

Información ACTUALIZADA el 9 de junio 2020

Recursos comunitarios y de comida en Tigard-Tualatin durante la pandemia

211info: Para recursos adicionales no incluidos aquí y para información actualizada acerca de otros recursos comunitarios llame a 211, mande un mensaje de texto con su código postal al 898211, baje la aplicación 211info en su teléfono o vaya a la página web: www.211info.org.

Para una lista más amplia de recursos en Tigard y Tualatin, favor de visitar: www.ttsdschools.org/TTSD, y haga clic en "Family Resource Center". Busque hacia abajo para bajar una copia de la Guía de Recursos Comunitarios de Tigard-Tualatin en inglés y español. Para recursos en el condado de Washington: www.co.washington.or.us/covid-19.

Ayuda de comida

Bethlehem House of Bread: Cajas de comida disponibles los domingos y jueves de 1pm a 3pm y martes de 5pm a 7pm. Se permite una visita para comida una vez a la semana. Además, cada tercer viernes del mes de 1:30pm-2:30pm habrá comida gratis como frutas, verduras y comida no perecedera que uno puede recibir sin salir del carro. 9055 SW Locust St., Tigard, OR 97223 (frente a la escuela primaria Metzger). **503-639-3181**. bethlehemhouseofbread@gmail.com.

Free Food Ministries: Frutas, verduras y otros alimentos. Para un horario actualizado, visite la página de Facebook: www.facebook.com/freefoodministriesOregon. 11735 SW Gaarde St., Tigard, OR 97224.

Beneficios de comida para familias con niños con almuerzo gratis o de precio reducido. Para detalles visite: govstatus.egov.com/or-dhs-benefits. Para preguntas o inquietudes sobre sus beneficios, envíe un correo electrónico a EBTschoolmeals@dhsosha.state.or.us o llame al **503-945-6481**.

Good Neighbor Family Pantry: La despensa está ubicada en una granja. Visite su sitio web para ver un video requerido antes de visitar la despensa. Habrá información en Facebook cuando tengan comida (depende de donaciones) www.facebook.com/goodneighborfamilypantry. 21555 SW Hells Canyon Rd., Sherwood, OR 97140. **503-554-0630** www.goodneighborfamilypantry.org.

King's Kindness Food Pantry (patrocinado por la iglesia Portland Vineyard): Cajas de comida los jueves de 12pm a 3pm. 14460 SW 114th Ave., Tigard, OR 97224 (en una casa en el estacionamiento de la Iglesia Luterana Christ the King). **503-684-8225**. www.portlandvineyard.org.

Manna House: Cajas de alimentos del USDA disponibles los días 11, 18 y 25 de junio de 12pm a 2pm para cualquier persona que las necesite. Westside Christian High School, 8200 SW Pfaffle Street, Tigard, OR 97223. **503-255-2224**. <https://mannahouse.church/>.

Northwest Christian Church: Comida, productos de higiene, y otras necesidades. Para pedir ayuda llene una solicitud en línea en <https://tigardcc.org/covid-19-response>, mande un email a Tigardinfo@mynw.cc o llame a la iglesia. 13405 SW Hall Blvd., Tigard, OR 97223 (al otro lado de la calle de la biblioteca de Tigard). **503-639-5713**.

Packed with Pride: Si su familia es parte del distrito escolar de Tigard-Tualatin, favor de comunicarse con la oficina principal de su escuela para pedir comida. Los empleados estarán revisando los mensajes telefónicos durante el verano. Si quiere ser voluntario o hacer una donación para los que necesitan comida durante la crisis, por favor visite: <https://packed-with-pride-tigard-tualatin.square.site>.

Resurrection Catholic Parish: Cajas de comida para todos, los martes y jueves de 9am. 21060 SW Stafford Road, Tualatin, OR 97062 (la entrada en la calle Ek).

Ayuda de comida a continuación

Sherwood Helping Hands: Cajas de comida para familias disponibles el tercer sábado del mes de 9:30am a 10:30am. Llame para hacer una cita para comida de emergencia. Sherwood United Methodist Church, 22280 SW Washington St., Sherwood, OR 97140. **503-625-7975**. info@SherwoodUMC.com www.sherwoodumc.com.

St. Francis Food Pantry: Cajas de comida disponibles los miércoles 9am a 11am y 5pm a 7pm y jueves 9am a 11am. St. Francis Old Hall, 15659 SW Oregon St., Sherwood, OR 97140 (detrás de la pequeña iglesia blanca). **503-625-7067**. www.stfrancissherwood.org/social-action-ministries.

