Lista de recursos de McFarlin Memorial United Methodist Church (23 de octubre de 2026)

Para ver las despensas al aire libre 24/7 más recientes, consulte Facebook: "The Pantry Page". También: Findhelp.org

*Información general sobre recursos: llame al **211** o envíe un mensaje de texto: **211OK** al **898211** o visite www.211oklahomahelpline.org/ para despensas fuera de Norman*

DESPENSAS DE COMIDA DE NORMAN

Horarios y requisitos/límites — *Salvo que se indique otro, todos los números son del código de área 405:*

Adventist Community Services	1818 E. Alameda	3.er, 4.º y 5.º martes (9-12). Identificación vigente/comprobante de residencia. Condados de Cleveland y McClain.	250-3589
**Aging Services Inc. Norman – Adult Wellness & Education Center (AWEC)	602 N. Findlay	Comidas para personas mayores, de lunes a viernes 11:30-12 en el nuevo AWE. Las reservaciones deben hacerse en persona en el lugar el viernes anterior entre 11:00 y 11:30 para la semana siguiente. Donación sugerida: $	572-206-3718
Alameda Church of Christ	801 E Alameda	Miércoles 10-12, 4.º jueves: 5-6:30, 2.º sábado: 9-11. Identificación con foto para residentes de los condados de McClain/Cleveland.	321-0788
*Antioch Norman	1330 E. Lindsey	"The Table": cena comunitaria el 1.er y 3.er lunes del mes, 6:00-7:30	310-4343
Beacon Project (Pantry Partners)	513 W. Gray	Atiende a adolescentes de preparatoria de NPS (13-19) en el área de Norman. Comuníquese con info@thebeaconproject.org	217-2077
Crosspointe Church	2601 SE 24th	Todos los viernes 8:30-11:30. Se requiere identificación con foto, límite de una vez cada 6-8 semanas	329-0823
FBC of Norman	211 W Comanche	Bolsas de comida a pedido durante el horario de oficina, lunes a viernes (8-12, 1:30-5). Oprima el botón del intercomunicador	321-1753
*Food and Shelter	201 Reed	Desayuno de 8 a 10 y almuerzo a las 11, los 7 días de la semana. Para la despensa, vea Share Center abajo	360-4954
Goodrich UMC Care Closet	200 W. Hayes	3.er jueves 11:00-12:00 artículos de higiene/de papel. Residentes de Norman, se requiere identificación	321-0975
Lifespring Church	600 W. Tecumseh	1.er sábado 10-11. Por orden de llegada, hasta agotar existencias. Vaya a mylifespring.church/share-ministry	292-7770
McFarlin Mem. UMC Pantry	401 S. University	Martes/jueves: 10-4; (2 sábados al mes 10-1. Llame para las fechas), límite de 2 semanas. Atiende a residentes de Norman/Noble/Little Axe	766-7962
*McFarlin Tues. Together Meal	419 S University	Cena comunitaria gratuita 6:00-7:00 en Fenn Hall, 2.º martes del mes. Llame para confirmar	321-3484
**mealsonwheelsnorman.com	921 N Lahoma	Horario de oficina: lunes a jueves 7:30-3:30, viernes 7:30-2. Debe tener más de 62 años. Si es menor de 62, debe tener una discapacidad o una referencia médica	321-7272
Outreach Thrift	615 Alameda	Despensa de productos refrigerados y enlatados durante el horario de la tienda: lunes a viernes 10-6, sábado 10-7, domingo 12-6	928-2072
**Roserock Villa	2227 W Lindsay	Agingservicesok.com Ofrece almuerzo para personas mayores con reservación por teléfono con 24 horas de anticipación. Donación sugerida de $3 para mayores de 60	
*Salvation Army Meals	318 E Hayes	Comidas calientes comunitarias, 7 días a la semana. Cena servida 5:00-5:45	364-9910
Salvation Army Food Pantry	1124 N. Porter	Llame a cualquier hora para hacer una cita. Despensa donde usted escoge sus productos. Límite de 30 días	364-9910
The Mission	2525 E. Lindsey	Lunes a miércoles: 10-2, jueves: 2-5:00, viernes: 10-12. NO se requiere identificación (límite de 30 días)	321-8880
The Share Center (Food and Shelter)	213 Reed	Martes/miércoles 2:30-5:30; jueves/viernes 11-2, 3.er sábado 12-2. Llegue 30 minutos antes. Norman, Noble, Lexington, condado de McClain. Identificación con foto y comprobante de residencia	701-1890
South Canadian Valley Pantry	2217 24th SW	Cada 2.º sábado del mes 10-11:30 a. m.	364-4051
Univ. of Oklahoma	331 Cate Center Dr.	Vaya a ou.edu/foodpantry para ver las fechas y los horarios actuales. Estudiantes, personal o profesores. Se requiere la credencial de empleado de OU	

***Comidas servidas **Comidas específicamente para personas mayores** *Para una lista de despensas al aire libre accesibles 24/7 en Norman, vea facebook.com/groups/pantrypagenorman/*

