

Recursos y asistencia para el condado de New London, Connecticut

Un recurso comunitario gratuito preparado para personas que buscan ayuda práctica con alimentos, vivienda, calefacción, servicios públicos, necesidades familiares, atención médica, asistencia legal, empleo, servicios para adultos mayores y mucho más.

Actualizado el 24 de agosto de 2026

POR FAVOR, LEA ESTO PRIMERO

La Lista de Lisa es una guía de recursos comunitarios, no una publicación gubernamental. Los programas, fondos, requisitos, direcciones y horarios pueden cambiar. Llame o consulte el sitio web antes de trasladarse. Esta edición fue reconstruida y verificada con información vigente de agencias, municipios, el estado y 211 disponible en agosto de 2026.

Para obtener la información y las referencias más amplias y actualizadas en Connecticut, marque 2-1-1 o visite 211ct.org. 211 puede ayudarle a encontrar alimentos, refugio, asistencia para calefacción, servicios de salud mental y consumo de sustancias, transporte, cuidado infantil, recursos legales y muchos otros programas.

Nota de invierno: cuando se preparó esta edición, Connecticut aún no había publicado las fechas finales ni los montos de beneficios de CEAP para 2026-2027. Las formas de solicitar ayuda y los contactos de TVCCA que aparecen a continuación están vigentes; consulte las páginas actuales del estado y de TVCCA para conocer los detalles de la nueva temporada.

PARA PERSONAS Y PROFESIONALES DE LA COMUNIDAD

La Lista de Lisa está destinada a cualquier persona que busque asistencia en el condado de New London, así como a profesionales, voluntarios, cuidadores, educadores, miembros del clero y de la comunidad que ayuden a otras personas a encontrar recursos. Puede descargar, imprimir, compartir o distribuir esta lista libremente. La Lista de Lisa se ofrece sin costo.

COMIENCE AQUÍ

211 Connecticut

Marque 2-1-1 (en todo el estado) o visite el sitio web.

<https://www.211ct.org/>

Información y referencias gratuitas en todo el estado para alimentos, vivienda, servicios públicos, atención médica, salud mental, consumo de sustancias, servicios para jóvenes y familias, adultos mayores, transporte, servicios legales y más.

Connecticut Department of Social Services (DSS)

401 W. Thames St., Norwich, CT 06360 | 855-626-6632

<https://portal.ct.gov/dss>

Beneficios y servicios estatales, incluidos SNAP, Medicaid/HUSKY, asistencia en efectivo, atención médica y domiciliaria, servicios para familias y adultos mayores e información sobre asistencia energética.

TVCCA - Thames Valley Council for Community Action

New London: 83 Huntington St. | Norwich: 401 W. Thames St. | Principal: 860-889-1365

<https://www.tvcca.org/>

Agencia de acción comunitaria del condado de New London. Sus programas principales incluyen asistencia energética, prevención de la pérdida de vivienda y de la falta de hogar, WIC, nutrición para adultos mayores/Meals on Wheels, apoyo familiar, empleo y capacitación, y servicios comunitarios.

Servicios Humanos de su ciudad o pueblo

Comience por la oficina de servicios sociales o humanos de su propia ciudad o pueblo.

<https://www.211ct.org/>

Las oficinas municipales de servicios humanos suelen conocer fondos locales para alimentos, alquiler, calefacción, fiestas, transporte, adultos mayores, jóvenes y emergencias que no se anuncian ampliamente.

CALEFACCIÓN DE INVIERNO, SERVICIOS PÚBLICOS Y CLIMATIZACIÓN DEL HOGAR

Programa de Asistencia Energética de Connecticut (CEAP)

Las solicitudes del condado de New London se tramitan por medio de TVCCA. Línea de energía de TVCCA indicada actualmente por el estado: 860-425-6681 | Correo electrónico: ess@tvcca.org

<https://portal.ct.gov/dss/economic-security/winter-heating-assistance/energy-assistance---winter-heating>

Ayuda a los hogares que cumplen los requisitos con los costos de calefacción. La ayuda puede pagarse directamente a la compañía de servicios públicos o al proveedor de combustible; también puede haber ayuda adicional para combustibles entregados a domicilio y reparaciones del sistema de calefacción. Debe solicitarse cada año.

Al 24 de agosto de 2026 aún no se habían publicado las fechas ni los montos finales de beneficios para la temporada 2026-2027.

Asistencia energética de TVCCA

83 Huntington St., New London | 401 W. Thames St., Norwich | 860-425-6681

<https://www.tvcca.org/programs/energy-assistance-community-resource-hub/>

Puede solicitar CEAP por teléfono, internet, correo electrónico, correo postal o en persona. TVCCA también conecta a los hogares con recursos relacionados con energía y climatización del hogar.

Programa de Protección de Invierno de Connecticut

Comuníquese con su compañía de electricidad/gas o con una agencia de acción comunitaria para establecer su condición de dificultad económica o protección médica.

<https://portal.ct.gov/heatinghelp/home/winter-protection-program>

Los clientes que cumplen los requisitos por dificultad económica o protección médica están protegidos contra el corte de electricidad o gas del 1 de noviembre al 1 de mayo. Las protecciones médicas pueden ofrecer garantías adicionales. No suponga que la protección es automática; confirme el estado de su cuenta con la compañía.

Generation Power CT (antes Operation Fuel)

860-243-2345

<https://gpct.org/>

Asistencia de emergencia para energía y servicios públicos destinada a hogares de Connecticut que cumplen los requisitos de ingresos. Generation Power CT puede atender a hogares cuyos ingresos superan los límites de CEAP y también ofrece algunos programas de ayuda con el agua. Los períodos de solicitud y los fondos disponibles pueden ser limitados; verifique las fechas vigentes antes de solicitar.

Programa de Climatización del Hogar de Connecticut

Pregunte durante la solicitud de CEAP o llame al 2-1-1 para encontrar un centro local de inscripción.

<https://portal.ct.gov/deep/energy/weatherization/weatherization-in-connecticut>

Los hogares que cumplen los requisitos de ingresos pueden recibir mejoras para ahorrar energía, como sellado de fugas de aire, aislamiento y trabajos en el sistema de calefacción. Connecticut utiliza los mismos criterios de ingresos que CEAP y da prioridad a los hogares vulnerables.

