



# Guía de Servicios Directos y de Emergencias en San Diego



---

**La Constitución protege a todos, independientemente de su estatus migratorio, de ser discriminado debido a su raza o nacionalidad.**

**En los Estados Unidos, todos tienen derecho a ciertas protecciones, incluyendo el derecho a recibir un trato justo en los tribunales, libertad de expresión, libertad de culto y demás derechos civiles básicos.**

---

Este folleto ofrece información práctica y muy básica para las personas que son nuevas en el país o recién están regresando. En algunos casos, la información más detallada está disponible en [www.aclusandiego.org/YouHaveRights](http://www.aclusandiego.org/YouHaveRights).

A menos que se indique lo contrario, la información contenida en este folleto se aplica a los indocumentados. Hay más servicios para las personas que tienen estatus legal en los Estados Unidos. Si usted es un residente permanente legal o ciudadano estadounidense, le sugerimos que llame al 2-1-1 para referencias adicionales.

**El contenido de este folleto no debe ser considerado como asesoramiento legal. Consulte con un abogado de inmigración para solicitar asesoramiento legal.**

# GUÍA de **SERVICIOS DIRECTOS** y de **EMERGENCIAS**

**CÓMO UTILIZAR ESTE GUÍA** .....2

**SEGURIDAD ALIMENTARIA** .....3

- Despensas de alimentos
- Jardines de la comunidad
- Comidas para las personas mayores
- WhyHunger (una organización)
- Programa Especial De Nutrición Suplementaria Para Mujeres, Infantes Y Niños (WIC)

**RECURSOS LEGALES** .....4

- Referencias legales
- **Consulado mexicano**
- Qué Hacer Si Lo Detiene la Policía

**REFUGIO / ASISTENCIA DE VIVIENDA** .....6

**SALUD / EDUCACIÓN / CUIDADO DE NIÑOS** .....7

**MEDIOS DE TRANSPORTE EN SAN DIEGO** .....8

**NÚMEROS IMPORTANTES** .....9



# COMO UTILIZAR ESTA GUÍA para los NO CIUDADANOS

Los inmigrantes que no son ciudadanos pueden obtener muchas clases de ayuda—del gobierno y de las organizaciones de asistencia privada y sin fines de lucro. Usted no necesita tener una mica. En muchos casos, no es necesario tener una identificación, aunque algunos requieren algún tipo de identificación con foto (aunque sea de su país de origen) y algunos requieren prueba de que usted reside en la jurisdicción (a menudo algo así como una carta dirigida a usted en una dirección local, o una cuenta de utilidad bastarán).

Todos los inmigrantes, incluidos los indocumentados, pueden calificar para este tipo de ayuda:

## RECURSOS de COMIDA

- Ayuda de despensas de alimentos
- Programas de Alimentos en el Verano
- Programas de Desayuno y Almuerzo Escolar
- Programa Especial De Nutrición Suplementaria Para Mujeres, Infantes Y Niños (WIC), programa de alimentación suplementaria

## RECURSOS de SERVICIOS MÉDICOS

- Atención prenatal
- Emergencia Medi-Cal
- Menor Consentimiento Medi-Cal
- CHDP (Salud Infantil y Prevención de Discapacidades)
- Vacunas para niños
- Cuidado de Salud a través de clínicas comunitarias del condado
- Centros Regionales (servicios para personas con discapacidades mentales)

## RECURSOS de EDUCACIÓN

- Cuidado de los niños: Lista centralizada de elegibilidad del condado de San Diego
- Programas de Head Start (preescolar)
- Educación pública

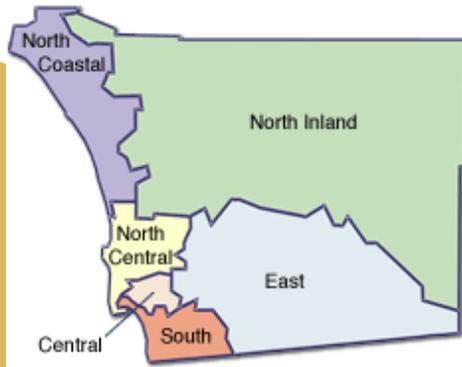
## RECURSOS LEGALES

- Bufetes sin fines de lucro en el interés público
- Consulados
- Sus derechos básicos, mientras que en los EE.UU.