St. Vincent de Paul Food Pantry: Cajas de comida los lunes, martes, jueves y viernes de 12pm a 2:30pm, miércoles 1pm a 3pm; y los sábados de 10am a 12pm. Comidas calientes para llevar los domingos de 5:30pm a 6:30pm. Se necesita prueba de residencia en los códigos postales de 97223 o 97224. También dan productos de higiene. Iglesia Católica de St. Anthony, 9905 SW McKenzie St., Tigard, OR 97223 (en la esquina de SW McKenzie y SW Grant). **503-684-8280**.

- Además: recoger productos de alta calidad de leche, frutas y verduras, y carnes semanalmente. No se requiere prueba de necesidad para recibir una caja. Este programa también ayuda a apoyar a los agricultores locales. Se invita a una amplia participación. Lunes a viernes de 1pm a 4pm. Un equipo de voluntarios y líderes de la iglesia estarán disponibles con guantes y máscaras para ayudar a entregar cajas directamente en los carros. Llame o envíe un email a la oficina comercial de la parroquia para obtener más información. **503-639-4179**, info@satigard.org.

Tigard Community Friends Church: Recogida de comida en forma de servicio al carro. Las cajas de comida generalmente disponibles cada tercer sábado del mes de 11am a 1pm. 15800 SW Hall Blvd., Tigard, OR 97224. **503-620-7836**. office@tigardfriends.com www.tigardfriends.com.

Tigard Covenant Church Food Ministry: Cajas de comida los martes 12pm a 2pm y comidas calientes para llevar de 6pm a 7pm. Hay que llegar temprano para recibir un número y esperar en la puerta de atrás. La comida que recibirá será suficiente para durar de 3 a 4 días. Una visita por mes. Servicio en español. 11321 SW Naeve St., Tigard, OR 97224. **503-639-3084**.

Tigard Self-Sufficiency, Department of Human Services: Si sólo quiere pedir beneficios de comida, puede llenar una solicitud por internet en: <https://apps.state.or.us/onlineApplication/>. Para imprimir una solicitud en inglés, español, ruso, somalí o vietnamita, visite: www.oregon.gov/DHS y haga clic en "food assistance". La solicitudes en papel pueden enviarse por fax al 503-670-0240 o por correo a 10777 SW Cascade Ave., Tigard, OR 97223. **503-670-9711**.

Tigard-Tualatin School District: Programa de comida de verano gratuito de lunes a jueves del 15 de junio al 31 de agosto que incluye desayuno y almuerzo en un contenedor para llevar para todos los niños y jóvenes de 1 a 18 años de edad. Se ofrecerán dos desayunos y almuerzos los jueves. Los padres y tutores pueden recoger comidas para sus hijos. Se requerirá distancia física de al menos 6 pies y se practicará en ambos lugares. Sitios de recogida: Metzger Elementary School, 10350 Lincoln St, Tigard, OR 97223 y Tualatin Elementary School, 20405 SW 95th Ave, Tualatin, OR 97062.

Trinity Community Church: Comida disponible el tercer sábado de cada mes de 12pm a 3pm. Nuevo número de teléfono: **503-686-3363**. 10900 SW 121st Avenue, Tigard, OR 97223.

Tualatin Public Library: En la biblioteca de Tualatin, habrá almuerzo empacado para llevar en el verano de lunes a viernes del 16 de junio al 28 de agosto (cerrado el 3 de julio), de 11:30am a 12:30pm. 18878 SW Martinazzi Avenue, Tualatin, OR 97062. **503-431-4061**.

Ayuda de comida a continuación

Tualatin School House Pantry: Para actualizaciones regulares: www.schoolhousepantry.org. Cajas de comida los lunes 4pm a 7pm; miércoles y viernes de 10am a 1pm. La entrega de comida pre-empacada será únicamente mediante la recogida en la acera. Habrá indicaciones marcadas para recoger comida. Favor de permanecer en su vehículo en todo momento. Los que lleguen a pie, serán atendidos en la misma área para recoger comida. Hay un límite de una despensa por mes. Ahora ofrecen un mercado de alimentos gratis/ cuota de cosecha el cuarto sábado del mes. Favor de llegar a las 9am. Sólo para residentes de Tualatin, Durham, Lake Oswego, Wilsonville, y West Linn. Traiga comprobante de dirección. Iglesia Comunitaria Rolling Hills, 3550 SW Borland Rd., Tualatin, OR 97062. **503-783-0721**.

Women, Infants and Children (WIC): beneficios mensuales para alimentos suplementarios, referencias para cuidado de salud, clases de nutrición, y apoyo para la lactancia. Servicios son para mujeres de bajos a moderados ingresos que están embarazadas o que ya han dado a luz, recién nacidos y niños hasta los cinco años de edad. Personal habla español. **503-846-3555**. www.co.washington.or.us/WIC. Por favor, llene un formulario de interés en línea en www.co.washington.or.us/HHS/WIC/wic-web-referral-form.cfm.

