909-981-3158
عائلات منطقة مدرسة تشافي المشتركة المدارس الثانوية	909-987-2813
خدمات المساعدة	

your
MIND
MATTERS
你的想法很重要



RANCHO
CUCAMONGA

欲了解更多信息，请访问
www.cityofrc.us/mental-health



希望之卡

帮助 | 健康 | 住房 | 希望

住房及



食物

山脚家庭庇护所	909-920-0453
内陆谷希望合作伙伴	909-622-3806
访问中心和慈悲之家	909-391-2630
钥匙住房支持	909-332-6388
灯塔社会服务中心	951-571-3533
路德教会的社会服务	909-381-6921
敞开之门	909-333-7476
希望之家	760-843-0701
我们之家青少年庇护所	909-335-2676
丰盛生活家庭教育	909-987-7110
神的储物室分发	909-766-8038
库卡蒙加奖学金	909-945-5333
希望之储物室	909-987-3676
生命之粮事工	909-627-3663
妇女、婴儿和儿童	800-472-2321
索瓦计划中心	909-622-3806 x200



健康及



牙医

公园树健康中心	909-630-7927
过渡援助	877-410-8829
现金补助 粮食券	
加州医药补助福利	
联邦医疗补助福利(红蓝卡)直接计划	800-512-7697
内陆帝国健康计划	866-294-4347
独特护理健康中心	909-988-2555



青少年计划

青年危机无可归热线	909-335-2676
心理健康系统 TAY 中心	909-983-4466
危机住院治疗中心	909-763-4760



家暴

Ruth之家热线	877-988-5559
希望之家庇护所	760-949-4357
反对暴力合作伙伴	909-885-8884
打击人口贩卖热线	909-333-7476



参考资料

内陆南加州联合之路 211+
 拨打 2-1-1 寻求帮助
InlandSoCalIUW.org | www.ConnectIE.org 网页



心理健康帮助

内陆南加州联合之路危机	951-686-4357
心理健康热线	888-743-1478
药物滥用热线	800-968-2636
自杀预防热线	Dial or Text 988
南海岸社区服务	877-527-7227
西区家庭服务	909-983-2020
协调治疗中心	909-481-6298
真进化	951-888-1346
项目	866-488-7386
危机关怀中心	951-643-2340
精神科急诊	909-458-1517
非紧急派遣警察部	909-941-1488



照明、水和电的援助

圣贝纳迪诺社区行动伙伴关系 变更计划	909-723-1558 909-383-0164
-----------------------	------------------------------



衣物援助

合脚的鞋子	909-482-0050
Harold 的咨询台	909-920-0453
Eileen 的衣橱	909-981-3158
*Chaffey 联合高中学区家庭援助联盟	909-987-2813

your
**MIND
MATTERS**



Para más información visite
www.cityofrc.us/mental-health



**TARJETA DE
ESPERANZA**

AYUDA | SALUD | VIVIENDA | ESPERANZA



VIVIENDA Y



COMIDA

Foothill Family Shelter	909-920-0453
Inland Valley Hope Partners	909-622-3806
Access Center & Mercy House	909-391-2630
KEYS Housing Support	909-332-6388
Lighthouse Social Service Center	951-571-3533
Lutheran Social Services	909-381-6921
The Open Door	909-333-7476
Hope House	760-843-0701
Our House Youth Shelter	909-335-2676
Abundant Living Family Church	909-987-7110
God's Pantry Distribution	909-766-8038
Cucamonga Fellowship	909-945-5333
H.O.P.E. Pantry	909-987-3676
Food For Life Ministry	909-627-3663
Women, Infants, and Children	800-472-2321
Sova Program Center	909-622-3806 x200



SALUD Y DENTAL



ParkTree Health Center	909-630-7927
Transitional Assistance	877-410- 8829
<i>Calworks, Calfresh, Medical, Medicare</i>	
Medicare Plan Direct	800-512-7697
Inland Empire Health Plan	866-294-4347
Unicare Health Center	909-988-2555



PROGRAMA DE ADOLESCENTES

Youth Crisis Homeless Hotline	909-335-2676
Mental Health Systems TAY Center	909-983-4466
Crisis Residential Treatment Center	909-763-4760



VIOLENCIA DOMESTICA

Línea directa House of Ruth	877-988-5559
Hope House Shelter	760-949-4357
Partners Against Violence	909-885-8884
Línea contra la trata de personas	909-333-7476



INFORMACIÓN Y REFERENCIA

Inland SoCal United Way 211+
Dial 2-1-1 for assistance
InlandSoCalUW.org | www.ConnectIE.org



AYUDA PARA LA SALUD MENTAL

Inland SoCal United Way Crisis	951-686-4357
Línea directa para la salud mental	888-743-1478
Línea directa abuso de sustancias	800-968-2636
Línea directa prevención de suicidio	Dial or Text 988
South Coast Community Services	877-527-7227
West End Family Services	909-983-2020
Alignment Healing Center	909-481-6298
TruEvolution	951-888-1346
Trevor Project	866-488-7386
Centro de atención de crisis	951-643-2340
Emergencia psiquiátrica	909-458-1517
Non-Emergency Dispatch Police Dept.	909-941-1488



ASISTENCIA DE LUZ, AGUA, Y ELECTRICIDAD

SB Community Action Partnership	909-723-1558
CHANGES Program	909-383-0164



ASISTENCIA DE ROPA

Shoes that Fit	909-482-0050
Harold's Help Desk	909-920-0453
Eileen's Clothing Closet	909-981-3158
<i>*Chaffey Joint Union High School District families</i>	
Assistance League	909-987-2813