*Estos son los seis áreas generales de Condado de San Diego.*

*A lo largo del libro, hemos tratado de incluir recursos en el mayor número de regiones que sea posible.*

*Por favor llame a "2-1-1" si necesitas recursos adicionales donde vive o trabaja.*



# Alimento de emergencia

Al igual que todas las secciones de este folleto, la gente amable en la línea de derivación telefónica, **211**, pueden ayudarle acudir los servicios. Simplemente marque "2-1-1". Ellos pueden dirigirlo al proveedor de alimentos más cercano en su área. [www.211SanDiego.org](http://www.211SanDiego.org)

## **DESPENSAS DE ALIMENTOS y ALIMENTOS GRATIS**

- Banco de Alimentos San Diego.** La comida está disponible a través del sitio de distribución de barrio. [En los 6 sectores del Condado de San Diego; más de 180 lugares.]
- *Programa de Asistencia Alimentaria de Emergencia.* Paquetes mensuales de alimentos sobre la base de pautas de ingresos. 1.866.350.3663. [En todos los sectores de San Diego]
  - *Programa de Distribución de Barrio.* Doce sitios reciben alimentos mensuales incluyendo productos y pan. Llame al 2-1-1 o 1.866.350.3663. [En todos los sectores de San Diego]

**Servicios Comunitarios de North County - Banco de Alimentos .** Banco de Alimentos y de seis semanal sitios de distribución de alimentos. 760.761.1140. [Norte]

**Despensas de alimentos.** 2-1-1 tiene una lista de iglesias y organizaciones no lucrativas con despensas. [En todos los sectores de San Diego.]

**Centros de comidas.** Abajo se presenta una muestra. 2-1-1 tiene una lista completa.

- *St. Vincent de Paul Village.* 619.233.8500, ext. 1130. Lunch 11 - 12:30 pm.
- *Salvation Army.* 619.699.2217. Dinners M-Th 5:00 pm.
- *Rachel's Women Day Center.* 619.696.0873. Sólo mujeres. Almuerzo diario 11:30.

**Servicios Comunidades Interreligiosas.** 760.489.6380. Desayuno / almuerzo de saco y provisiones de emergencia. [Norte]

## **JARDINES COMUNITARIOS**

Usted puede ahorrar dinero y comer nutritivamente cultivando algunas de sus propias verduras. Hay más de 40 jardines de la comunidad en el Condado de San Diego. [sdcgj.org](http://sdcgj.org).

## **COMIDAS PARA LOS ANCIANOS**

Más de 50 organizaciones sirven "comidas congregan para los ancianos", es decir que la comida - generalmente caliente - se sirve en entornos comunitarios, como centros de ancianos o iglesias. La mayoría sólo sirven el almuerzo. Para obtener una lista completa, vaya a [sandiego.networkofcare.org](http://sandiego.networkofcare.org) o llame 2-1-1. [En todos los sectores]

## **WhyHUNGER (POR QUÉ HAMBRE)**

Más de 50 sitios proporcionan alimentos a través de WhyHunger. 1.800.548-6479.

## **PROGRAMA ESPECIAL de NUTRICIÓN, SUPLEMENTARIA para MUJERES, INFANTES y NIÑOS**

San Diego WIC atiende a mujeres embarazadas, mujeres en periodo de lactancia, bebés y niños menores de cinco años. Padres solteros pueden recibir vales para los niños elegibles, en base a los ingresos. Llame 888.999.6897 para aplicar.

# RECURSOS LEGALES

## Buscando un abogado de inmigración

Busca a un abogado que se especialice en casos de deportación. Coloca los nombres y números de teléfono de varios abogados de inmigración en tu billetera y cerca del teléfono de tu casa para que tu familia pueda llamarlos si eres detenido.

Las leyes de inmigración son muy complejas. Es *muy* importante que entrevistes a varios abogados de inmigración antes de decidir quién te representará en tu caso, si lo necesitas. Una forma efectiva de hacerlo es programar consultas gratuitas con abogados de inmigración locales. Pregunta qué tipo de experiencia tienen con deportaciones y su historial de éxito. Pregunta qué tipos específicos de mitigación están disponibles en tu caso. *Siempre* pídele un contrato escrito a tu abogado antes de pagarle.