Información actualizada de recursos comunitarios

Borland Free Clinic: para citas, deje un mensaje al **503-974-8887** para una llamada de regreso dentro de 48 horas. Sin cita son bienvenidos también. Lunes 3pm-7pm y jueves 4pm-6pm 3550 SW Borland Rd, Tualatin, OR 97062. www.borlandclinic.org.

Cuidado infantil: Trabajadores esenciales que necesitan cuidado infantil de emergencia, llame 211info (información arriba) para recibir una referencia personalizada a los programas de cuidado infantil de emergencia con vacantes disponibles.

Clases de inglés: Portland Community College está ofreciendo clases de inglés para principiantes, clases intermedias y avanzadas en línea. El período de verano comienza el lunes 22 de junio. También ofrecen exenciones de tarifas para los niveles 1-5 para cualquier persona que reciba beneficios públicos como cupones de alimentos o para aquellos que perdieron su trabajo debido a COVID-19. Para obtener más información, visite www.pcc.edu/esol o llame o envíe un mensaje de texto a Kristin Broshears al 971-267-2686.

Family Promise of Tualatin Valley: Brinda alojamiento a corto plazo y asistencia de vivienda a las familias sin hogar en Tigard, Tualatin, Sherwood, Lake Oswego y West Linn. **503-427-2768**. www.familypromiseoftv.org

Oregon Health Authority Página de Facebook en español: Para satisfacer mejor las necesidades de los oregonianos hispanoparlantes, la Autoridad de Salud de Oregon (OHA) ha lanzado una nueva página Facebook exclusivamente en español: www.facebook.com/ohaespanol/.

Portland Area COVID-19 Mutual Aid Network: Comida y otros suministro entregados a su hogar. El área de servicio incluye Tigard. "Damos prioridad a gente que está enferma, sin hogar, discapacitada, en cuarentena sin pago, ancianos, gente gay, refugiados e inmigrantes, negros, indígenas, personas de color, trans y queer, incluidos los desplazados de Portland a las áreas cercanas. Gracias por su paciencia y gracia." www.facebook.com/pdxcovid19mutualaid (enlace a un formulario para pedir ayude en su página de Facebook.)

Safe Families for Children: conecta a las familias que experimentan crisis con casas de acogida voluntarias totalmente capacitadas y aprobadas. Estas familias ofrecen un lugar seguro y temporal para que los niños se queden, mientras que un equipo de otros voluntarios se une a los padres para ayudar a abordar la crisis que están atravesando. Su objetivo es ofrecer apoyo en un momento de necesidad y reunir a los niños con sus familias en un ambiente hogareño más fuerte. La participación con Safe Families es voluntaria y los padres conservan todos sus derechos legales. Para referirse a usted mismo o a alguien que conozca o para obtener más información, llame al 503-906-1027 o visite safefamiliespdx.org/refer.

Información actualizada de recursos comunitarios a continuación

School Based Health Centers (SBHC): Los centros de salud en los campus de las escuelas secundarias Tigard y Tualatin se cerrarán este verano, sin embargo, los pacientes actuales del SBHC de Tigard pueden ser atendidos en el SBHC de Beaverton: 503-356-3985 o en cualquier clínica de Virginia García. Las ubicaciones del Neighborhood Health Center están abiertas para estudiantes también en Tanasbourne: 503-848-5861, Canby: 503-416-4547, Milwaukie: 503-416-1960 y Beaverton: 503-213-3800.

Trimet: solicitudes en línea ahora están disponibles para el programa de tarifas de bajos ingresos. Tarifa con descuento para personas que califican con ingresos limitados. Las personas interesadas en presentar una solicitud pueden proporcionar su información y subir fotos o copias de sus documentos de verificación mediante un formulario web seguro y encriptado. Pueden subir una foto de uno mismo para su tarjeta y se puede enviar por correo si no pueden viajar a la taquilla. trimet.org/lowincome (página web actualmente solo disponible en inglés).

Internet

- **Charter Communications:** Acceso gratuito a internet de banda ancha y Wi-Fi de Spectrum durante 60 días a hogares con un estudiante de edad que califique (kinder hasta la preparatoria y universidad) en su dirección de servicio con necesidades de educación remota y no se haya suscrito al servicio de Internet de Charter Communications en los últimos 30 días. Para inscribirse, llame al 1-844-488-8395. <https://corporate.charter.com>.
- **Comcast Internet Essentials:** \$9.95 por mes más impuestos para WiFi en el hogar sin contrato, no hacen verificación de crédito, sin tarifa de instalación, 25 Mbps. Puede calificar si es elegible para programas de asistencia pública como almuerzo escolar gratuito o de precio reducido, asistencia para vivienda, Medicaid, SNAP, SSI y otros. Llame al 1-855-846-8376 o en español **1-855-765-6995** para solicitar una solicitud. Solicite en línea en www.internetessentials.com.

