



salud



educación

SOMOS LAWRENCE



comida



Guía de recursos de Lawrence, KS

servicios básicos



deportes



Somos Lawrence

Centro Ballard, 708 Elm St.

www.ballardcenter.org/somos-lawrence/

Tel: 785-813-1098 Email: somoslawrence@gmail.com

 **Facebook: Somos Lawrence**



reparaciones



recreación

Índice

Sección.....	Página
Accesibilidad para personas con discapacidades físicas y de la tercera eda.....	3
Alimentación y acceso a alimentos.....	3
Asistencia con servicios básicos (luz, agua, gas).....	10
Asistencia en búsqueda de empleo.....	11
Bancos.....	11
Derechos y servi ci legales.....	11
Despensas de ropa y productos para el hogar.....	11
Educación para niñ@s, jóvenes y adult@s.....	14
Idioma/traducción	17
Mascotas.....	18
Muebles de hogar y electrodomésticos.....	18
Recreación y deportes	21
Recursos LGTB.....	23
Refugios	23
Renta y compra de vivienda.....	24
Reparaciones.....	25
Salud física y mental	25
Transporte público y servicios de transporte.....	29

¡GRACIAS!

Esta guía de recursos fue elaborada gracias al trabajo de la Biblioteca Pública de Lawrence, los voluntari@s de Somos Lawrence y al Centro Ballard. ¡¡Muchas gracias por su colaboración!!

Para cualquier pregunta, escríbanos por nuestra página web: <https://www.ballardcenter.org/somos-lawrence/>, por email: somoslawrence@gmail.com, o visítenos los viernes de 3:30-5:30 pm en el Centro Ballard, 708 Elm St. o, deje un mensaje por nuestro teléfono: 785-813-1098.

ACCESIBILIDAD PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES FÍSICAS Y PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
The Arc del Condado de Douglas	Servicios a personas con discapacidades intelectuales/del desarrollo. Abierto de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm. Página web: www.thearc.org/chapter/the-arc-of-douglas-county/		Tel. 785-749-0121 Dirección: 2518 Ridge Ct. #238, Lawrence, KS.
Senior Resource Center (SRC)	Centro de recursos para personas mayores de edad. SRC ofrece transporte con fines médicos, al supermercado o a cualquier destino del condado de Douglas, actividades grupales comunitarias, juegos, clases de arte, consejería y orientación de otros beneficios. Si bien no existe una edad específica, puede aplicar a ciertos beneficios a partir los 50 años. Página web: www.yoursrc.org/		Tel. 785-842-0543

ALIMENTACIÓN Y ACCESO A ALIMENTOS

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Centro Ballard	Dispensa de alimentos, pañales, cuidado personal y ropa. Abierto de lunes a viernes de 10:00 am a 5:00 pm. Somos Lawrence opera desde Ballard y estamos ahí para asistirlos. Página web: www.ballardcenter.org	Rellenar un formulario de registro la primera vez que asista. Haga una cita antes de llegar.	Tel. 785-842-0729 Dirección: 708 Elm St. Lawrence, KS
mRelief	Organización que le ayuda a conocer por medio un cuestionario si usted puede recibir cupones de comida del Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP). Después de responder el cuestionario, recibirá un mensaje de confirmación si puede o no aplicar al programa SNAP.	Enviar por un mensaje de texto la palabra Food al número 74544, y llenar el formulario de evaluación.	Mensajes de texto al 74544

