



brighter**bites**[®]

RECURSOS DE SALUD PARA TI Y TU FAMILIA

A MEDIDA QUE NUESTRAS VIDAS DIARIAS CONTINUÁN ADPATÁNDOSE A LOS CAMBIOS QUE ESTÁN SUCEDIENDO EN NUESTRA COMUNIDAD DEBIDO AL COVID-19 (CORONAVIRUS), QUEREMOS PROPORCIONAR UNA LISTA DE RECURSOS PARA USTED Y SU FAMILIA PARA AYUDARLE A MANTENERSE SALUDABLE Y BIEN.

ALIMENTOS:



- Todos los recursos de comidas: <https://coronavirus.dc.gov/food>



CLÍNICAS/DOCTORES:

- Prince Georges County Coronavirus hotline: 8am-8pm: (301)-883-6627 con preguntas o inquietudes.



SALUD MENTAL:

- <https://dbh.dc.gov/page/dbh-operations-information-and-resources-during-covid-19>
- <https://coronavirus.dc.gov/sites/default/files/dc/sites/coronavirus/Maintaining-Your-Mental-Health-3-19-20-English.jpg>
- <https://coronavirus.dc.gov/sites/default/files/dc/sites/coronavirus/Maintaining-Your-Mental-Health-3-19-20-Spanish.jpg>



VIOLENCIA DOMÉSTICA:

- Para comunicarse con la línea directa, marque o envíe un mensaje de texto al 1-844-4HELPDC (1-844-443-5732) o acceda al chat en línea en www.DCvictim.org/chat



RECURSOS EN OTROS IDIOMAS:

- <https://coronavirus.dc.gov/page/translated-materials-o>



Nuestra prioridad es la salud y el bienestar de nuestros empleados y las familias y comunidades a las que servimos. Esperamos que estos recursos lo ayuden a garantizar que puede continuar saludable y bien durante estas circunstancias difíciles.

-El equipo de Brighter Bites Washington, D.C.