Planes de pago y descuentos para hogares de bajos ingresos

Comuníquese directamente con su compañía de servicios públicos.

<https://portal.ct.gov/pura/consumer-services/payment-assistance-programs>

Los programas pueden incluir descuentos en las tarifas eléctricas para hogares de bajos ingresos, programas de pagos equivalentes o para deudas atrasadas, acuerdos de pago flexibles, protección médica y protección contra cortes durante el invierno. Los acuerdos flexibles para clientes residenciales pueden distribuir ciertas deudas atrasadas hasta en 18 meses.

Project Warm-Up - United Way of Southeastern Connecticut

860-464-3325

<https://www.uwsect.org/project-warm>

Ayuda de emergencia para calefacción destinada a hogares del sureste de Connecticut que atraviesan una crisis de corto plazo después de haber agotado otras opciones. Puede ayudar con petróleo, gas natural, calefacción eléctrica y leña. United Way lo describe como un programa de último recurso para hogares que pueden quedar fuera de otros criterios de asistencia; los fondos son limitados.

Pawcatuck Neighborhood Center - Ayuda para calefacción y servicios públicos

27 Chase St., Pawcatuck | 860-599-3285 | Asistencia para calefacción: ext. 108

<https://pawcatuckneighborhoodcenter.org/>

Atiende a residentes de Stonington, Pawcatuck, Mystic, North Stonington y zonas cercanas dentro de su área de servicio. Ofrece ayuda con combustible y servicios públicos según cada caso y puede orientar a los residentes hacia otros programas de calefacción. El centro también ofrece alimentos, artículos para el hogar, pañales y suministros para mascotas, servicios para adultos mayores y ayuda estacional para las fiestas.

Ayuda para calefacción de invierno en Waterford

Waterford Human Services: 860-444-5848 | Recreation & Parks: 860-444-5881

<https://www.waterfordct.org/>

Waterford Human Services programa citas locales para la asistencia energética de TVCCA. Waterford también ofreció un programa gratuito de entrega de leña para adultos mayores que cumplieran los requisitos durante el invierno 2025-2026; quienes calientan su hogar con leña deben comunicarse con Recreation & Parks para preguntar si el programa volverá a ofrecerse en 2026-2027.

ALIMENTOS, DESPENSAS Y COMIDAS GRATUITAS

Verificado y actualizado el 24 de agosto de 2026. Los horarios y las ubicaciones de las despensas móviles pueden cambiar; llame o consulte el sitio web indicado antes de trasladarse.

Recursos del área de Groton

Groton Human Services Food Locker

2 Fort Hill Rd., Groton

860-441-6760

Lunes a viernes, 8:30 a. m.-4:30 p. m.

Para residentes de Groton que atraviesan una emergencia alimentaria; comuníquese con Human Services para solicitar ayuda.

Malta Outreach
20 Grove Ave., Groton
860-373-3975

<https://www.maltaoutreach.org/>

Malta continúa recolectando, preparando y distribuyendo alimentos mediante actividades de alcance comunitario en Groton, New London, Pawcatuck y Norwich. Llame para obtener información actual sobre ayuda alimentaria y actividades de alcance.

St. John's Christian Church - United Way Mobile Food Pantry
346 Shennecossett Rd., Groton
860-464-3327

Cuarto viernes de cada mes, 12:30-2:30 p. m.
Servicio desde el automóvil; programa gratuito.

Groton Community Meals (dos ubicaciones)

Lunes, 6-7 p. m.: Thrive 55+ (Groton Senior Center), 102 Newtown Rd., Groton

Miércoles, 6-7 p. m.: Thames River Magnet School, 250 Brandegee Ave., Groton

Todos son bienvenidos; los menores de 18 años deben estar acompañados por un adulto.

<https://www.grotonmeals.org/>

Linda C. Davis Food Pantry
741 Colonel Ledyard Highway, Ledyard
860-464-3222

La despensa sigue activa. Llame a Ledyard Social Services para conocer los horarios actuales de distribución y los requisitos.

Groton Congregational Church Community Meals

162 Monument St., Groton, CT

860-445-7409

<https://www.grotonucc.org/>

Comida gratuita los sábados, de 12-1 p. m. (puede haber excepciones por días festivos o fines de semana). Todos son bienvenidos.

Recursos del área de New London

New London Area Food Pantry
110 Garfield Ave., New London, CT
860-443-6680

<https://www.newlondonareafoodpantry.org/>

Lunes, 12:30-2:30 p. m.

Jueves, 9:30-11:30 a. m.

No se necesita cita; se realiza una inscripción sencilla. Puede haber entrega a domicilio para personas con discapacidades, adultos mayores o quienes no tengan transporte.

New London Community Meal Center (DINE)

12 Montauk Ave., New London, CT

860-444-7745

Almuerzo: lunes a viernes, 12-1 p. m.; tercer, cuarto y quinto sábado, 12-1 p. m.

Cena: lunes a viernes y domingo, 5-6 p. m.

Abierto a todos.

New London Salvation Army
11 Governor Winthrop Blvd., New London
860-443-6403

Despensa de alimentos: martes y jueves, 10 a. m.-12 p. m.

Con cita previa; se puede recibir comida cada dos semanas.

Alliance for Living - Essentials for Life Food Pantry
154 Broad St., New London, CT
860-447-0884

La despensa sigue activa. Los horarios actuales de recursos alimentarios de New London indican distribución los miércoles; llame a Alliance para confirmar los requisitos y el horario antes de ir.

Catholic Charities - New London
Despensa de alimentos de emergencia
28 Huntington St., New London, CT
860-443-5328
<https://www.ccfns.org/>

Lunes a viernes con cita previa. La guía regional vigente de asistencia alimentaria no indica restricciones de residencia.

City of New London Senior Food Assistance
New London Senior Center
120 Broad St., New London, CT
860-447-5232

Para residentes de New London de 60 años o más. La ciudad ofrece actualmente asistencia alimentaria para adultos mayores y servicios de cafetería comunitaria. Llame para confirmar el horario actual de despensa o distribución antes de ir.

Church of the City Community Meal
Se sirve en New London Community Meal Center, 12 Montauk Ave., New London
860-447-0388
Sábado, 5-6 p. m.
Abierto a todos.