Línea de ayuda de SNAP de Harversters	La línea de ayuda de Harversters le ayuda a conocer si usted puede recibir cupones de comida del programa SNAP. Si usted puede ser beneficiario, el equipo le explicará los pasos a seguir para aplicar al programa.		Tel. 877-653-9522
First Baptist Church FBC Despensa de comida	Despensa de comida gratuita. Abierto todos los miércoles de 12:00 m a 2:00 pm. Página web: www.firstbaptistlawrence.com/		Tel. 785-843-0020 Dirección: 1330 Kasold Dr. Lawrence, KS.
ECKAN East Central Kansas Economic Opportunity Corporation	Despensa de comida. Haga una cita llamando al número de teléfono antes de llegar. Abierto de lunes a viernes de 9:00 am a 4:00 pm. Página web: www.eckan.org/		Tel. 785-841-3357 Dirección: 2518 Ridge Ct. Lawrence, KS.
Sunrise Project Porch Pantry	Despensa de comida y productos de higiene personal disponible 24/7. Página web: www.sunriseprojectks.org/		Tel. 785-865-1618 1501 Learnard Ave. Suite E Lawrence, KS.
Catholic Charities Caridades Católicas del Noreste de Kansas	Entrega de paquetes familiares de comida. Catholic Charities también ofrece evaluaciones familiares para conocer si aplica a los cupones de alimentos del Programa de Asistencial de Nutrición Suplementaria (SNAP) para Mujeres, Bebés y Niños (WIC). Abierto de lunes a jueves de 9:00 am a 4:00 pm.	Llame para hacer una cita con al menos un día de anticipación.	Tel. 785-856-2694 Direcciones: 1525 W. 6th St. Suites A y B (5 th y Minnesota St. junto a Advantage Car Parts), Lawrence, KS.
Just Food	Despensa de alimentos y productos de higiene personal para familias. Una visita semanal por familia. Abierto los martes y jueves de 9:00 am a 6:00 pm y los miércoles y viernes de 9:00 am a 3:00 pm. Página web: www.justfoodks.org/	En su primera visita, deberá registrarse llenando un formulario. Presentar una identificación válida de todos los miembros del hogar.	Tel. 785-856-7030 Dirección: 1000 East 11th St. Lawrence, KS.
Lawrence Community Orchard por Sunrise Projects	Parque de comida gratuita donde puedes recolectar frutas maduras. El terreno posee un aproximado de cien plantas productoras de		Tel. 785-865-1618 Dirección: 830 Garfield St. Lawrence, KS.

	30 diferentes especies. Abierto todos los días desde el amanecer hasta el anochecer.		
Trinity Interfaith	Despensa gratuita de alimentos y artículos de limpieza personal y del hogar. Abierto los martes de 1:00 a 3:00 pm y los sábados de 10:00 a 12:00 m.		Tel. 785-843-2207 Dirección:1027 Vermont St. Lawrence, KS.
Westwood House	Despensa de comida gratuita. Abierto de lunes a jueves de 12:00 m a 6:00 pm. Página web: www.westwoodku.org/		Dirección:1421 West 19 th St. Lawrence, KS
Campus Cupboard Universidad de Kansas	Despensa de comida para estudiantes, profesores, personal y afiliados a KU. Abierto de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm. Los horarios varían durante el verano, receso de invierno y fechas festivas. Página web: stuentssupport.ku.edu/campus-cupboard	Presentar la identificación de estudiante o empleado de KU. Reciba dos puntos extra en comida en todas sus visitas si lleva una bolsa reusable para llevar sus productos	Tel. 785-864-4060 Dirección:1301 Jayhawk Blvd. Lawrence, KS. Cuarto nivel
Care Cupboard en Heartland Community Health Center	La despensa de comida de Care Cupboard es una de las sucursales de Justfood. Sus servicios son para los pacientes de Heartland y el público en general. Abierto de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm.	Rellenar un formulario de registro la primera vez que asista.	Tel. 785-841-7297 Dirección:1312 W. 6th St Lawrence, KS.
Centro DARE	Centro dedicado a las personas sin hogar fijo. Servicios de lavandería y distribución de artículos de higiene, botanas, equipo para acampar. Abierto los lunes, martes, jueves y viernes de 2:00 pm a 6:00 pm. Página web: www.darecenterlawrence.org/		Tel. 785-856-0698 Dirección: 944 Kentucky St. Lawrence, KS.
Despensa ambulatoria de Justfood	Despensa ambulatoria de comida gratuita organizada por JustFood. Página web: www.justfoodks.org/		La despensa móvil hace entregas de comida en los siguientes lugares y horarios:

			<p>Lawrence Public Library 707 Vermont St. Los miércoles de la segunda y tercera semana de cada mes de 10:30 am a 11:30 am.</p> <p>Starbucks 1015 W 23rd St. Los jueves de la segunda y tercera semana de cada mes de 4:30 pm a 5:30 pm.</p> <p>CC Cottages en Green Lake 930 W. 2nd St Los martes de la tercera semana de cada mes de 10:00 am a 1:00 pm.</p>
Jubilee Café por First United Methodist Church	Desayuno gratis todos los martes y viernes de 7:00 a 8:00 am. Página web: https://fumclawrence.org/jubilee/		Tel. 785-841-7500 Dirección: 946 Vermont St, Lawrence, KS.
Ecumenical Campus Ministries (ECM) Veggie Lunch	Almuerzo vegano gratis los jueves de cada semana de 11:30 am a 1:00 pm. También puedes tomar una hogaza de pan y disfrutar de té y café gratis. Página web: www.ecmku.org/		Dirección: 1204 Oread Ave. Lawrence, KS
Sunrise Project Community Meals	Cenas comunitarias gratis con opciones veganas y libres de gluten los miércoles de la primera y tercera semana del mes, de 5:00 pm a 7:00 pm. Página web: www.sunriseprojectks.org/		Tel. 785-865-1618 Dirección: 1501 Learnard Ave. Suite E, Lawrence, KS

