

FAMILY RESOURCES



Ways to support your teen,
yourself, and your family.

National Child Traumatic Stress Network

PDF download on helping families cope with Corona Virus:

<https://tinyurl.com/th36al8>

Center for the Study of Traumatic Stress

PDF download on taking care of family during infectious disease outbreaks:

<https://tinyurl.com/tz5ehrg>

PDF download on helping homebound children:

<https://tinyurl.com/uhlknrk>

California Employment Department

Information on how to apply for benefits if you have been laid off due to Corona

Virus: https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm

Center for Disease Control (CDC)

Website with information managing anxiety and stress:

<https://tinyurl.com/wvkszdg>

United Way

Information on applying for financial support from the United Way:

www.UnitedWay.org

(831) 372-8026

Monterey County Food Bank

Hours and locations for food assistance through the food

bank: www.foodbankformontereycounty.org

(831) 758-1523



RECURSOS FAMILIARES



Formas de apoyar a su adolescente, su familia y a usted mismo.

Red Nacional de Estrés Traumático Infantil

Enlace a información sobre cómo ayudar a las familias a enfrentar el Virus Corona:

<https://tinyurl.com/r6wznum>

Centro para el estudio del estrés traumático

Descarga en PDF (en inglés) sobre el cuidado de la familia durante brotes de enfermedades infecciosas:

<https://tinyurl.com/tz5ehrg>

Descarga del PDF (en inglés) sobre cómo ayudar a los niños confinados en su hogar:

<https://tinyurl.com/uhlknrk>

Departamento de empleo de California

Información sobre cómo solicitar beneficios si ha sido despedido debido al Virus Corona: https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019-espanol.htm

centro de Control de Enfermedades (CDC)

Sitio web con información que maneja la ansiedad y el estrés:

<https://tinyurl.com/wzjbne9>

United Way

Información sobre cómo solicitar ayuda financiera de United Way:

www.UnitedWay.org

(831) 372-8026

Banco de Alimentos del Condado de Monterey

Horas y lugares para asistencia alimentaria a través de la prohibición de alimentos:

www.foodbankformontereycounty.org

(831) 758-1523