Despensas de comida en el este de Norman, Noble y Lexington

Circle the Wagon's Ministries	604 E. Broadway Lex	2.º y 4.º martes del mes, 2-4 p. m., no hay límite de salario. Para más información, llame	835-9937
First Baptist of Noble	330 E Chestnut	Lunes 1:30-3:00. Atiende a residentes de HW77 al este hasta la 96th, de Post Oak al sur hasta Slaughterville Rd, 1 vez cada 6 semanas	872-3529
First Baptist of Lexington	900 E. Broadway	Artículos no perecederos. Lunes a jueves (9-4:00 con cita). Límite de 1 vez cada 90 días. Llame primero.	527-6758
First Methodist of Lexington	631 E. Ash, Lex	3.er sábado, 12-4:00. Los residentes del área pueden escoger alimentos	527-3506
First State Bank – Noble	102 N. Main	Sin cita lunes a viernes 9-5, sábado 9-12. Límite de 1 vez cada 6 meses	872-3434
Hilltop Baptist - East Norman	11710 E Stella Rd	Lunes/jueves 9:30-12, identificación con foto, radio de 15 millas, límite de 30 días. Debe mostrar una carta o correspondencia como comprobante de residencia	794-0603
Little Axe Community Center	1000 168 Ave NE	Abierto los lunes a las 9:00 hasta que se acabe la comida. Para residentes del distrito escolar de Little Axe	292-9770
**Noble Senior Center	600 E. Maguire Road	Almuerzo para llevar de lunes a viernes 11:30-12:00 (donación sugerida de $3 para mayores de 60). Se requiere reservación con 24 horas de anticipación	312-9705
Noble All Volunteer Pantry	2nd St.	Despensa de autoservicio 24/7 ubicada al norte de la estación de policía, cerca del callejón junto a la iglesia metodista	
12 Corners Baptist Church	156th/Etowah Road	Llame para información. Se requiere identificación: solo residentes de Noble y áreas cercanas	312-1442

Despensas de comida en Moore y el sur de Oklahoma City

**Comidas específicamente para personas mayores

Food & Resource Center (Moore)	2635 N. Shields Blvd	Lunes: 12:30-5:30, miércoles a viernes 10-3, 3.er sábado 9:30-11:30. Para los requisitos y los códigos postales que se atienden, vaya a: rfbo.org/frc	600-3182
First Baptist of Moore	301 NE 27th /I-35	Lunes 10-1, 5:30-7:00, 1 vez al mes. Para los códigos postales que califican e información, vaya a: firstmoore.com	793-2600
Fresh Start Comm. Church	309 N. Eastern	3.er jueves 5-6, residentes de Moore. Se requiere identificación con foto, freshstartok.com	794-7313
Highland Baptist hbcmoore.org	2425 SE 4th	1.er/3.er martes del mes: 6:30-7:30, todos los jueves 9-12, se requiere identificación con foto (límite de 60 días)	794-5432
Moore 1st UMC (NE Entrance)	201 W. Main	Miércoles 3-5:00, domingos 1:30-3:00. Llame para información y para hacer una cita fuera de ese horario	794-6671
**The Brand Sr. Center in Moore	501 E. Main	Aging Services ofrece almuerzos para personas mayores con donación sugerida de $3.00. Se requiere reservación con 24 horas de anticipación:	793-9069
Regencypark.Church Care Closet	2001 N. Janeway	Miércoles 10-4. Atiende a residentes de bajos ingresos de los códigos postales 73160 o 73139, límite de 1 vez al mes	794-3507
St. Andrews 'Pac a Sac'	800 NW 5th Moore	Todos los martes/viernes 10-12, se requieren recibo de servicios e identificación con foto (límite de 30 días). Solo residentes del distrito escolar de Moore	799-3334