First United Methodist Church	Almuerzo gratuito todos los domingos de 11:00 am a 12:30 pm. Página web: https://fumclawrence.org/		Tel. 785-841-7500 Dirección: 946 Vermont St. Lawrence, KS.
LINK de Plymouth Congregational Church	Almuerzo gratuito los martes, jueves, sábados y domingos a partir de la 1:00 pm. Página web de Plymouth Church: www.plymouthlawrence.com/		Tel. 785-331-3663 Dirección: 221 West 10 th St. Lawrence, KS.

ASISTENCIA CON SERVICIOS BÁSICOS (LUZ, AGUA, GAS)

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Centro Ballard	Ayuda con los servicios básicos y pagos de alquiler. Somos Lawrence opera desde el Centro Ballard. Podemos asistirle los viernes de 3:30 a 5:30 pm en Ballard. Página web: https://www.ballardcenter.org/		Tel. 785-842-0729 Dirección: 708 Elm St. Lawrence, KS.
Salvation Army Community Center	Ayuda con pagos de renta y servicios básicos.		Tel. 785-843-4188 Dirección: 1202 East y 23 St. Lawrence, KS.

ASISTENCIA EN BÚSQUEDA DE EMPLEO

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Centro Ballard	Clóset de ropa gratuita para trabajar. Abierto de lunes a viernes de 10:00 am a 5:00 pm. Somos Lawrence opera desde el Centro Ballard, y estamos ahí para asistirlos. Página web: https://www.ballardcenter.org/	Rellenar un formulario (bilingüe) en cada visita.	Tel. 785-842-0729 Dirección: 708 Elm St. Lawrence, KS.

BANCOS

Llame o escriba a Somos Lawrence para sugerencias sobre bancos recomendados.

DERECHOS Y SERVICIOS LEGALES

Llame o escriba a Somos Lawrence para sugerencias sobre abogados recomendados.

DESPENSAS DE ROPA Y PRODUCTOS PARA EL HOGAR

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Centro Ballard	Despensa de alimentos, pañales, cuidado personal y ropa. Abierto de lunes a viernes de 10:00 am a 5:00 pm. Somos Lawrence opera desde el Centro Ballard, y estamos ahí para asistirlos. Página web: https://www.ballardcenter.org/	Llenar un formulario disponible en inglés y español en cada visita. Llame para hacer una cita antes de llegar.	Tel. 785-842-0729 Dirección: 708 Elm St. Lawrence, KS.
Buy Nothing Lawrence	Grupo de Facebook integrado por vecinos de Lawrence que dan y reciben gratis ropa de todo tipo, zapatos, y productos para cuidados de bebés.	Solicitar unirse al grupo de Facebook y cumplir con las normas una vez ingresado al grupo. Para obtener algo, publique o comente una foto o una descripción del objeto que necesita, y coordine una entrega/recogida con la persona que le hagan una oferta.	Página de Facebook de Buy Nothing Lawrence: https://www.facebook.com/groups/260394013650277/
Community Children's Center	Armario gratuito y productos de higiene personal para niños y niñas de 0 a 5 años. Página web: www.communitychildrenks.org/	Llame para hacer una cita antes de llegar.	Tel. 785-260-8184 Dirección: 346 Maine St. Lawrence, KS.
Goodwill Lawrence	Cadena de tiendas con variedad de artículos usados como ropa, productos de hogar, muebles, electrodomésticos a precios bajos. Abierto todos los días de la semana de 10:00 am a 8:00 pm. Página web: www.mokangoodwill.org/locations/goodwill-lawrence		Tel. 785-331-3908 Dirección: 2200 West 31st Lawrence, KS.
Give It Get It Inc	Tienda de ropa usada a bajos precios. Abierto los miércoles de 2:00 pm a 7:00 pm, sábados y domingos de 12:00 m a 5:00 pm. Página web: https://www.giveitgetitinc.org/		Tel. 785-766-6411 Dirección: 925 Iowa St, Suite K, Lawrence, KS.