Food to the People - FRESH New London
The Place, 75 Garfield Ave., New London, CT
860-917-5508
<https://freshnewlondon.org/>
Viernes, 9 a. m.-12 p. m. y 3-7 p. m.
Abierto a todos. (Este programa figuraba anteriormente como "Food for the People" en 74 Garfield Ave.)

Montville Union Baptist Church Food Pantry
279 Route 163 (Oakdale Rd.), Montville, CT
860-705-8578 / 860-848-3570
Segundo y cuarto sábado de cada mes, 9-11 a. m.
Servicio desde el automóvil; abierto a todos. La inscripción se realiza en el lugar.

Lord's Pantry at St. James Episcopal Church
76 Federal St., New London, CT
860-443-4989
<https://www.stjamesnl.org/>
Miércoles, 10 a. m.-12:30 p. m.
Atiende a residentes del condado de New London.

Shiloh Baptist Church Food Pantry
3 Garvin St., New London, CT 06320
860-442-4894 ext. 110
La despensa sigue activa. Los horarios actuales de la ciudad indican distribución semanal; llame a Shiloh para confirmar el día, la hora y los detalles de inscripción antes de ir.

Shekinah Haitian SDA Church
60 Huntington St., New London, CT
860-367-4730

Despensa de alimentos: sábado, 1:30-2 p. m.
Abierto a todos.

United Way Mobile Food Pantry - New London

La distribución móvil en New London continúa el cuarto miércoles del mes a las 4:30 p. m. Las ubicaciones pueden cambiar; consulte el horario actual de United Way antes de trasladarse.

860-464-3327

<https://www.uwsect.org/calendar>

Whalers Helping Whalers

New London Elks Lodge, 81 Washington St., New London, CT

203-589-7966

<https://whalershelpingwhalers.org/>

Sábado, 11 a. m.-1 p. m.

Despensa con selección de alimentos y comida caliente; el programa sigue activo.

Waterford Community Food Bank

200 Boston Post Rd., Waterford

860-444-5848

<https://www.waterfordct.org/>

Asistencia alimentaria para residentes de Waterford. Despensa donde el cliente puede elegir productos y bolsas especiales de alimentos. Llame para programar una cita o solicitar información actual.

Recursos del área de Norwich

St. Vincent de Paul Place

120 Cliff St., Norwich, CT 06360

860-889-7374

<https://www.svdpp.org/>

Despensa: lunes 9:30 a. m.-12 p. m. y 1-3 p. m.; miércoles 9:30 a. m.-12 p. m. y 1-3 p. m.; sábado 9 a. m.-12 p. m. Los clientes pueden recibir alimentos una vez por semana.

Comedor: desayuno 8-10 a. m.; almuerzo 11:30 a. m.-1 p. m., lunes a sábado. Todos son bienvenidos a las comidas.

Catholic Charities - Norwich

331 Main St., Norwich, CT

860-889-8346

Despensa con cita previa, lunes a viernes. La guía regional vigente de United Way no indica restricciones.

Easterseals Veterans Rally Point

24 Stott Ave., Norwich, CT

860-859-4148

Despensa y comidas para miembros de Veterans Rally Point; el personal militar en servicio activo y los veteranos pueden hacerse miembros. Llame para obtener detalles actuales de la despensa.

Eglise Evangelique Psaumes 23 - Feed the Sheep Food Pantry

134 Boswell Ave., Norwich, CT

860-574-0682

La despensa sigue activa. Llame antes para confirmar los detalles actuales de distribución.

El Shaddai Worship Center

156 North Main St., Norwich, CT

860-710-4026

Asistencia alimentaria mediante entrega; llame para concertar una cita.

Rosalyn Allen Food Pantry / UCFS

47 Town St., Norwich, CT

860-822-4147

Bolsas de alimentos no perecederos y distribuciones de despensa móvil. Sin restricciones; llame o consulte UCFS para conocer las fechas actuales de la despensa móvil.

Lee Memorial United Methodist Church - Community Outreach Center
294 Washington St., Norwich, CT
860-822-6595

Distribución semanal de alimentos. Llame para consultar el horario actual.

Madonna Place
240 Main St., Norwich, CT
860-886-6600

Asistencia alimentaria para familias como parte de sus servicios de apoyo familiar. Llame para conocer la disponibilidad y los requisitos actuales.

The Salvation Army - Norwich
425 W. Main St., Suite 110, Norwich, CT
860-559-2245

Despensa donde el cliente puede elegir alimentos. Escriba a norwichfoodpantry@use.salvationarmy.org o llame para conocer el horario actual de distribución.

United Way Mobile Food Pantry - CT State Community College Three Rivers
574 New London Turnpike, Norwich, CT
860-464-3327

Distribución móvil mensual de alimentos; no se requiere inscripción. Consulte el calendario actual de United Way porque las fechas pueden cambiar alrededor de los días festivos.

St. Mark Lutheran Church - Community Meal
248 Broadway, Norwich, CT

Comida comunitaria gratuita todos los domingos durante todo el año; se sirve a toda persona que llegue. Llame o consulte con la iglesia para confirmar el horario antes de ir.

Sacred Heart Church Food Pantry
52 W. Town St., Norwich, CT
860-887-1030

La despensa sigue activa; llame para confirmar el horario antes de ir.

Loving Hands of Southeastern, CT

5 Lorenz Industrial Parkway, Ledyard, CT | kimgrillo30@gmail.com

Horario de la despensa: jueves, 10 a. m.-4 p. m., y sábado, 11 a. m.-4 p. m., además de dos días rotativos cada semana.

Ofrece alimentos, ropa, artículos de higiene personal, tiendas de campaña y sacos de dormir. Como los dos días adicionales cambian cada semana, comuníquese directamente con Loving Hands para conocer el horario semanal actual.

ATENCIÓN MÉDICA, DENTAL Y DE SALUD GRATUITA O DE COSTO REDUCIDO

No suponga que no tener seguro significa que no puede consultar a un médico o dentista. Los centros de salud comunitarios atienden a pacientes con seguro, sin seguro o con cobertura insuficiente y pueden ofrecer descuentos según una escala móvil basada en los ingresos del hogar y el tamaño de la familia. Al pedir una cita, pregunte específicamente por la asistencia financiera o el programa de tarifas ajustables.