NIÑOS Y PADRES

A Brighter Day	800 W Rock Creek #115	Pañales/toallitas y artículos para bebés gratis para niños de 0 a 36 meses cada semana. Debe registrarse	Llame/envíe texto 405-968-3343
Abbott Children's House	231 E. Symmes	Ofrece servicios coordinados de investigación e intervención para víctimas de abuso infantil, abbott-house.org	579-5800
Alameda Church of Christ	801 E. Alameda	Despensa para bebés los miércoles 10-12, 4.º jueves 5-6:30, 2.º sábado 9-11, identificación con foto. Residentes de los condados de Clev./McClain	321-0788
Baby Steps	941 Nebraska	Ofrece cuidado infantil, consejería y clases para padres adolescentes de NPS	360-2717
Bethesdaok.org	1181 E. Main	Lunes a jueves 8-6, viernes 8-12. Consejería psicoterapéutica y tratamiento para niños de 3 a 18 años que han sufrido abuso sexual, programa educativo	364-0333
Beacon Project, Inc.	513 W. Gray	Ayuda a adolescentes de NPS (13-19) con recursos más allá de la comida. info@thebeaconproject.org texto:	217-2077
Big Brothers Big Sisters	502 E. Main	8:30-5:00, lunes a viernes. Niños de 6 a 15 años emparejados con un mentor. Para información: bigoklahoma.org	364-3722
Boys and Girls Club (CCFI)	ccfinorman.org	Actividades de enriquecimiento para estudiantes de NPS de 6 años en adelante, lunes a viernes: 3:00-7 (8-5 en los programas de verano)	364-1420
Bridges	1670 Stubbeman	Ofrece a estudiantes de preparatoria que califican acceso a vivienda/servicios básicos para que puedan graduarse	579-9280
CASA: Southcentralcasa.org	401 W Main Ste 440	Defensores nombrados por el tribunal para niños víctimas de abuso/negligencia en el sistema judicial. Deben estar bajo custodia de DHS	360-5295
Center for Children/Families	210 S. Cockrel	Despensa para bebés: lunes a viernes 8-5 (límite de 2 semanas), clases para padres adolescentes/nuevos, servicios para divorcio/coparentalidad, consejería	364-1420
Comm. Action Moore cocaa.org	224 S. Chestnut, Ste 100	Ayuda con pañales para familias elegibles. Solicite en la oficina del condado. Para información, pregunte por Carol:	827-6959
Children's Recovery Center	320 12 Ave NE	Atención psiquiátrica con hospitalización para jóvenes de 12 a 17 años con problemas de salud mental	Admisiones: 573-3842
Cleveland Co. Health Dept.		Lunes a jueves 8-4, viernes: 8-11. Con cita: pruebas de ITS, planificación familiar, WIC, asientos de seguridad para el auto, salud infantil, vacunas, piojos	321-4048
Sooner Start (de 0 a 3 años)	250 12th Ave NE	Intervención temprana para retrasos en el desarrollo. Children First (madres primerizas; las referencias deben hacerse antes de las 29 semanas)	
Child Guidance Program (de 0 a 12 años)		Salud conductual, desarrollo infantil, audición, patología del habla y el lenguaje (evaluaciones y tratamientos)	
Crossroads Youth & Fam Center	1650 Tecumseh, Ste 500	Consejería, refugio de emergencia para jóvenes. Crossroadsyfs.org	321-0240
Cleveland County Office	303 E. Comanche	Servicios para adultos y familias (Dept. of Human Services). Presente su solicitud en línea, en persona o por teléfono en:	522-5050
Dept. of Human Services	okdhslive.org	Lunes a viernes 8-5. Las tarjetas EBT están disponibles en esta oficina de 8:30 a 4:30.	
Early Birds	sunbeamfamilyservices.org/earlybirds/	Programa gratuito para ayudar a cuidadores de niños de 0 a 5 años o a mujeres embarazadas a aprender sobre el desarrollo infantil y la preparación para la escuela	
Eden Clinic	1125 N. Porter, Ste 200	Preparación para el parto gratis, apoyo/preparación para padres y artículos para bebés con educación	Llame o envíe texto 579-4673
Fostering Futures	fosteringfuturesok.org	Atiende a niños involucrados con el sistema de bienestar infantil de OKDHS en los condados de Clev., McClain y Garvin	579-5000
Family Expectations	familyexpectations.com	Programa gratuito para ayudar a los padres a prepararse para un nuevo bebé/fortalecer la relación entre la pareja	639-2054

NIÑOS Y PADRES

Headstartprogram.us/city/ok-norman	1333 W Main	Programa de preparación escolar de 6 semanas a 4 años, cuidado infantil para necesidades especiales	292-6440
Infant Crisis Center of OKC	4224 N. Lincoln Blvd	Para información/horario del Baby Mobile en Norman, vaya a: infantcrisis.org/get-help/babymobile/	528-3663
kaleidescopegriefsupport.com		Apoyo gratuito para niños (3-18 años) y familias que están de duelo por la muerte de un ser querido. Para información llame:	306-0052
Loveworksleadership.org	219 E. Gray (nuevo)	Actividades/eventos gratuitos después de la escuela para estudiantes de secundaria, para desarrollar liderazgo, habilidades sociales/para la vida y carácter	566-0316
okabletech.org		Colabora con SoonerStart para proporcionar tecnología de apoyo (AT) a bebés y niños pequeños con discapacidades	
OK Breastfeeding Resource Center		Acceda a recursos con la nueva aplicación OK BF. Visite www.breastfeedinghealth.org o llame al	271-6162
Okla. Baptist Homes for Children obhc.org/children		Cuidado enfocado en niños de 6 a 18 años de familias en dificultades (divorcio, abuso de drogas, encarcelamiento, enfermedad)	
Operation School Bell		Ofrece ropa y zapatos nuevos a estudiantes de kínder a 12.º grado en las escuelas de NPS y de Little Axe. Comuníquese con el consejero escolar	
Open Heart Resource Room@gmail.com		Entrega artículos a niños en cuidado fuera del hogar. Se requiere referencia de una agencia/ministro o de DHS	329-8041
Safe Families Oklahoma	SafeFamiliesOK.org	Apoya a familias en crisis, alojando temporalmente a los niños mientras el padre/tutor no está disponible. Teléfono de referencias:	418-3825
Safecare	4436 NW 50th OKC	Programa gratuito de visitas a domicilio que brinda apoyo/educación semanal a padres con al menos 1 niño (0-5)	858-2725
Sooner Success	Soonersuccess.ouhsc.edu	Apoya a familias que crían a un niño con necesidades especiales, conectándolas con recursos para necesidades únicas	651-7809
Sox of Love	soxoflove@gmail.com	Ofrece ropa lavada, calcetines nuevos y comidas a vecinos. Síganos en Facebook @soxoflove	494-0005
SunhiveCollective.com	5201 NE 24th	Ofrece apoyo y educación a adultos jóvenes con discapacidades en su camino hacia la independencia	
TRUEDads.com	3 East Main, Okc	Para padres/coparentes: aprender a trabajar mejor juntos, construir relaciones y encontrar un mejor empleo	418-3888