Clare's Community Closet	Tienda de ropa de segunda mano. Horario: - Lunes cerrado - Martes y miércoles de 2:00 pm a 7:00 pm. - Jueves y viernes de 5:00 a 7:00 pm. - Sábados de 12:00 m a 5:00 pm. - Domingos de 3:00 pm a 5:00 pm.		Dirección:925 Iowa St. Suite K, Lawrence, KS.
St. Jhons's Rummage House	Tienda de artículos de segunda mano para el hogar. Abierto los miércoles de 11:00 am a 3:00 pm y los sábados de 8:30 am a 12:30 pm. Página web: https://sjevangelist.com/rummage-house/		Tel. 785-843-0109 Dirección:1246 Kentucky St. Lawrence, KS
Salvation Army Family Store	Tienda de segunda mano con una gran variedad de electrodomésticos, muebles, ropa, decoración para el hogar. Abierto de lunes a sábado de 10:00 am a 7:00 pm.	Obtenga 10% de descuento al mostrar una identificación de estudiante.	Tel 800-728-7825 Dirección:1601 West 23rd St. Lawrence, KS.
Social Service League	Tienda de ropa, libros, muebles pequeños, artículos para el hogar, productos electrónicos, artículos para niños y decoración de segunda mano. Abierto los sábados de 10:00 am a 4:00 pm.		Tel 785-843-5414 Dirección: 905 Rhode Island St, Lawrence, KS.

EDUCACIÓN PARA NIÑ@S, JÓVENES Y ADULTOS

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Plymouth ESL Language Program	Clases de Inglés presenciales o en línea. Los calendarios de clases están disponibles en el Página web www.plymouthlanguage.org . Las clases comienzan en agosto y duran 13 semanas.	Registrarse en el Página web y pagar una matrícula de \$5 que se reembolsará si asiste al 75% de las clases.	Tel. 785-371-4810 Dirección: Plymouth Congregational Church, 925 Vermont St, Lawrence, KS. Para consultas: plymouthesl@gmail.com

Lawrence College and Career Center - LCCC	Capacitación profesional y técnica para estudiantes de secundaria en los grados 10-12 en escuelas públicas de Lawrence. Hablar con consejeros y maestros de sus escuelas para más oportunidades. Página web: www.usd497.org/Domain/5852	Nota: LCCC no tiene atención en Español, pero ofrece buscar un traductor para atenderle.	Tel. 785-832-5900 Dirección: 2910 Haskell Ave, Lawrence, KS.
Transformaciones financieras familiares de Catholic Charities	Servicio de consejería financiera para familias que desean comenzar a ahorrar y a mejorar su manejo de finanzas y/o pagar deudas.	Llame para programar una cita con al menos un día de anticipación.	Tel. 913-906-8938 Dirección: 1525 West, 6 th St. Lawrence, KS.
Small World Lawrence	Organización sin fines de lucro que brinda instrucción en inglés para mujeres internacionales. Las clases son los martes y jueves de 1:00 a 2:30 pm. Página web: https://smallworldlawrence.com/	La matrícula está disponible todo el año, a un costo de \$20 por semestre o \$35 por año.	Tel. 785-749-3677 Dirección: 2415 Clinton Pkwy, Lawrence, KS.
ECKAN Head Start	Educación temprana para familias de bajos ingresos económicos con hij@s entre los 0 y 5 años. Sus programas promueven la autosuficiencia, el crecimiento y desarrollo saludables y el éxito para experiencias futuras. Abierto de lunes a viernes de 8:00 am a 4:00 pm. Página web: https://eckan.org/services/head-start/	Es únicamente para familias y personas con hijos/hijas entre los 0 y 5 años de edad.	Tel. 785-727-8352 Fax. 785-856-0671 Dirección: 2518 Ridge Court, Lawrence, KS.
Community Children Center: Grow and Go	Sesiones gratuitas de juegos educativos organizados por los cuidadores del centro para los niños y niñas entre los 0 y 5 años. Abierto de lunes a viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. Página web: https://www.communitychildrenks.org/growandgo		Tel. 785-260-8184 Dirección: 346 Maine St. Lawrence, KS.