Community Health Center, Inc. (CHC) - New London

1 Shaws Cove, New London, CT 06320 | 860-447-8304

<https://www.chc1.com/>

Centro de salud comunitario con calificación federal que ofrece atención médica primaria y otros servicios de salud. CHC acepta pacientes independientemente de su seguro y ofrece un programa de descuentos según una escala móvil para quienes cumplen los requisitos, basado en ingresos y tamaño de la familia. Pregunte en la oficina por los servicios actuales de medicina, odontología, salud conductual y pruebas.

Community Health Center, Inc. (CHC) - Groton

481 Gold Star Hwy., Groton, CT 06340 | 860-446-8858

<https://www.chc1.com/>

Atención en un centro de salud comunitario con opciones de tarifas ajustables para pacientes elegibles sin seguro o con cobertura insuficiente. Los servicios actuales incluyen atención primaria y salud conductual; pregunte por la disponibilidad actual de pruebas gratuitas de VIH y Hepatitis C.

UCFS Healthcare - Edward & Mary Lord Family Health Center

47 Town St., Norwich, CT 06360 | 860-892-7042

<https://www.ucfshealthcare.org/>

UCFS ofrece atención médica independientemente de la capacidad de pago del paciente. Hay una escala de tarifas ajustables para pacientes elegibles sin seguro o con cobertura insuficiente, basada en ingresos del hogar y tamaño de la familia. Los servicios incluyen atención primaria para adultos y niños, salud de la mujer, odontología, salud conductual y otros servicios integrados.

UCFS Healthcare - New London

351 North Frontage Rd., Suite 24, New London, CT 06320 | 860-442-4319

<https://www.ucfshealthcare.org/>

Ofrece atención médica primaria y servicios relacionados, con opciones de asistencia financiera y tarifas ajustables de UCFS para pacientes que cumplen los requisitos.

UCFS Healthcare - Griswold

226 East Main St., Griswold, CT 06351 | 860-376-7040

<https://www.ucfshealthcare.org/>

Ofrece atención médica primaria y servicios relacionados, con opciones de asistencia financiera y tarifas ajustables de UCFS para pacientes que cumplen los requisitos.

Generations Family Health Center - Norwich

330 Washington St., Norwich, CT 06360 | 860-885-1308

<https://genhealth.org/>

Centro de salud con calificación federal que atiende a pacientes con seguro, sin seguro y con cobertura insuficiente. Generations ofrece descuentos según una escala móvil para pacientes que cumplen los requisitos. La sede de Norwich ofrece actualmente atención médica primaria y servicios de apoyo. Generations también ofrece odontología y salud conductual en otras sedes y mediante programas regionales; llame para preguntar qué sede o servicio corresponde a sus necesidades.

ATENCIÓN MÉDICA PARA NIÑOS Y EN LAS ESCUELAS

Child & Family Agency of Southeastern Connecticut opera centros de salud escolares y otros programas de salud y salud conductual. Los servicios de salud en las escuelas no tienen costo directo para las familias; cuando corresponde, se puede facturar al seguro, pero las familias no pagan copagos ni deducibles por esos servicios. CFA también ofrece un programa de tarifas ajustables para clientes elegibles sin seguro o con cobertura insuficiente.

Child & Family Agency: 7 Vauxhall St., New London, CT 06320 | 860-437-4550

<https://www.childandfamilyagency.org/>

EXÁMENES Y PRUEBAS GRATUITOS O DE BAJO COSTO

Programa de Detección Temprana del Cáncer de Mama y Cuello Uterino de Connecticut

Las mujeres elegibles sin seguro o con cobertura insuficiente pueden recibir exámenes gratuitos para detectar cáncer de mama y de cuello uterino a través de proveedores participantes, incluido UCFS. Los exámenes pueden incluir evaluación clínica de los senos, mamografías y pruebas de Papanicolaou. Se aplican requisitos; comuníquese con UCFS o con el Departamento de Salud Pública de Connecticut para conocer los criterios actuales.

Pruebas gratuitas de VIH / Hepatitis C

Community Health Center, Inc. y otras organizaciones locales de salud pública y comunitarias ofrecen periódicamente pruebas gratuitas de VIH y/o Hepatitis C. Como los lugares y horarios pueden cambiar, llame a CHC o marque 2-1-1 para encontrar el sitio gratuito más cercano disponible actualmente.

AYUDA PARA OBTENER SEGURO MÉDICO

UCFS Access to Care / Inscripción en seguros

860-822-4798

<https://www.ucfshealthcare.org/>

Los especialistas de UCFS Access to Care ofrecen ayuda gratuita para evaluar requisitos y solicitar programas como HUSKY Health/Medicaid y cobertura a través de Access Health CT. También pueden ayudar a identificar otros recursos de salud y comunitarios. Llame para pedir una cita.

Access Health CT

1-855-805-4325

<https://www.accesshealthct.com/>

Mercado oficial de seguros médicos de Connecticut. Ofrece ayuda para inscribirse y determina si la persona cumple los requisitos para recibir ayuda financiera con planes de salud calificados. La solicitud también puede identificar elegibilidad para HUSKY/Medicaid.

IMPORTANTE

Los programas de tarifas ajustables no significan atención gratuita para todas las personas. Los cargos dependen del programa, los ingresos del hogar, el tamaño de la familia y los servicios recibidos. Pregunte siempre qué documentos necesita y cuál será el costo estimado antes de la visita. Si tiene una emergencia médica, llame al 911 o acuda al departamento de emergencias más cercano, independientemente de su capacidad de pago.

VIVIENDA, PERSONAS SIN HOGAR Y REFUGIOS

New London Homeless Hospitality Center (NLHHC)

325 Huntington St., New London

<https://www.nlhhc.org/>

Punto regional de entrada para adultos solteros que recientemente se encuentran sin hogar en el condado de New London. El refugio nocturno funciona todo el año; en invierno NLHHC añade una opción de emergencia durante heladas. También hay servicios diurnos sin cita. Llame al 2-1-1 para acceder al sistema coordinado de refugios y referencias.

Housing Resource Center / NLHHC

New London | City Human Services: 860-447-5284

<https://newlondonct.gov/human-services>

Orientación y asesoramiento de vivienda para personas que enfrentan desalojo, pérdida de vivienda o inestabilidad habitacional. La ciudad de New London dirige actualmente a los residentes al Homeless Hospitality Center/Housing Resource Center para estos servicios.