### Abogados del condado de San Diego

**San Diego County Bar Association - Servicio de Referencia de Abogados 800.464.1529 o 619.231.8585**

#### Asistencia legal a bajo costo

**Legal Aid Society of San Diego 877.534.2524**

- 1764 San Diego Ave., SD 92110 [Central]
- 216 S. Tremont St., Oceanside 92054 [Norte-área costera]
- 550 W. Washington, Escondido 92025 [Norte-área interior]
- 110 S. Euclid, SD 92114 [Sur]

**Casa Cornelia Law Center 619.231.7788**

*Asistencia jurídica a víctimas de violaciones de los derechos civiles y humanos, especialmente aquellos con ingresos limitados. No toman casos de deportación; solo aceptan a casos que posiblemente sean U/VAWA/T/Asylum/SIJS.*  
2760 Fifth Ave., SD 92101 [Central]

**Catholic Charities 619.498.0722**

*Servicios para fomentar la reunificación familiar y el empoderamiento de la prestación de servicios de inmigración de bajo costo. No toman casos de defensa de deportación.*  
- 4575 Mission Gorge Place, SD 92120 [Norte Central]  
- 293 H St., Chula Vista 91910 [Sur]

**San Diego Public Defender 619.338.4700**

*Representación legal para personas con ingresos limitados acusados de crímenes.*  
- 233 A St., SD 92101 [Central]  
- 250 East Main St., El Cajon 92020 [Este]  
- 400 S. Melrose, Vista 92083 [Norte-área interior]  
- 765 Third Ave., Chula Vista 91910 [Sur]

## Consulado mexicano

1549 India Street  
San Diego, CA 92101 [Central]  
(+1) (619) 231.8414  
info@consulmexsd.org  
consulmex.sre.gob.mx/sandiego/  
Office hours: 08:00 - 18:00

El Consulado de México es una oficina oficial del gobierno mexicano. Se centra en ayudar a los ciudadanos mexicanos que viven o viajan en los EE.UU que necesitan ayuda de su gobierno cuando se trata de leyes de Estados Unidos y los problemas del sistema judicial.

El Consulado emite tarjetas de identificación que pueden ser utilizados por personas que no son elegibles para recibir una tarjeta de identificación de Estados Unidos. *(En California, sin embargo, la ley AB 60 da a los no ciudadanos el derecho a obtener una licencia de conducir de California. Consulte la página 8 para más detalles.)* También emiten pasaportes mexicanos, visas, sello y autenticar documentos legales, y proporcionan información sobre la protección de los mexicanos en los EE.UU.

**Si en cualquier momento sus derechos son violados durante su detención, o mientras se encuentra detenido por agentes federales o locales, por favor póngase en contacto con la ACLU de San Diego (619) 232.2121.**

### **Servicios de Protección**

- Adoptar medidas para la representación legal de los nacionales mexicanos que se enfrentan a procesos judiciales y para los servicios de interpretación para detenidos
- Asegúrese de que los mexicanos están siendo bien tratados cuando se encuentran en custodia de las autoridades estadounidenses
- Ofrecer consejo acerca de los derechos y obligaciones derivados del trabajo, civiles, la inmigración y el derecho penal.
- Localizar los familiares desaparecidos en México.
- Obtener registros vitales en México.
- Repatriar los menores y las personas vulnerables.
- Ayudar a las víctimas de delitos.
- Ayudar a las víctimas de la violencia doméstica, el trato de personas, y los crímenes de odio.
- Ayudar en la persecución de los traficantes de personas y buscar remedios adecuados para las víctimas.
- El envío de los restos humanos a México.