Recursos educativos digitales de Lawrence Public Library	Página web elaborada por la biblioteca pública de Lawrence con una lista de enlaces a enciclopedias escolares, talleres para aprender a usar computadoras, bases de datos de salud y páginas de aprendizaje de idiomas. Página web: https://lplks.org/resources/en-espanol/		
--	--	--	--

IDIOMA/TRADUCCIÓN

Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Somos Lawrence en el Centro Ballard	Servicios de traducción el español, asesoría en el llenado de documentos y formularios en inglés, orientación para acceder a los recursos de la comunidad, talleres educativos, asesoría con reportes de impuestos, celebración de festividades en español. Atención directa y bilingüe los viernes en el Centro Ballard de 3:30 a 5:30 de la tarde. Página web: https://www.ballardcenter.org/somos-lawrence/	Somos Lawrence le indicará cuáles son los requisitos que necesita según su caso. Llame, envíe un mensaje o deje un mensaje de voz para hacer una cita.	Tel. 785-813-1098 Dirección: 708 Elm St. North Lawrence, KS.
Centro Hispano Resource Center	Servicios de traducción de Inglés al Español para las familias hispanas en Lawrence. Centro Hispano también hace conecta a las familias con los recursos de la comunidad. Abierto de lunes a jueves de 9:00 am a 4:00 pm.	Las familias deben tener niños menores de 6 años para recibir los servicios.	Tel. 785-843-2039 Dirección: 543 Lawrence Ave, Lawrence, KS

MASCOTAS/ANIMALES

Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Lawrence Humane Society - Crisis Pet Retention	Asistencia financiera con depósitos/alquiler de mascotas, atención veterinaria de emergencia, consultoría de comportamiento,	Llenar una aplicación con la ayuda de la trabajadora social Maddie Locket.	Tel. 515-462-0043 Dirección: 1805 E. 19th St. Lawrence, KS

	y atención médica de bienestar (castración y esterilización). Despensa de alimentos. Página: https://lawrencehumane.org/crisispetretention/	Maddie Lockett: mlockett@lawrencehumane.org	cpr@lawrencehumane.org
MUEBLES DE HOGAR Y ELECTRODOMÉSTICOS			
Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Buy Nothing Lawrence	Grupo de Facebook donde miembros son vecinos de Lawrence que gratuitamente dan y reciben comida, muebles, electrodomésticos, ropa y otros objetos.	Solicitar unirse al grupo de Facebook a través de su perfil personal y cumplir con las normas una vez ingresado al grupo. Publique una foto o una descripción del objeto que necesita, y coordine una entrega/recogida con la persona que le hagan una oferta; o comentar en las publicaciones de las ofertas y esperar que los dueños de las publicaciones lo contacten.	Página de Facebook de Buy Nothing Lawrence: https://www.facebook.com/groups/260394013650277/
Lawrence FreeCycle	Página web donde las personas regalan diferentes objetos como muebles, decoración para el hogar, etc.	Crear un perfil en la página web.	Página web de Lawrence FreeCycle: https://www.freecycle.org/town/LawrenceKS
Goodwill Lawrence	Cadena de tiendas sin fines de lucro con variedad de artículos usados como ropa, productos de hogar, muebles, electrodomésticos a precios bajos. Abierto todos los días de la semana de 10:00 am a 8:00 pm. Página web: https://www.mokangoodwill.org/locations/goodwill-lawrence		Tel. 785-331-3908 Dirección: 2200 West 31st Lawrence, KS.

Habitat for Humanity ReStore	Tiendas de artículos nuevos o usados para mejorar su hogar como muebles, electrodomésticos, artículos para el hogar, materiales de construcción y más. Abierto de martes a sábado de 10:00 am a 5:00 pm. Página web: https://www.lawrencerestore.org/		Tel. 785-832-0777 Dirección: 2108 W 27th St Ste. C, Lawrence, KS.
Salvation Army Family Store	Tienda de segunda mano con una gran variedad de electrodomésticos, muebles, ropa, decoración para el hogar. Abierto de lunes a sábado de 10:00 am a 7:00 pm.	10% de descuento al mostrar una identificación de estudiante.	Tel. 800-728-7825 Dirección: 1601 West 23rd St. Lawrence, KS.
St. Jhons's Rummage House	Tienda de artículos de segunda mano para el hogar. Abierto los miércoles de 11:00 am a 3:00 pm y los sábados de 8:30 am a 12:30 pm. Página web: https://sjevangelist.com/rummage-house/		Tel. 785-843-0109 Dirección: 1246 Kentucky St Lawrence, KS.
Social Service League	Tienda de ropa, libros, muebles pequeños, artículos para el hogar, artículos electrónicos, artículos para niños y decoración de segunda mano. Abierto los sábados de 10:00 am a 4:00 pm.		Tel. 785-843-5414 Dirección: 905 Rhode Island St, Lawrence, KS.