Covenant Shelter of New London

42 Jay St., New London | 860-443-0537

<https://www.covenantshelternl.org/>

Refugio de emergencia enfocado en ayudar a los huéspedes a avanzar hacia una vivienda estable. Comuníquese primero con 2-1-1 para una referencia coordinada al refugio.

Always Home

119 High St., Mystic | 860-245-0222

<https://www.alwayshome.org/>

Servicios de estabilidad de vivienda para familias del este de Connecticut con hijos menores, con énfasis en prevenir la falta de hogar y mantener a las familias en sus viviendas. Comuníquese con 2-1-1 cuando necesite acceso a vivienda de emergencia.

Thames River Community Service

Norwich | 860-887-3288

<https://trfp.org/>

Vivienda y servicios de apoyo para familias y personas sin hogar, con manejo de casos y apoyo para la vida independiente. Comuníquese con 2-1-1 para acceder a los servicios regionales para personas sin hogar.

TVCCA Housing & Homelessness Prevention

Norwich: 860-889-1365

<https://www.tvcca.org/>

Los orientadores de vivienda pueden ayudar a hogares que enfrentan desalojo o pérdida de vivienda a explorar opciones, mediación, posibles fuentes de fondos y otros recursos de vivienda.

AYUDA ESTACIONAL, ABRIGOS Y ASISTENCIA PARA LAS FIESTAS

Los programas para las fiestas abren y cierran rápidamente. Solicite ayuda con anticipación y confirme las fechas actuales de inscripción directamente con la agencia. Los programas pueden tener requisitos de residencia, ingresos, edad o inscripción previa.

Tommy Toy Program - United Way of Southeastern Connecticut

<https://www.uwsect.org/tommytoy>

Ofrece regalos para las fiestas a niños de 0 a 12 años en los condados de New London y Windham que, de otro modo, podrían recibir pocos o ningún juguete. Al 24 de agosto de 2026, United Way aún no había anunciado las fechas de inscripción o recogida de 2026. Consulte la página del programa a principios del otoño en lugar de depender de fechas de años anteriores.

Care & Share of East Lyme - Holiday Support

12 Roxbury Rd., Niantic | 860-739-8502

<https://www.careandshareofel.org/holiday-support.html>

Para los clientes de Care & Share, la Holiday Store suele funcionar desde principios de noviembre hasta mediados de diciembre y ofrece ropa abrigada de invierno, canastas de alimentos para las fiestas, juguetes y regalos. Care & Share también brinda asistencia financiera de emergencia que puede incluir servicios públicos, alquiler, combustible para calefacción o copagos médicos.

Pawcatuck Neighborhood Center - Holiday Assistance

27 Chase St., Pawcatuck | 860-599-3285

<https://pawcatuckneighborhoodcenter.org/>

La ayuda estacional incluye canastas de alimentos para Acción de Gracias y Navidad y juguetes para las fiestas destinados a hogares dentro del área de servicio del centro. Comuníquese con el centro para conocer los requisitos y plazos de inscripción de 2026.

Norwich Holiday Assistance

Norwich Human Services: 860-823-3778 | Youth & Family Services: 860-823-3782

<https://www.norwichct.gov/708/Resources>

Norwich Human Services incluye ayuda con los gastos de las fiestas entre sus servicios para residentes. Norwich Youth & Family Services también ofrece un programa de regalos para familias de bajos ingresos; el proceso de solicitud suele comenzar alrededor del 1 de noviembre. Confirme las fechas de 2026 directamente con la ciudad.

HIGIENE PERSONAL, ROPA Y NECESIDADES BÁSICAS

Estos programas pueden ayudar con artículos de higiene, duchas, lavandería, ropa, pañales, productos menstruales, artículos para el hogar y otras necesidades cotidianas. Los suministros y los requisitos pueden cambiar, por lo que conviene llamar antes cuando sea posible.

St. Vincent de Paul Place

120 Cliff St., Norwich, CT 06360 | 860-889-7374

<https://www.svdpp.org/>

Además de alimentos, ofrece ayuda con necesidades básicas. Puede incluir artículos de higiene personal, una ducha privada, ropa de invierno, ropa y pañales para niños, artículos esenciales para el hogar y productos para mascotas. La disponibilidad varía.

Montville Senior & Social Services - Hygiene, Clothing & Pet Food Banks

310 Norwich-New London Tpke., Uncasville, CT 06382 | 860-848-8820

<https://www.townofmontville.org/>

Los residentes de Montville pueden preguntar por el Hygiene Bank, que suele tener jabón, champú, pasta dental y papel higiénico. El departamento también opera un banco estacional de ropa, un programa de ropa para entrevistas de trabajo y un banco de alimento para mascotas. Los artículos de higiene son limitados y por lo general requieren cita; llame para conocer la disponibilidad actual.

Malta, Inc.

20 Grove Ave., Groton, CT 06340 | 860-373-3975

<https://www.maltaoutreach.org/>

Atiende a personas sin hogar o en riesgo de quedarse sin vivienda en el sureste de Connecticut. Malta distribuye ropa y artículos de primera necesidad y trabaja estrechamente con New London Homeless Hospitality Center. El centro informa que Malta visita regularmente con ropa y, en ocasiones, puede ayudar a localizar artículos específicos como botas de trabajo, botas de invierno y abrigos. Comuníquese con Malta para conocer la disponibilidad actual de artículos de higiene y ropa.

New London Homeless Hospitality Center - Daytime Hospitality Center

325 Huntington St., New London, CT 06320 | 860-439-1573

<https://www.nlhhc.org/>

El Daytime Hospitality Center ofrece apoyo práctico a personas sin hogar, incluidas duchas, lavandería, baños y prendas básicas. El refugio también mantiene artículos de higiene y otras necesidades de emergencia para sus huéspedes. Los servicios diurnos suelen estar disponibles los siete días de la semana; llame para conocer las condiciones actuales de acceso.

Covenant Shelter of New London

42 Jay St., New London, CT 06320 | 860-443-0537

<https://www.covenantshelternl.org/>

Para los huéspedes del refugio, Covenant proporciona necesidades básicas como productos de higiene, pañales y ropa, además de vales para lavandería. Los trabajadores de casos también pueden ayudar con necesidades puntuales, como uniformes de trabajo y muebles para el hogar. Se aplican requisitos de acceso al refugio.