ROPA

Laundry Love (Sox of Love) Lavandería gratis en Sooner Wash 1 vez al mes. Para la fecha y la información, escriba a soxoflove@gmail.com o llame al 362-6052

Adventist Community Services	1818 E. Alameda	3.er, 4.º y 5.º martes (9-12). Identificación vigente/comprobante de residencia, condado de Cleveland (límite de 3 veces al año)	366-7772
Noble Church of Christ	111 N. Main	Clothing House (ropa, ropa de cama, zapatos, etc.) 1.er y 3.er viernes de 8 a 10. Llame para información.	505-1598
Crosspointe Church	2601 SE 24th	Viernes 8:30-11 en el Crosspointe Care Center. Se requiere identificación con foto, límite de 5-6 semanas	329-0823
First Baptist of Norman	211 W Comanche	Con cita: 2.º/4.º viernes. También se puede pedir durante el horario de oficina. (Solo residentes del condado de Cleveland)	321-1753
First Presbyterian Thrift Shop	404 Toberman	Jueves, 9-4 (excepto días festivos/cierres de escuelas), costo mínimo, vales de emergencia 1-2:30	321-0933
Outreach Thrift	315 Alameda (nuevo)	Acepta vales de referencia de agencias para ropa gratis. Lunes a viernes 10-6, sábado: 10-7, domingo 12-6	928-2072
Salvation Army	1124 N. Porter	Vale de ropa para personas sin hogar, cualquier día excepto miércoles. Debe tener identificación y comprobante de que no tiene hogar	364-9910
St Joseph's Catholic Thrift Store	211 N. Porter	Miércoles 9-1, costo mínimo (gratis si no puede pagar) 1 vez al mes	701-3693

ASISTENCIA GENERAL en el condado de Cleveland (C.C.)

Ability Connection OK	okc@acok.org	Atiende a niños/adultos con discapacidades (parálisis cerebral) para fomentar su independencia y productividad	759-3562
ABLE	300 N. Crawford	Ofrece hogares grupales/empleo a personas con discapacidades del desarrollo, lunes a viernes 8-4	329-3922
Alameda Church of Christ	801 E. Alameda	Ayuda para reponer la identificación estatal/licencia de conducir y el acta de nacimiento durante el horario de la despensa (vea arriba)	
Among Friends	1185 E Main	Centro de actividades de día para adultos con necesidades especiales/adicionales. FB@AmongFriendsOK	361-5529
Cleveland Co. DHS (Norman)	631 E Robinson	Para solicitar beneficios de SNAP, llame al 487-5483. Cuidado infantil, Medicaid, asistencia temporal	573-8300
DivorceCare.org	1500 E Imhoff Rd	Grupos presenciales/en línea que se reúnen en varias iglesias del área de Norman. Vea el sitio web para información.	
Servicios de DUI y ADSAC	2457 Wilcox Dr	Para evaluaciones e información sobre la escuela de DUI, vea el Virtue Center en Norman: thevirtuecenter.org	321-0022
Norman Habitat Restore	831 Sonoma Park Dr.	Materiales de construcción/muebles/electrodomésticos nuevos y usados con descuento. Acepta referencias de gestores de casos	360-7868
roserockhabitat.org		Rampas para sillas de ruedas, reparaciones de emergencia del hogar, limpieza de patios y ayuda con infracciones de códigos municipales	366-2813

ASISTENCIA GENERAL en el condado de Cleveland (C.C.)