RECREACIÓN Y DEPORTES

Lugar	Servicios	Requisitos	Teléfono y dirección
Lawrence Public Library	Servicio de préstamo de libros, películas, series de televisión, audiolibros, juegos de mesa. La biblioteca también coordina eventos con entrada libre como cuenta-cuentos, juegos de mesa, celebración del mes de la Herencia Hispana. Consulte el calendario de eventos para conocer fechas en la página web: https://lplks.org/	Registrarse como miembro de la biblioteca pública con el personal de la mesa de recepción. Revise las instrucciones de cómo obtener la tarjeta de la biblioteca aquí: https://lplks.org/tarjeta-de-la-biblioteca/	Tel. 785-843-3833 Dirección: 707 Vermont St. Lawrence, KS.

Lawrence Sports Pavillion	<p>Centro de deportes, de recreación y gimnasio operado por la municipalidad de Lawrence. El sports pavillion ofrece grupos deportivos para niños, jóvenes y adultos en las categorías de voleibol, basquetbol, soccer, kickball, softball. Talleres de danza, gimnasia y más. Abierto de lunes a viernes de 5:30 am a 9:00 pm. Sábados de 7:00 am a 6:00 pm. Domingos de 1:00 pm a 9:00 pm. Niños, niñas y jóvenes pueden aplicar a una beca para tener el 75% de descuento para recibir clases y asistir los eventos deportivos. Revise el tablero de anuncios en la página web para conocer los eventos:</p> <p>https://lawrenceks.org/lprd/recreationfacilities/spl/</p>		<p>Tel. 785-330-7355 Dirección: 100 Rock Chalk Lane, Lawrence, KS.</p>
Yoga at the Library	Clases de yoga gratis todos los lunes de 6:00 a 7:00 pm.	Llevar su tapete de yoga.	<p>Tel. 785-843-3833 Dirección: 707 Vermont St. Lawrence, KS.</p>
Lawrence Arts Center	<p>Clases de arte para cada grupo de edad en las categorías de música, baile, pintura, escultura, etc. Campamentos diurnos de una semana para los estudiantes durante las vacaciones de verano. El teatro presenta una gran cantidad de programas diferentes y ofrece funciones matinales y nocturnas. Galerías de arte en exhibición hecho por artistas locales. Visite la página web para acceder al calendario de actividades:</p> <p>www.lawrenceartscenter.org</p>		<p>Tel. 785-843-2787 Dirección: 940 New Hampshire St, Lawrence, KS.</p>

Planeta Venus	Estación radial en español que transmite música y noticias desde Wichita, Kansas. Para escuchar, visite la página web: www.planetavenus.online/		
RECURSOS LGTBQ+			
Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
PFLAG	Reuniones virtuales de la comunidad latina PFLAG en los EE. UU. abiertas a padres, madres, familiares y miembros de la comunidad LGBTQ+ que son de Latinoamérica. Manuales educativos digitales en español para padres, madres, familiares y personas de la comunidad LGBTQ+.	Registrarse en la página web de PFLAG Comunidad Latina para las reuniones virtuales.	Enlace de registro para las reuniones y para los recursos en español: https://pflag.org/events/latino-community-comunidad-latina/
REFUGIOS			
Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Centro DARE	Albergue para personas en situación de calle o que corren el riesgo de estarlo. DARE también ofrece servicio de lavandería, uso de baños y regaderas. Abierto los lunes, martes, jueves y viernes de 2:00 pm a 6:00 pm. Página web: www.darecenterlawrence.org/		Tel. 785-856-0698 Dirección: 944 Kentucky St. Lawrence, KS.
Lawrence Community Shelter	Refugio de emergencia temporal con acceso a baño, ducha, lavandería y productos de higiene personal. Las horas de ingreso para recibir una cama es desde las 7:00 pm hasta las 10:00 pm. Salida a las 7:00 am. Las oficinas administrativas están abiertas de lunes a viernes de 8:00 am a 5:00 pm. Página web: www.lawrenceshelter.org/	Registrarse en la entrada posterior del edificio, y llenar un formulario con sus datos personales.	Tel. 785-832-8864 Dirección: 3655 E. 25th St. Lawrence, KS.

Centro de Violencia Doméstica Willow	Refugio para los sobrevivientes de violencia doméstica y tráfico de personas y para sus hijos. Página web: www.willowdvcenter.org/	Llame a la línea de ayuda disponible de lunes a domingo las veinticuatro horas del día. Al llamar recibirá instrucciones sobre cómo llegar al Centro de Violencia Doméstica Willow.	Tel. 785-843-3333 Dirección: 1920 Moodie Rd. Lawrence, KS.
--------------------------------------	---	---	--

RENTA Y COMPRA DE VIVIENDAS

Llame o escriba a Somos Lawrence para sugerencias sobre arrendadores recomendados.