Safe Futures - Hope Shoppe / Client Basic Needs

16 Jay St., New London, CT 06320 | 24/7 Confidential Hotline: 860-701-6001

<https://safefuturesct.org/>

Para personas que reciben servicios de Safe Futures por violencia doméstica, agresión sexual, acoso, trata u otros abusos relacionados. Los artículos donados pueden incluir productos de cuidado personal, champú y acondicionador, gel de baño, artículos de afeitado, productos menstruales, pañales/Pull-Ups, papel higiénico, toallas de papel, productos de limpieza y lavandería. Los servicios son gratuitos y confidenciales.

Operation Fresh Start Inc.

New London County | Community-based nonprofit

<https://www.operationfreshstartinc.com/>

Ayuda a familias con niños del condado de New London que atraviesan una crisis. Según las donaciones y las necesidades actuales, la ayuda ha incluido pañales, toallitas para bebés, artículos de higiene, pijamas, necesidades infantiles, artículos para el hogar, útiles escolares y regalos para las fiestas. Comuníquese con la organización para conocer el procedimiento y la disponibilidad actuales.

Catholic Charities - Emergency Basic Needs

Norwich: 860-889-8346 ext. 265 | New London: 860-443-5328 ext. 12

<https://www.ccfns.org/Services/Emergency-Basic-Needs>

Ofrece asistencia de emergencia para necesidades básicas y manejo de casos. Los servicios actuales incluyen alimentos, ropa o vales de ropa cuando están disponibles, refugio o ayuda con el alquiler cuando está disponible, servicios públicos, ayuda con medicamentos recetados y transporte de emergencia. Llame a la oficina correspondiente para conocer los requisitos y la disponibilidad.

The Drop-In Learning Center - Family Resource Center

76 Federal St., New London, CT 06320 | 860-442-4466

<https://www.dropinlearningcenter.org/family-resource-center>

Ofrece apoyo mediante recursos familiares que puede incluir ropa, vales de alimentos, entrega de artículos necesarios, referencias, apoyo familiar y defensa de derechos. Comuníquese con el centro para preguntar qué ayuda material está disponible actualmente.

St. James Episcopal Church - Jumble Shoppe

76 Federal St., New London, CT 06320 | 860-443-4989

<https://www.stjamesnl.org/>

Recurso comunitario de ropa. St. James informa que puede proporcionar ropa gratuita a personas con necesidades especiales, incluidas personas sin hogar y quienes necesitan vestimenta adecuada para trabajar. New London Homeless Hospitality Center también deriva donaciones de ropa y huéspedes a Jumble Shoppe.

Loving Hands of Southeastern, CT

5 Lorenz Industrial Parkway, Ledyard, CT | kimgrillo30@gmail.com

Además de su despensa de alimentos, Loving Hands ofrece ropa, artículos de higiene personal, tiendas de campaña y sacos de dormir. La despensa abre los jueves de 10 a. m.-4 p. m. y los sábados de 11 a. m.-4 p. m., además de dos días rotativos cada semana. Comuníquese con la organización para conocer el horario rotativo actual y la disponibilidad de artículos que no sean alimentos.

PAÑALES, PRODUCTOS MENSTRUALES Y SUMINISTROS PARA LA INCONTINENCIA

Estos productos no están cubiertos por SNAP. La disponibilidad puede depender de la inscripción, la edad, el lugar de residencia y las existencias.

New London Youth Affairs - Diaper Bank

1 Recreation Way, New London, CT 06320 | Ayuda con la inscripción: 959-242-4818

<https://www.newlondonyouthaffairs.org/DiaperBank.php>

Con el apoyo de The Diaper Bank of Connecticut. Las familias de New London pueden inscribirse en el programa y, una vez inscritas, recibir pañales mensualmente. La inscripción está disponible por internet; el personal también puede ayudar por teléfono.

The Diaper Bank of Connecticut - Distribution Network

203-934-7009

<https://thediaperbank.org/>

La red estatal de distribución de pañales conecta a las personas con organizaciones comunitarias que proporcionan pañales para bebés y niños pequeños, productos menstruales y productos para la incontinencia de adultos o jóvenes. Use el buscador actual de la red o llame a la organización para encontrar el participante más cercano, ya que las ubicaciones pueden cambiar.

AYUDA PARA EQUIPAR EL HOGAR DESPUÉS DE HABER ESTADO SIN VIVIENDA

New London Homeless Hospitality Center también ayuda a clientes que acaban de conseguir vivienda con artículos básicos para instalarse. Su programa Welcome Home identifica necesidades como toallas, papel higiénico, pañuelos, champú, jabón, cepillos y pasta dental, rasuradoras, desodorante, detergente para ropa, detergente para platos, productos de limpieza, artículos básicos de cocina y ropa de cama. Esta ayuda está vinculada a sus programas de vivienda y personas sin hogar, no a una despesa general abierta al público.

APOYO PARA NIÑOS, FAMILIAS Y EMBARAZO

Safe Futures

16 Jay St., New London | línea confidencial 24/7: 860-701-6001 | oficina de Norwich: 107 Lafayette St.

<https://safefuturesct.org/>

Servicios gratuitos y confidenciales para personas afectadas por violencia doméstica, agresión sexual, acoso, trata, abuso de adultos mayores o abuso infantil. Incluyen apoyo en crisis, refugio de emergencia/hoteles seguros, consejería, defensa ante los tribunales, vivienda transitoria o de apoyo y defensa para niños y familias.

Madonna Place

240 Main St., Norwich | 860-886-6600

<https://www.madonnaplace.org/>

Family Support Center, Fatherhood Initiative y visitas domiciliarias Great Beginnings. Apoya a familias del este de Connecticut con niños menores de 14 años; las necesidades de emergencia pueden incluir pañales, toallitas, fórmula y otros recursos familiares.

Child and Family Agency of Southeastern Connecticut

7 Vauxhall St., New London | 860-437-4550

<https://www.childandfamilyagency.org/>

Atención médica y de salud mental, educación para la primera infancia, centros de recursos familiares, apoyo para padres y familias y un Urgent Crisis Center para niños y adolescentes. Los servicios de Family Resource Center están disponibles sin costo para familias del condado de New London.