HUGS Ministry (siga en facebook.com/hugsstreetministry)		Remolque móvil: duchas, ayuda con identificaciones y actas de nacimiento, artículos de ropa, comida caliente para personas sin hogar	684-0025
(thedragonflyhome.org)		Recurso para víctimas de trata de personas, línea de ayuda las 24 horas. Gratis: 855-674-4767 u OKC: 212-3377	
Laundry Love www.soxoflove.com		Ofrece calcetines/servicio de lavandería a quienes necesitan una mano amiga. Vea el sitio web para el lugar y las fechas.	362-6052
LegalAidOK.org (Suite 1550)	2227 W Lindsay	Ofrece servicios legales gratuitos (no penales): avisos de desalojo, bancarrota, custodia, etc.	360-6631
legalclinic@ou.edu	300 W. Timberdell Rd	Servicio pro bono para casos civiles/penales de residentes de bajos ingresos de los condados de Cleveland/McClain	325-3702
OK Indigent Def. System (OIDS)	111 N. Peters Ste 500	Defensores públicos/abogados de juicios penales nombrados por el tribunal para los condados de Clev., McClain y Garvin. ok.gov/OIDS	801-2636
PFLAG pflagnorman.org		Ofrece apoyo/defensa para familias de personas LGBTQIA2S+. Se reúne el 2.º jueves a las 7 en la East Side Library	360-4497
Plannedparenthood.org	619 NW 23rd OKC	Pruebas de embarazo, pruebas y consejería sobre el VIH, servicios anticonceptivos	528-2157
RAIN Oklahoma (OKC)	3800 N Classen Ste 200	Lunes a viernes 8:30-4:30. Manejo de casos de VIH. Para información: rainoklahoma.org	232-2437
Red Dirt Collective rdc.normanok@gmail.com		Trabaja en solidaridad con personas pobres/de clase trabajadora. Huertos comunitarios/ferias de ayuda mutua	
Salvation Army	1124 N Porter	Ayuda con identificación, jueves (9-12). Debe tener comprobante de que no tiene hogar (no hay ayuda con actas de nacimiento)	364-9910
Social Security (ssa.gov)	200 NE 27th Moore	Lunes, martes, jueves, viernes 9-3; miércoles: 9-12. Las oficinas ofrecen información y ayuda/servicios que maneja el Seguro Social, o llame al:	866-964-4260
theedenclinic.com	1125 N Porter, Ste 200	Pruebas de embarazo/ultrasonido gratuitos para confirmar el embarazo, pruebas/tratamiento de ITS para mujeres/hombres	579-4673
Women's Resource Center wrcnormanok.org		Si está en peligro o necesita hablar: línea de crisis por violencia doméstica: 405-701-5540	364-9424
Workforce Innovation Opp. Act (WIOA)	103 W. Acres	Sistema gratuito, en línea y de todo el estado, de búsqueda de empleo e información del mercado laboral; Okjobmatch.com	701-2681

MÉDICO: Vea también (NIÑOS Y PADRES)

Blanchard Healing Hands Comm. Clinic	600 N Main	Atención primaria gratuita para personas sin seguro. 3.er jueves de 6 a 9 p. m., las recetas se surten en el lugar.	673-6374
Cleveland County Health Dept.	250 12th Ave NE	Lunes a jueves 8-11, 1-4, viernes: 8-11, pruebas de ITS, planificación familiar, vacunas solo con cita (no hay vacunas contra el COVID)	321-4048
Hope Pregnancy Center	(thinkimpregnant.org)	Ambiente seguro, confidencial y atento para explorar opciones sin juicios; pruebas de embarazo	688-8700
JD McCarty Center	2002 E. Robinson	Terapia y atención médica para niños (0-21 años) con discapacidades del desarrollo www.jdmc.org	307 2800
Moore Faith Medical Clinic	(No se atiende sin cita)	Clínica gratuita los jueves 6-8:30 para personas sin seguro. Para hacer una cita, comuníquese al 405-759-0853 opción 1 y deje un mensaje.	
Okabletech.org		Ayuda a personas mayores y a personas con discapacidades a obtener el equipo médico necesario y tecnología de apoyo (AT)	
The Mission	2525 E. Lindsay	Hasta $25 en medicamentos que no sean narcóticos. Llamará a la farmacia para verificar la receta. Límite de 1 vez al año	321-8880
Variety Care Fam. Medicine	317 E. Himes	Lunes a viernes, 8-5 atención médica para hombres/mujeres y niños (con cita). Salud conductual para hombres/mujeres: lunes a jueves 8-5	
Varietycare.org	1237 Alameda	Lunes a viernes 8-5, atención médica y salud conductual para niños hasta los 18 años, salud de la mujer, pruebas de embarazo	
Variety Care Primary Medical		Atención dental (en Oklahoma City con transporte gratuito). Acepta SoonerCare, Medicare y pago particular (tarifa según ingresos)	632-6688
Women's Resource Center	confidencial	wrcnormanok.org Si está en peligro o necesita hablar: línea de crisis por violación: 701-5660	701-5550

CUIDADO DE MASCOTAS / ADOPCIÓN

St. Francis Animal Resource Center	stfrancisarc.org	Ofrece recursos como comida, artículos y conexión con servicios veterinarios para que las mascotas puedan quedarse con sus personas	367-5862
Para servicios de esterilización y castración gratuitos o de bajo costo, consulte: stfrancisarc.org/resources			
Norman Animal Welfare		https://www.normanok.gov/residents-visitors/animal-welfare/fees	292-9736

SALUD MENTAL y ADICCIONES:

Línea de adicciones: llame al 988 Tabaco: 800-QUIT NOW Juego: 800-522-4700 Prevención del suicidio: 800-273-TALK En español: 888-628-9454

SALUD MENTAL y ADICCIONES:

A Better Way mhaok.org/ABW		Ayuda directa “en la calle” para personas sin hogar/con enfermedad mental para obtener manejo de casos y encontrar empleo	768-5572
alameda.church/connect/celebrate-recovery		Encuentre libertad de las heridas, los tropiezos y los hábitos de la vida. Se reúne los martes por la noche a las 6:30. Llame para más información	321-0788
Alzheimer’s Support Group	419 University	Almuerzo ($10) el 3.er miércoles en el salón 209 de McFarlin Memorial U.M.C. Confirme su asistencia con 1 semana de anticipación al 321-3484, ext. 115	
Central OK Community-	909 E. Alameda	Servicios ambulatorios para adultos, condados de McClain/Cleveland (crisis de adultos: 613-1122)	360-5100
Mental Health Center	1120 E Main	Servicios ambulatorios para niños (18 años o menos) y familias. Línea de crisis para menores de 18: 397-4929	573-3812
Children’s Recovery Center	320 12 Ave NE	Atención psiquiátrica con hospitalización para jóvenes de 12 a 17 años con problemas de salud mental	Admisiones: 573-3842
Community Works	805 E. Robinson	Agencia privada de salud conductual/adicciones que ofrece consejería ambulatoria cworksok.com	447-4499
Depression and Bipolar Support (dbsaok.org)		Grupo de apoyo: se reúne en St. Stephens Methodist Church, jueves a las 7:00. Llame para confirmar	Diane: 503-1948
The Eden Clinic	1125 N Porter, Ste 200	Apoyo confidencial y sin juicios para quienes enfrentan dificultades después de un aborto	Llame o envíe texto: 579-4673
Fresh Start Comm. Church	309 N. Eastern	Celebrate Recovery, programa de 12 pasos. Grupo grande a las 6:30 los martes / grupo para compartir a las 7:30. Llame para información.	794-7313
Gratitude in Action (AA)	211 W. Comanche	Reunión de grupo de AA de 12 pasos en First Baptist Church de Norman. Para más información llame...	655-7900
Green Shoe Foundation		Retiros de 5 días para adultos con codependencia originada en traumas de la infancia. Para más información, llame	697-2109
Griffin Memorial Hospital	900 E. Main	Atención psiquiátrica con hospitalización para adultos con problemas de salud mental/abuso de sustancias. No se requiere seguro.	Adm.: 573-6623
National Alliance on Mental Illness (NAMI)		Para más información en Norman, comuníquese con: naminormanok@gmail.com o NAMIoklahoma.org	Llame/envíe texto: 405-408-0984
Oschavilla Sober Living	OK County	Residencia de vida sobria para hombres que ofrece un ambiente de recuperación seguro, estructurado y de apoyo (cuota mensual)	919-4471
Red Rock Outpatient Serv.	900 N Porter #110	Centro ambulatorio de crisis psiquiátricas (suicidas, homicidas) para adultos/niños, lunes a jueves 8-5, viernes: 8-4	424-7711
Red Rock Crisis Unit	900 E. Main St, Bldg 52	Servicios con hospitalización para adultos. Abierto 24/7. Línea de crisis: 987-ROCK red-rock.com/resources	307-4811
Restore Behavioral Health	1008 24th Ave NW	Un lugar seguro para encontrar ayuda, esperanza y sanación. Hay opciones de bajo costo. Restore-bh.com	310-3262
SHREDtheStigmaOK.org		Aborda las sobredosis accidentales y otros daños relacionados con las drogas mediante enfoques realistas y alcanzables	295-5167
Thunderbird Clubhouse	1251 Triad Village Dr	Club para adultos en recuperación de una enfermedad mental (se requiere referencia) referrals@thunderbirdclubhouse.org	
Transition House	700 Asp Ave. #2	Programa de vivienda transitoria para adultos con enfermedad mental. Para más información, vaya a thouse.org	360-7926
Tribal Opioid Response Grant www.asthealth.org TOR@astribe.com	15951 Little Axe Dr.	Narcan y tiras reactivas de fentanilo gratuitos para el público en general. Servicios de tratamiento/recuperación para ciudadanos de una tribu reconocida a nivel federal que viva en los condados de Cleveland, Oklahoma, Pottawatomie, Lincoln y Logan.	
The Virtue Center	2457 Wilcox Dr.	Se atiende sin cita lunes a jueves 8-6:00, viernes 8-12 para consejería/abuso de sustancias, adicción al juego, salud mental para adultos, adolescentes y familias, distribuidor de naloxona thevirtuecenter.org	321-0022
Wildwood Caregivers Support Group		Se reúne en Wildwood Church en Norman, 1501 24th Ave, NE. Para más información y horarios, llame	329-3939