Ayuda para la renta y la energía

Una moratoria sobre los desalojos, la suspensión de pagos de hipotecas y ejecuciones hipotecarias, y el no cierre de servicios públicos (los servicios públicos locales han suspendido las desconexiones durante la emergencia) para cualquier persona que se vea afectada financieramente por COVID-19. Para más información en cómo funciona el programa, incluyendo prueba de dificultad financiera debido a Covid-19, por favor vaya a: oregonlawhelp.org/resource/oregon-tenant-rights-during-covid-19?lang=ES.

Community Action: actualmente proveen ayuda de renta a los hogares con ingresos calificados que están atrasados en su alquiler, incluso si no tienen un aviso de desalojo. Aunque por lo normal la asistencia sólo está disponible una vez al año, puede recibir ayuda otra vez durante la crisis, incluso si ya recibió ayuda. **503-615-0770**. Las solicitudes de asistencia de energía tardan una quincena en procesarse. Recuerde que todas las compañías de servicios públicos en el condado de Washington han dejado de desconectarse hasta nuevo aviso. Email: energy@caowash.org. Teléfono: **503-615-0771**.

St. Vincent de Paul (la iglesia católica St. Anthony): ayuda parcial de renta y luz para residentes en los códigos postales 97223 y 97224. Por email para renta: svdp.rent@gmail.com, y para luz: svdp.utilities@gmail.com. Teléfono para mensajes: 503-684-8280.

Preparada por el Centro de Recursos de Tigard-Tualatin: 503-603-1585. El Centro está cerrado con las escuelas, pero por favor, déjenos un mensaje o mande un email a cwest@ttsd.k12.or.us.

Despensa de comida por día de la semana

Los lunes

NW Christian Church- horas variadas
St. Vincent de Paul Food Pantry 12pm-2:30pm
Más St. Vincent de Paul programa nuevo 1pm-4pm
Tigard-Tualatin School District 10:30am-12:30pm en Metzger & Tualatin Elementary
Tualatin School House Food Pantry 4pm-7pm

Los martes

Bethlehem House of Bread 5pm-7pm
NW Christian Church- horas variadas
Resurrection Catholic Parish 9am
St. Vincent de Paul Food Pantry 12pm-2:30pm
Más St. Vincent de Paul programa nuevo 1pm-4pm
Tigard Covenant Church Food Ministry 12pm-2pm (y comidas calientes para llevar 6pm-7pm)
Tigard-Tualatin School District 10:30am-12:30pm en Metzger & Tualatin Elementary

Los miércoles

NW Christian Church- horas variadas
St. Francis Food Pantry 9am-11am & 5pm-7pm
St. Vincent de Paul Food Pantry 1pm-3pm
Más St. Vincent de Paul programa nuevo 1pm-4pm
Tigard-Tualatin School District 10:30am-12:30pm en Metzger & Tualatin Elementary
Tualatin School House Food Pantry 10am-1pm

Los jueves

Bethlehem House of Bread 1pm-3pm
King's Kindness Food Pantry 12pm-3pm
NW Christian Church- various hours
Resurrection Catholic Parish 9am
St. Francis Food Pantry 9am-11am
St. Vincent de Paul Food Pantry 12-2:30pm
Más St. Vincent de Paul programa nuevo 1pm-4pm
Tigard-Tualatin School District 10:30am-12:30pm en Metzger & Tualatin Elementary

Los viernes

Bethlehem House of Bread el tercer viernes del mes 1:30-2:30pm
NW Christian Church- various hours
St. Vincent de Paul Food Pantry 12pm-2:30pm
Más St. Vincent de Paul programa nuevo 1pm-4pm
Tigard-Tualatin School District 10:30am-12:30pm en Metzger & Tualatin Elementary
Tualatin School House Food Pantry 10am-1pm

Los sábados

Good Neighbor Family Pantry (vaya a Facebook)
NW Christian Church- horas variadas
Sherwood Helping Hands el tercer sábado del mes 9:30am a 10:30am
St. Vincent de Paul Food Pantry 10am-12pm
Tigard Community Friends Church el tercer sábado del mes 11am a 1pm
Trinity Community Church el tercer sábado de cada mes 12pm-3pm
Tualatin School House Pantry el cuarto sábado de cada mes 9am cuota de cosecha

Los domingos

Bethlehem House of Bread 1pm-3pm
NW Christian Church- horas variadas
St. Vincent de Paul Food Pantry, comidas calientes para llevar 5:30pm a 6:30pm