Catholic Charities - Emergency Basic Needs

New London: 860-443-5328 ext. 12 | Norwich: 860-889-8346 ext. 265

<https://www.ccfns.org/Services/Emergency-Basic-Needs>

La ayuda de emergencia puede incluir alimentos, refugio o asistencia con el alquiler cuando esté disponible, vales de ropa, servicios públicos, medicamentos recetados, transporte de emergencia, manejo de casos y referencias.

WIC - Women, Infants & Children (TVCCA)

New London: 860-425-6620 | Norwich: 860-425-6562

<https://www.tvcca.org/>

Apoyo nutricional, beneficios para alimentos saludables, apoyo para la lactancia y referencias para personas embarazadas o en posparto, bebés y niños pequeños que cumplen los requisitos.

Connecticut Diaper Bank

203-934-7009

<https://thediaperbank.org/>

Apoyo estatal con pañales, productos menstruales y productos para la incontinencia mediante organizaciones asociadas. Use el sitio web para encontrar participantes actuales y conocer los requisitos.

SALUD, SALUD MENTAL Y SERVICIOS PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS

UCFS Healthcare

New London: 351 North Frontage Rd. | 860-442-4319; Norwich: 47 Town St. | 860-892-7042

<https://www.ucfshealthcare.org/>

Atención primaria, pediatría, salud de la mujer, geriatría, odontología, salud conductual, tratamiento asistido con medicamentos, manejo de casos, farmacia y otros servicios. Hay opciones de tarifas ajustables para pacientes sin seguro o con cobertura insuficiente.

Sound Community Services

21 Montauk Ave., New London | 860-439-6400

<https://soundcommunityservices.org/>

Servicios de salud conductual y consumo de sustancias, incluida atención clínica, manejo de casos, servicios residenciales y apoyo de rehabilitación social. Llame para iniciar el proceso de admisión.

Reliance Health

2 Cliff St., Norwich | crisis/mobile outreach: 860-886-9302

<https://www.reliancehealthinc.org/>

Programas comunitarios de salud mental, vivienda con apoyo, recursos de vivienda, apoyo educativo y laboral, alcance a personas sin hogar y coordinación de servicios. Llame a la agencia para conocer los requisitos actuales de admisión o referencia.

Southeastern Mental Health Authority (SMHA)

401 W. Thames St., Norwich | Principal: 860-859-4500 | Mobile Outreach/Crisis: 860-886-9302

<https://portal.ct.gov/dmhas/smha>

Servicios estatales de salud conductual para adultos del condado de New London y localidades cercanas, incluidos manejo de casos, atención ambulatoria, intervención en crisis y servicios orientados a la recuperación.

SCADD - Southeastern Council on Alcoholism and Drug Dependence

860-886-2495

<https://www.scadd.org/>

Tratamiento para el consumo de sustancias, incluidos servicios ambulatorios, desintoxicación y tratamiento residencial. Comuníquese con SCADD o 2-1-1 para conocer las ubicaciones actuales y la información de admisión.

Alliance for Living

154 Broad St., New London | 860-447-0884

<https://www.allianceforliving.org/>

Servicios para personas afectadas por VIH/SIDA, falta de vivienda y consumo de sustancias, incluidos manejo de casos, apoyo de vivienda, pruebas, apoyo nutricional y una dispensa de alimentos.

SERVICIOS PARA ADULTOS MAYORES Y PERSONAS CON DISCAPACIDADES

Connecticut Aging & Disability Services

860-424-5055 | 800-537-2549

<https://portal.ct.gov/ads>

Programas e información estatales para apoyar a adultos mayores y personas con discapacidades, incluida orientación sobre beneficios, servicios de empleo/discapacidad y recursos para el envejecimiento.

Connecticut Home Care Program for Elders (CHCPE)

DSS Community Options: utilice la información de referencia actual en la página estatal.

<https://portal.ct.gov/dss/health-and-home-care/community-options/connecticut-home-care-program-for-elders>

Ayuda a adultos elegibles de 65 años o más que están en riesgo de necesitar un hogar de ancianos a permanecer en su hogar mediante servicios como manejo de casos, ayuda doméstica o de acompañante, comidas, atención diurna para adultos, cuidado personal y tecnología de asistencia.

TVCCA Senior Nutrition / Meals on Wheels

860-886-1720

<https://www.tvcca.org/>

Comidas entregadas a domicilio y comidas comunitarias para adultos mayores elegibles de la región. Llame para conocer los requisitos y el área de servicio actual.

Groton Human Services - Senior Assistance

2 Fort Hill Rd., Groton | 860-441-6760

<https://www.groton-ct.gov/>

Groton Human Services ofrece manejo de casos y ayuda con alimentos, vivienda, energía, finanzas, recursos para veteranos y otras necesidades, incluidos servicios para adultos mayores.

New London Senior Center

120 Broad St., New London | 860-447-5232

<https://newlondonct.gov/>

Programas y referencias locales para adultos mayores. Llame para conocer los servicios actuales de despensa, comidas, ayuda con beneficios y servicios estacionales.

SERVICIOS LEGALES

Connecticut Legal Services - New London

125 Eugene O'Neill Dr., New London | 860-447-0323

<https://ctlegal.org/>

Asistencia legal civil para residentes de bajos ingresos que cumplen los requisitos en áreas como vivienda, derecho familiar, beneficios públicos, derecho de adultos mayores, niños e inmigración.

Statewide Legal Services Hotline

1-800-453-3320 | Text APPLY to 860-300-3845

<https://ctlegal.org/get-help/>

Solicite asistencia legal civil gratuita y será conectado con el proveedor de ayuda legal correspondiente. Connecticut Legal Services dirige a muchos solicitantes a este sistema estatal de admisión.

EDUCACIÓN, CAPACITACIÓN LABORAL Y EMPLEO

New London Adult & Continuing Education

3 Shaw's Cove, New London | 860-437-2385

<https://www.newlondonadulthood.org/>

Educación básica para adultos, opciones para GED o diploma de escuela secundaria, aprendizaje de inglés, preparación para la ciudadanía, capacitación laboral y programas de enriquecimiento para New London y localidades asociadas.