AYUDA CON RENTA, SERVICIOS PÚBLICOS Y AYUDA FINANCIERA

Alameda Church of Christ (servicios públicos)	801 E Alameda	Requiere aviso de “corte”. Llame el lunes a las 8:30 a. m. para una cita el miércoles, 1 vez al año (máximo 3)	321-0788
Catholic Charities (ccokc.org) servicios públicos	1232 N Classen OKC	Se aceptan 6 solicitudes en línea los lunes a las 8:30. Catholiccharities.org/emergency-rent-utility-assistance	523-3000
COCAA.ORG (Moore)	224 S.Chestnut Ave	Ayuda con servicios públicos para familias de bajos ingresos, hasta $150 (OG&E). Ayuda con la renta cuando hay fondos disponibles	434-6100
Food and Shelter for Friends (renta)	201 Reed	Llame para información/disponibilidad, se requieren comprobante de ingresos y aviso de desalojo, lunes a viernes 8-4	360-4954
lifespringnorman.com (renta/servicios públicos)	600 W. Tecumseh	1.er sábado 10-11, $100 de renta/$75 de servicios. Lleve el aviso de corte o una carta del arrendador. Se requiere identificación con foto	292-7770
Low Income Home Energy Assistance Program (LIHEAP)		Ofrece fondos para calefacción en invierno y enfriamiento en verano a hogares elegibles de bajos ingresos. LIHEAP2@okdhs.org	
Low Income Household Water Assistance Program (LIHWAP)		Ayuda con el agua de DHS https://search-tool-jade.vercel.app/ Escriba su código postal para la solicitud	522-5050

AYUDA CON RENTA, SERVICIOS PÚBLICOS Y AYUDA FINANCIERA

McFarlin Methodist (servicios públicos)	419 S Univ. SE Ent.	Gas/agua/electricidad, se requieren facturas. Solo residentes de Norman/Noble/Little Axe. Jueves: regístrese a las 8:00	321-3484
The Mission (servicios públicos o renta)	2525 E. Lindsey	Lunes a miércoles 10-2 (cerrado 11-12), jueves: 2-5:00, viernes 10-12 (pagará los últimos $25 de la factura). Límite de 1 vez al año	321-8880
St. Vincent de Paul at St. Andrew (servicios públicos/otros)		Solo distrito escolar de Moore. Llame y deje un mensaje	799-3334
St. Vincent de Paul at St. Joseph (renta/servicios públicos)		Área de Norman/Noble. Llame para hacer una cita. Límite de 1 vez al año	701-3693
St. Vincent de Paul at St. Mark's (servicios públicos)		Códigos postales de Norman/Blanchard. Llame y deje un mensaje	366-8070
St. Vincent de Paul at St. Thomas More (renta/servicios públicos)		Área de Norman/Noble. Llame y deje un mensaje, 1 vez cada 12 meses	329-5372
St. Vincent de Paul at Our Lady of Victory (servicios públicos)		Solo área de Purcell/Lexington. Llame y deje un mensaje	595-1087
Salvation Army (solo servicios públicos)	1124 N. Porter	Llame a cualquier hora para saber si califica y hacer una cita. Límite de 1 vez al año	364-9910
Women's Sanctuary (Catholic Charities)	425 E Tonhawa	Ayuda a mujeres con el depósito de renta o de electricidad, hasta $300. Llame para información:	701-8293

PERSONAS MAYORES Y VETERANOS

C.C. = condado de Cleveland

Agingservicesok.org ¡Nueva ubicación!	2227 W. Lindsey, Suite 1213	Ayuda financiera especial/Despensa de comida/Relevo para cuidadores, abuelos que crían a sus nietos, limpieza del hogar, vales/transporte/préstamo de equipo médico: sillas de ruedas, andadores, sillas de ducha, bastones, ropa interior desechable	321-3200
Alzheimer's Support Group	419 University	Almuerzo ($7) el 3.er miércoles en el salón 209 de McFarlin Mem U.M.C. Confirme su asistencia con 1 semana de anticipación a: 321-3484, ext. 115	
Caring Assistance Line	Okcares.org	Línea de ayuda de todo el estado sobre recursos de envejecimiento/discapacidad (cuidadores, ayuda en el hogar, asuntos legales, información médica)	800-211-2116
Dale K. Graham Vet Foundation	1233 W. Lindsay	Fundación acreditada que atiende a veteranos y familias en el proceso de reclamos ante VA. DKGVF.ORG	550-8806
Full Circle Daycare fullcircleok.org	4223 28th Ave NW	Servicios de día para adultos, lunes a viernes 7:30-5:30. Apoyo para cuidadores el 1.er martes en el Comm Serv Bldg, primer piso	447-2955
Envision Success 4 Veterans	315 W. Main	Oficiales de servicio para veteranos acreditados ayudan a veteranos y familias con recursos, reclamos/beneficios sin costo.	701-2015
Force50foundation.com (veteranos)		Otorga fondos a organizaciones asociadas de veteranos y ayuda de emergencia a veteranos en crisis	
Grandparent Toolkit	Oklahoma.gov/health/GrandparentToolkit	Encuentre recursos sobre: nutrición, salud mental, salud/seguridad infantil, cuidado de relevo, disciplina	
Okabletech.org		Ayuda a personas mayores con discapacidades a obtener el equipo médico necesario y tecnología de apoyo (AT)	800-257-1705
Supportive Services for Veteran's Families (SSVF)		Ayuda con vivienda en todo el estado para veteranos elegibles www.OKVetUnited.org	405-724-3360
TheHugsProject.com		Porque todo estadounidense que defiende la libertad merece el agradecimiento de nuestra nación agradecida	Llame: 651-8359
Veteran's Corner (en Newcastle)	3805 SE 44th	Abierto martes/jueves de 8-12. Pequeña despensa de comida y algo de ayuda con renta/servicios públicos	Llame para información: 387-5070
CC Veterans Service Coordinator	210 S. James Garner	Ofrece vías para solicitar beneficios de agencias del condado, estatales y federales.	Of.: 366-0673 Cel.: 593-5365