**Más información y formularios se pueden encontrar en: [consulmex.sre.gob.mx/sacramento](https://consulmex.sre.gob.mx/sacramento) (Spanish) y [consulmex.sre.gob.mx/sacramento/en](https://consulmex.sre.gob.mx/sacramento/en) (English)**

### **QUÉ HACER SI ES DETENIDO por la POLICÍA o ICE**

- Tiene derecho a **GUARDAR SILENCIO**. Para ejercer este derecho, debe decirle al policía, **"Deseo guardar silencio."** Usted no tiene que responder a preguntas sobre dónde nació, si usted es un ciudadano, o cómo entró a los EE.UU.
- Debe preguntar, **"¿Estoy bajo arresto? ¿Soy libre de irme?"** Si no lo hace, se considera que la detención es voluntaria y por lo tanto, legal. Si usted no recibe una respuesta, siga haciendo la pregunta hasta que lo haga.
- Tiene derecho a **HABLAR CON UN ABOGADO**. Digale al oficial que desea hablar con un abogado o con su consulado. No está bajo obligación de responder a ninguna pregunta. Si es detenido por agentes de inmigración (ICE o CBP), no le será proporcionado un abogado, pero tiene derecho a obtener uno por cuenta propia.
- **Si es indocumentado y no tiene documentos válidos** de inmigración, recuerde que **puede optar por no responder preguntas** acerca de su estatus migratorio o proporcionar documentos de inmigración.
- **Si es detenido mientras maneja**, ni el conductor ni los pasajeros tienen que responder a las preguntas. Sólo puede ser detenido el tiempo suficiente para investigar si un crimen ha sido cometido. Si usted es detenido por una violación de tráfico, el oficial puede exigirle que muestre su licencia, registro y prueba de seguro.

### **QUÉ HACER SI ES ARRESTADO**

- Como el anterior, **permanecer en silencio**. Debe decirle al oficial que quiere hablar con un abogado. Dile, **"Permaneceré en silencio hasta que hable con un abogado"**
- **Identifique a la agencia que lo arrestó**. Si no tiene una pluma o papel, trate de recordar por lo menos un nombre y número.
- **No firme ningún documento antes de hablar con un abogado**. Siempre tiene derecho a hablar con un abogado. Los oficiales pueden tratar de intimidarte o engañarte para que firmes algo. ¡No permita que lo engañen!
- **Contacta a tu abogado o a un familiar**. Siempre tiene derecho a hacer una llamada telefónica después de ser arrestado.
- **Tiene el derecho a contactar tu consulado** y los agentes deben dar una lista con información de contacto de cualquier consulado. El cónsul puede ayudar a encontrar un abogado u ofrecer en contacto con tu familia.
- **Pida que le concedan salir bajo fianza si está bajo custodia**. Pida salir bajo fianza incluso si los oficiales le dicen que no califica.
- **Solicite una copia del "Aviso de Comparecencia."** Este documento contiene los cargos migratorios en su contra.

**Por encima de todo, no muestre ningún documento falso y no mienta!** Nunca utilice un nombre falso ni presente documentos de otra persona.

# Refugio / Asistencia de Vivienda

211 puede dirigir a los refugios de emergencia y otra ayuda para vivienda. Los listados aquí incluyen una opción en cada región geográfica. [www.211SanDiego.org](http://www.211SanDiego.org)

## **REFUGIOS (Corto plazo / Día-a-día)**

- Consejo Ecuménico de San Diego - 619.702.5399.** Varios sitios. [Central]
- Servicios Comunidades Interreligiosas - 760.489.6380.** Varios sitios. [Norte-área interior]
- Red de Refugios Interreligiosa - 619.702.5399.** [Regional]
- La Posada de Guadalupe - 760.929.2322.** [Norte-área costera]
- Servicios para la juventud - SD - 866.752.2327** Jóvenes sin hogar por su cuenta. [Central]
- Servicios Comunitarios de South Bay - 619.420.3620.** [Sur]
- Voluntarios de America - 619.447.2428** [Este]

## **ASISTENCIA DE VIVIENDA (Más largo plazo)**

- Casa Familiar - 619.428.1115** [Sur]
- Servicios Comunidades Interreligiosas - 760.489.6380.** [Norte-área interior]
- Proyecto MAAC.** Unidades de vivienda asequibles y viviendas para la recuperación de abuso de alcohol y drogas. Llama 619.426.3595.
- Soluciones para el Cambio del Condado Norte - 760.941.6545.** [Norte-área costera]
- Servicios Comunitarios de South Bay.** Ayuda a las familias para encontrar vivienda asequible. Llama 619.420.3620.
- St. Vincent de Paul Village - 619.687.1074** [Central]

## **Si usted no tiene hogar y es dado de alta un hospital**

Es ilegal que un hospital le deje en la calle después de su tratamiento si está sin hogar. Deben trabajar con usted para encontrar un lugar seguro a donde ir. Pida hablar con un trabajador social antes de que el hospital le descarge.