REPARACIONES

Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Lawrence Re-Cyclery	Tienda de bicicletas de servicio completo que compra, vende, intercambia y repara a bajo costo bicicletas nuevas y usadas. Abierto los martes y jueves de 4:00 p.m a 8:00 p.m.		Tel. 785-832-2453 Dirección: 229 Elm St. Lawrence, KS.
Repair Studio	Evento realizado una vez al mes por la biblioteca pública de Lawrence donde puede llevar objetos en mal estado y un mentor le ayudará a repararlo.	Vea el calendario de eventos en la página web de la biblioteca pública para saber las fechas de los eventos: https://lawrence.bibliocommons.com/v2/events	Dirección: 707 Vermont St. Lawrence, KS.

SALUD FÍSICA Y MENTAL

Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Centro de Violencia Doméstica Willow	Servicio de consejería y terapia a personas sobrevivientes de violencia doméstica y tráfico de personas. Abierto de lunes a viernes de 9:00 am a 4:00 pm. Página web: www.willowdvcenter.org/		Tel. 785-843-3333 Dirección: 1920 Moodie Rd. Lawrence, KS.
Clínica Dental del Condado de Douglas (Douglas County Dental Clinic)	Atención dental a precios reducidos para las personas sin seguro médico, de bajos recursos y beneficiarios de Medicaid de Kansas. Página web: www.dcdclinic.org/ Horario:	<ul style="list-style-type: none"> - Llevar los documentos de paciente nuevo (enlace de descarga en la página web) - Una identificación con foto que no esté expirada 	Tel. 785-312-7770 Dirección: 2210 Yale Rd. Lawrence, KS.

	<ul style="list-style-type: none"> - Lunes de 8:00 a 12:00 m y de 1:00 a 5:00 pm. Martes de 8:00 am a 6:00 pm. - Miércoles de 8:00 am a 5:00 pm. - Jueves de 8:00 a 12:00 m y de 1:00 a 5:00 pm. - Viernes de 8:00 am a 4:00 pm. 	<ul style="list-style-type: none"> - Una prueba de residencia del condado de Douglas (un recibo de internet, energía, gas o contrato de renta) - Una declaración de impuestos. Si no puede proporcionar una declaración de impuestos, puede usar otras formas de prueba de ingresos (talones de cheques, tarjeta de visión, etc.). Hable con un miembro del equipo de recepción si no puede presentar su declaración de impuestos para analizar sus opciones. 	
Heartland Community Health Center	Atención médica general a precios reducidos para las personas sin seguro médico, de bajos recursos y para beneficiarios de Medicaid de Kansas. Orientación gratuita en planificación familiar y atención en salud mental y del comportamiento. Abierto de lunes a jueves de 8:00 am a 7:00 pm. y los viernes de 8:00 a 5:00 pm.	<p>Para programar una cita debe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llenar el formulario del paciente nuevo - Una identificación con foto - Una prueba de residencia en el condado de Douglas (un recibo de internet, energía, gas o contrato de renta) - Una declaración de impuestos. Si no puede proporcionar una declaración de impuestos, puede usar otras formas de prueba de ingresos (talones de cheques, tarjeta de visión, etc.). 	<p>Tel. 785-841-7297</p> <p>Dirección: 1312 West 6th St. Lawrence, KS.</p>
Heartland @ Panda Pediatrics	Atención médica a precios reducidos para niños y niñas cuyas familias tienen bajos ingresos económicos, no tienen seguro médico y a los beneficiarios de Medicaid de Kansas. Abierto de lunes a jueves de 8:00 a 5:30 pm, viernes de 8:00 a 5:00 pm, sábado	<p>Para programar una cita debe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llenar el formulario del paciente nuevo - Llevar una identificación con foto - Llevar una prueba de residencia en el condado de Douglas (un recibo de 	<p>Tel. 785-842-4477</p> <p>Dirección: 1803 West 6th St. Lawrence, KS.</p>