VIVIENDA TRANSITORIA Y REFUGIO

Norman Night Shelter (City Care)	109 W. Gray	Regístrese a las 5:00 para reservar una cama. Llame para más información sobre el protocolo de reservación	724-8439
Bridges	1670 Stubbeman	Ofrece a estudiantes de preparatoria que califican acceso a vivienda/servicios básicos para que puedan graduarse	579-9280
Food and Shelter for Friends	201 Reed	Llame para información: lunes a viernes, 8-4	360-4954
Habitat for Humanity (roserockhabitat.org)		Construye viviendas asequibles, rampas para sillas de ruedas, reparaciones, limpieza de patios. Vea el sitio web para más información.	366-2813
Norman Housing Authority	700 N. Berry Rd	Ayuda con vivienda/renta para familias de bajos ingresos y personas con discapacidades/mayores. Vea: normanha.org	329-0933
Salvation Army	318 E Hayes	Según haya espacio (límite de 60 días), límite de 1 bolsa. Camas adicionales para clima frío para mujeres cuando la temperatura baja de 32°	364-9910
The Mission	2525 E. Lindsey	Vivienda para familias sin hogar con niños. Llame o pase por la oficina para pedir una solicitud.	321-8880
Transition House	700 Asp Ave. #2	Programa de vivienda transitoria para adultos con enfermedad mental www.thouse.org	360-7926
Women's Sanctuary Day Shelter	425 Tonhawa	Mujeres/niños, lunes a viernes 8:30-4:00. Duchas, lavandería, computadora, área de juegos para niños, GED y ayuda con el manejo de casos	701-8293

TRANSPORTE

Care-A-Vans: normancareavans.org Transporte gratuito para personas sin hogar de Norman, lunes a viernes 8-5, según la disponibilidad de voluntarios. Entrega de comidas de lunes a jueves por la noche para personas sin refugio de Norman. Traslados entre refugios los fines de semana y días festivos.			Texto: 405-532-6436
Crosspoint CARs Ministry	2601 SE 24th	Reparaciones menores solo con cita. Debe presentar la solicitud en línea: https://forms.gle/13UrumiVUXEZCLgj9.	329-0823
First Baptist Church (bicicletas)	211 W Comanche	Residentes del condado de Cleveland. Se requiere identificación con foto (llame para hacer una cita)	321-1753
Kiwanis Cruiser (Agingservicesok.org)		60 años en adelante / menores de 60 si tienen una discapacidad, donación recomendada de $2.50/$5 ida y vuelta (lunes a viernes, 8:30-10:30 y 1-3). Miércoles de Walmart: reserve con 2 semanas de anticipación	321-3200
Lifespringnorman.com	600 W. Tecumseh	1.er sábado 10:00-11:00 a. m. (cantidad limitada de tarjetas de gasolina de $25). Se requieren licencia de conducir e identificación con foto	292-7770
Norman EMBARK: Embarkok.com/norman o descargue la aplicación de Embark. Servicio gratuito: lunes a viernes, 7 a. m.-10 p. m., sábado 10-7. Cerrado domingos y días festivos importantes			235-RIDE
EMBARK Plus (transporte de puerta a puerta para personas mayores/con discapacidades dentro de los límites de OKC). Si usa servicio TTY, marque 711 para reservar. Debe reservar con 1 a 7 días de anticipación			235-7587
Norman On-Demand: servicio de transporte para altas horas de la noche y domingos en el centro de Norman. Para horarios y precios, vea normanok.gov/residents-visitors/transit-parking/norman-demand. Regístrese con su correo electrónico de OU para viajes gratuitos y seguros: jueves/viernes/sábado 10 p. m. – 3:00 a. m.			
Sooner Ride (se requiere número de Medicaid)		Llame de 7 a. m. a 8 p. m. de lunes a sábado (3 días antes) o en línea en member.logisticare.com para citas médicas	877-404-4500
Los programas Sooner Care y Sooner Select ofrecen transporte que no es de emergencia mediante sus beneficios de valor agregado. Cada plan de salud tiene un número de Modivcare. Los miembros pueden llamar al número de Modivcare de su plan de salud o descargar la aplicación para solicitar transporte: Aetna Better Health of OK (877-718-4208); Humana Healthy Horizons in OK (877-718-4213); Oklahoma Complete Health (877-718-4212); Soonercare (877-404-4500)			
The Mission	2525 E. Lindsay	Vales de gasolina solo para citas médicas o entrevistas de trabajo, se requieren identificación y verificación de la cita	321-8880

Comuníquese con Mary Sallee en mksallee@icloud.com para informar de cualquier cambio, actualización o adición a la información de esta lista.

Para ver la versión más actualizada de esta lista, vaya a: https://mcfarlinumc.org/missions/if-you-need-help/

Esta es una traducción al español de la lista de recursos en inglés. Los horarios y los requisitos cambian con frecuencia; llame para confirmar los detalles antes de ir.