## **Cuestiones de discriminación y equidad de vivienda**

Si usted siente que ha sido discriminado por su raza, etnia, situación jurídica, capacidad de hablar Inglés, o por tener hijos, llame a una línea telefónica gratuita del gobierno para que puedan investigar. 1.800.669.9777 o [www.hud.gov/fairhousing](http://www.hud.gov/fairhousing).

### **Líneas directas para obtener información sobre la equidad de vivienda:**

- Centro para la Abogacía Social 619.444.5700 [Central / Este]
- Consejo de Vivienda Justa de San Diego 619.699.5888 [Regional]
- Línea de Vida del Condado Norte 760.726.4900, ext. 321 Norte-áreas costera e interior]
- Liga Urbana del Condado-Oficina de Vivienda 619.263.3115 [Central]
- Servicios Comunitarios de South Bay 619.420.3620, ext. 140 [Sur]

# Servicios Médicos

211 puede dirigir a otras clínicas y servicios comunitarios. En caso de emergencia, llame al 911!

## **Clinicas comunitarias**

**Centro de Psicología Cultural - 619.282.4270** [Central]

**Family Health Centers of San Diego - 619.515.2300.** Varios sitios. [Regional]

**La Maestra Family Clinic - 619.584.1612** Varios sitios. [Regional]

**Planned Parenthood - 1.888.743.7526** Varios sitios. [Regional]

**San Diego LGBT Community Center - 619.692.2077** Proporciona servicios y recursos para la comunidad latin@. [Central]

**San Ysidro Health Community Clinics - 619.662.4100** Varios sitios. [Sur]

**Vista Community Clinics - 760.651.5000** Varios sitios. [Norte-áreas costera e interior]

# Recursos de educación

## **Asistencia de Educación Infantil**

**Head Start - 1.888.873.5145** Programa de desarrollo del niño en edad preescolar de familias de bajos ingresos para satisfacer sus necesidades. [Regional]

**Oficina de Educación del Condado de San Diego - 858.292.3500** [Regional]

**Programa de Educación Migrante - 760.510.0250** [Norte-área interior]

**Liga Urbana del Condado de San Diego - 619.263.3115** Ofrece formación a los padres para abogar por su hijo con sistema escolar. [Central]

## **Oportunidades para la Educación de Adultos**

**Casa Familiar - 619.428.1115** Clases de alfabetización y ESL. [Sur]

**Grossmont Union High District - 619.588.3500** [Este]

**Pilares de la Comunidad - 805.622.7682** Clases de alfabetización y ESL. [Central]

**Sweetwater Union High District - 619.796.7200** [Sur]

## **Colegios Comunitarios - Condado de San Diego**

Sistema de colegios públicos ofrece capacitación laboral, títulos universitarios.

**Grossmont-Cuyamaca Community College District - 619.644.7010** [Este]

**Miracosta Community College District - 760.757.2121** [Norte-área costera]

**Palomar Community College District - 760.744.1150** [Norte-área interior]

**San Diego Community College District - 619.388.6500** [Regional]

**Southwestern Community College District - 619.421.6700** [Sur]

# Cuidado de niños

**Lista de Elegibilidad para el cuidado de los niños - 800.521.0560** [Regional]

**Proyecto MAAC - 760.471.4210** [Regional]

# Medios de Transporte en San Diego

## INFORMACIÓN PARA VIAJES EN BUS, TROLLEY (TRANVÍA) Y TREN

**Sistema de Tránsito Metropolitano - 619.557.4555**

Oficina de Planificación de viaje - marque 511

**Oficina de Tránsito del Condado Norte - 619.234.1060**

Oficina de Planificación de viaje - 760.966.6500

## Licencias de Conducir AB 60

Incluso si usted es indocumentado puede conducir legalmente en California y usar su licencia **AB 60** de conducir como identificación legal en ciertas situaciones. **Sin embargo, tenga cuidado.**

La licencia AB 60 se ve un poco diferente de la licencia de conducir regular de California. En el frente dice, **"Federal limits apply"** (significa 'se aplican los límites federales'). En la parte posterior dice: **"Not acceptable for official federal purposes"** (significa 'no es aceptable para propósitos federales oficiales'). Esto significa que funcionarios federales y agentes del orden fuera del estado no están obligados a aceptar su licencia de conducir como una forma de identificación.