	de 8:00 a 12:00 pm. Página web: https://heartlandhealth.org/medical-resources/	internet, energía, gas o contrato de renta) - Llevar una declaración de impuestos. Si no puede proporcionar una declaración de impuestos, puede usar otras formas de prueba de ingresos (talones de cheques, tarjeta de visión, etc.).	
Clínica ambulatoria de Panda Pediatrics	Puede asistir sin cita previa por síntomas de enfermedad que no sean de emergencia como infecciones de oído, fiebre, tos, síntomas respiratorios, vómitos y diarrea. Abierta a los pacientes de 8:00 am a 10 am de lunes a viernes.		Dirección: 1803 West 6th St. Lawrence, KS.
Honor Moon	Despensas gratuitas de productos menstruales como toallas sanitarias, los tampones, la ropa interior para el periodo (también llamada panties para el periodo) y las copas menstruales. La despensa está abierta 24/7 y la surten todos los domingos.		Despensa 1: 1312 West 6th St. Lawrence, KS. Despensa 2: 616 Kentucky St. Lawrence, KS.
TRANSPORTE PÚBLICO Y SERVICIOS DE TRANSPORTE			
Lugar	Servicios	Requisitos	Contacto y dirección
Lawrence Transit	Servicio de autobús gratuito que opera dentro de Lawrence. El horario de operación varía según la ruta. Puede instalar una aplicación en su celular donde podrá ver rutas, planear viajes y monitorear los buses de RideKC y Lawrence Transit en tiempo real. Disponible en Google Play o iOS. Enlace de descarga: https://lawrencetransit.org/mobile-tools/	Llegar a la estación unos cinco minutos antes del horario de la ruta.	Dirección: Estación central en 707 Vermont St. Lawrence, KS

Amtrak Lawrence	Tren con más de 500 destinos en los 46 estados de los Estados Unidos y Canadá. La página web de Amtrak está disponible en español, ahí podrá ver los costos de los boletos, conocer los horarios, comprar boletos y ver mapas de las estaciones. Página web: www.amtrak.com/home.html	Presentar su boleto de viaje y una identificación válida con fotografía.	Dirección: 413 East 7th St. Lawrence, KS.
Greyhound: Estación de bus de Lawrence	Servicio de transporte tipo autobús que conecta a Topeka y Kansas City tres veces al día. Sus rutas incluyen más de 100 ciudades en los Estados Unidos. La página web de Greyhound está disponible en español. A través de ella puede conocer costos, horarios, comprar boletos y ver mapas de las estaciones. Página web: www.greyhound.com/	Presentar su boleto de viaje y una identificación válida con fotografía.	Dirección: 707 Vermont St. Lawrence, KS.
Independence Inc	Servicio de transporte dentro de los límites de Lawrence por \$3, dentro del condado de Douglas por \$5, y viajes médicos a Kansas City y Topeka por \$30. Disponible de lunes a viernes de 8:00 am a 4:00 pm. Página web: https://independenceinc.org/transportation/	Los viajes son programados con al menos 24 horas de anticipación. Compre sus boletos con tarjeta de crédito o débito en el Página web o llame al	Tel. 785-843-5576
Ride KC Ruta 510 K-10 Connector,	Servicio gratuito de transporte tipo autobús que conecta a Lawrence y Kansas City a través de la ruta 510. Estaciones en Lawrence: Irving Hill y Naismith KU Campus Lawrence College and Career Center (LCCC) KU Campus	Llegar a la estación del autobús cinco minutos antes de la hora de llegada. Visite la página web para ver los horarios y las rutas: https://ridekc.org/	

NightLine	Autobús nocturno y gratuito operado por Lawrence Transit. Se puede utilizar para viajar a cualquier destino dentro de los límites de la Lawrence de 8:00 pm a 6:00 am de lunes a sábado.	Hacer una reserva de viaje con hasta cinco días de anticipación. Para hacer una reserva, llame durante horario comercial, de lunes a sábado de 8 am a 5 pm.	Tel. 785-312-7054
Senior Wheels Program de Senior Resource Center SRC	Transporte a bajo costo para personas mayores del condado de Douglas con fines médicos, nutricionales y personales. Los viajes están disponibles de lunes a viernes de 7:00 am a 3:30 pm. Página web: https://yoursrc.org/senior-wheels/	Programe su viaje con al menos un día de anticipación. Costos: - Viajes dentro de los límites de la ciudad, incluidos Lawrence, Eudora, Baldwin City 4 \$ ida, 8 \$ ida y vuelta. - Viajes fuera de los límites de la ciudad, o de una ciudad a otra dentro del condado de Douglas 6 \$ ida, 12 \$ ida y vuelta.	Tel. 785-727-7876



Estaremos actualizando la guía a medida que recibamos información y sugerencias. Envíennos sus comentarios a somoslawrence@gmail.com, or por un mensaje de texto al teléfono 785-813-1098.