A lo largo de California, sin embargo, su licencia de AB 60 **debe ser aceptada por la policía estatal y local en la misma manera que cualquier otra licencia de identificación de California sería aceptada** (incluyendo para las infracciones o arrestos) si usted está manejando o no.

Es ilegal que agencias o funcionarios estatales o locales, o cualquier programa que recibe fondos del Estado, discrimine contra usted debido a su licencia AB 60. Su estado de inmigración es su negocio, y privado.

Agentes del orden público estatales y locales no pueden utilizar el hecho de que tiene una licencia AB 60 para considerar su estado de ciudadanía o inmigración como base para una investigación criminal, detención o prisión.

**Si usted cree que ha sido discriminado por la policía debido a su licencia AB 60, por favor llame al 415.621.2488 o comuníquese con la ACLU de San Diego al 619.232.2121.**



# Números Importantes

## LEGAL

### **La Unión Americana de Libertades Civiles - ACLU**

*La ACLU es la organización más grande en los Estados Unidos defendiendo los derechos civiles y las libertades civiles. Negociamos el acuerdo, López-Venegas, que les da ciertos derechos a personas que les ofrecen una "salida voluntaria" por agentes de migración.*

Preguntas acerca del acuerdo Lopez-Venegas: 619.398.4189 General: 619.232.2121

### **Coalición Drive CA 415.621.2488**

*Preguntas sobre las licencias AB 60 de conducir para indocumentados.*

### **Centro de Derechos para Empleados 619.521.1372**

*Asistencia para personas que han sufrido injusticias en el lugar de trabajo.*

### **Sociedad de Ayuda Legal de San Diego 877.534.2524**

*Asistencia jurídica para las personas de bajos ingresos. Línea gratuita.*

### **Consulado General de México 619.231.8414**

*Ayuda a los ciudadanos mexicanos que viven o viajan en los Estados Unidos.*

### **Asociación de la Barra del Condado de San Diego 800.464.1529**

*Servicio de referencia de abogados. Línea gratuita.*

## INFORMACIÓN DE REFERENCIA GENERAL

### **211 - Línea de Asistencia de Emergencia del Condado de San Diego Marcar el 2-1-1**

*Se conecta a las personas con los servicios emergencias y sociales, 24 horas al día. Línea gratuita.*

### **Sistema de Tránsito Metropolitano 619.557.4666**

*Información sobre las líneas de autobús y los trolleys.*

## CÓMO ENCONTRAR A ALGUIEN DETENIDO

### **Cárcel del Condado de San Diego 619.610.1647**

*Para encontrar a alguien que ha sido detenido, llame al Sheriff del Condado de San Diego.*

### **Cárcel del Condado de Imperial 760.339.6347**

*Para encontrar a alguien que ha sido detenido, llame al Sheriff del Condado de Imperial.*

### **Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE) 619.710.8300**

*Para hablar con un oficial a cargo del proceso de deportación de una persona que fue detenida, y preguntar si se ha establecido una fianza, debes tener el número "A" de la persona (A#).*

### **Aduanas y Protección Fronteriza (CBP) San Diego: 619.216.4000 EL Centro: 760.335.5700**

*Para encontrar a alguien que ha sido detenido por la CBP, llama (o visita la estación en la frontera si tiene estatus legal para estar en EUA).. Sin embargo, la CBP generalmente no revela información acerca de las personas a las que detiene.*



P.O. Box 87131 San Diego, CA 92138-7131  
619.232.2121 [info@aclusandiego.org](mailto:info@aclusandiego.org)  
[www.aclusandiego.org](http://www.aclusandiego.org)