OIC of New London County

106 Truman St., New London | 860-447-1731

<https://www.oicnlc.org/>

Capacitación y habilidades laborales, consejería de apoyo y servicios de reinserción, con énfasis en ayudar a residentes de bajos ingresos a avanzar hacia el empleo y la autosuficiencia.

American Job Center / TVCCA Employment & Training

Montville: 860-848-5240

<https://www.tvcca.org/>

Asistencia para empleo y capacitación. Llame para conocer talleres actuales, servicios de búsqueda de empleo, programas de capacitación y requisitos.

Norwich Human Services

100 Broadway, Room 212, Norwich | 860-823-3778

<https://www.norwichct.gov/708/Resources>

Primer punto de ayuda para residentes de Norwich, incluidos alimentos, alquiler/refugio, medicamentos, calefacción/servicios públicos, manejo de casos, evaluaciones laborales, ayuda para buscar empleo, transporte y algunas referencias o programas de capacitación laboral.

RECURSOS MUNICIPALES

City of New London Human Services

181 State St., New London | 860-447-5284

<https://newlondonct.gov/human-services>

Referencias locales para vivienda, alimentos, salud mental, consumo de sustancias, servicios para adultos mayores y otros apoyos comunitarios. La ciudad también activa protocolos por frío intenso y publica información sobre centros de calentamiento cuando es necesario.

City of Norwich Human Services

100 Broadway, Room 212, Norwich | 860-823-3778

<https://www.norwichct.gov/708/Resources>

Ayuda de emergencia y estabilización para residentes de Norwich, incluidos alimentos, alquiler, refugio, medicamentos, calefacción/servicios públicos, necesidades de las fiestas, apoyo laboral, referencias y defensa de derechos.

Town of Groton Human Services

2 Fort Hill Rd., Groton | 860-441-6760

<https://www.groton-ct.gov/>

Asistencia directa, manejo de casos, defensa y referencias para vivienda, alimentos, energía, finanzas, adultos mayores, veteranos, necesidades de jóvenes/familias y otras necesidades básicas.

Waterford Youth & Family Services

200 Boston Post Rd., Waterford | 860-444-5848

<https://www.waterfordct.org/waterford-youth-and-family-services>

Asistencia alimentaria, apoyo para jóvenes y familias y orientación hacia recursos locales para residentes de Waterford. Llame para conocer los programas y requisitos actuales.

Ledyard Human Services / Town Resources

741 Colonel Ledyard Hwy., Ledyard

<https://www.ledyardct.org/>

Asistencia y referencias municipales. Linda C. Davis Food Pantry es un recurso alimentario local importante; comuníquese con la ciudad para conocer información actual sobre la despensa y la ayuda estacional.

Stonington Human Services

Pawcatuck/Stonington

<https://www.stonington-ct.gov/>

Referencias de servicios sociales locales y ayuda estacional. 211 incluye actualmente recursos de ayuda para calefacción y servicios públicos en Pawcatuck para residentes de Stonington y North Stonington; comuníquese con Human Services de la ciudad para conocer los programas locales actuales.

Care & Share of East Lyme

12 Roxbury Rd., Niantic | 860-739-8502

<https://www.careandshareofel.org/>

Un buen primer lugar para residentes de East Lyme/Niantic que necesitan alimentos, ayuda financiera de emergencia, asistencia para calefacción, ropa de invierno o ayuda para las fiestas. La ayuda financiera se paga directamente a los proveedores y depende de los fondos disponibles.

Pawcatuck Neighborhood Center

27 Chase St., Pawcatuck | 860-599-3285

<https://pawcatuckneighborhoodcenter.org/>

Atiende a Stonington, Pawcatuck, Mystic, North Stonington y el área circundante indicada, con alimentos, artículos para el hogar, ayuda con servicios públicos/combustible, transporte para adultos mayores, Meals on Wheels y ayuda estacional.

Ledyard Social Services / Despensa de alimentos

741 Colonel Ledyard Hwy., Ledyard | 860-464-3254

<https://www.ledyardct.org/>

Los servicios sociales de la ciudad y la despensa local ayudan a residentes de Ledyard. United Way indica actualmente horario de despensa de lunes a jueves, 9:30-11:30 a. m. y 1:30-3:30 p. m.; llame antes de ir porque los horarios municipales pueden cambiar.

Griswold / Jewett City Asistencia alimentaria

St. Mary's Church Despensa de alimentos: 860-376-2044

<https://www.uwsect.org/griswold>

United Way incluye actualmente St. Mary's Church Food Pantry, 34 N. Main St., Jewett City, para residentes de Jewett City, Griswold, Voluntown, Canterbury y Lisbon. La distribución indicada actualmente es el segundo y cuarto martes del mes; confirme el horario antes de trasladarse.

CUANDO LLEGA EL FRÍO EXTREMO

Los centros de calentamiento suelen activarse temporalmente en lugar de funcionar durante todo el invierno. Cuando el gobernador o un municipio active un protocolo de frío intenso, consulte el sitio web de su ciudad o pueblo, 211 Connecticut y las noticias locales para conocer las ubicaciones y horarios vigentes. La respuesta de New London al frío de 2025-2026 utilizó varios socios comunitarios en lugar de un único centro permanente para toda la temporada; no dependa de una dirección o un horario antiguos.

Ejemplo de New London: durante la activación por frío del 29 de diciembre de 2025 al 4 de enero de 2026, la ciudad colaboró con Homeless Hospitality Center, New London Public Library, Community Meal Center y Senior Center para ofrecer lugares donde calentarse. No dependa de las ubicaciones del invierno pasado sin consultar el aviso de activación actual.

Si se queda sin combustible para calefacción o enfrenta un corte de servicios públicos, comuníquese de inmediato con TVCCA/CEAP, su compañía de servicios y 211 en lugar de esperar a completar los trámites habituales de asistencia.

CAMBIOS IMPORTANTES DESDE LA EDICIÓN ANTERIOR

Affordable Connectivity Program (ACP): eliminado. El programa federal ACP terminó en 2024 y ya no debe figurar como un beneficio activo.

Operation Fuel: actualizado a su nombre actual, Generation Power CT.

Límites de ingresos de Renter's Rebate: se eliminaron las cifras antiguas de 2021. Los límites cambian; use la información estatal o municipal vigente al solicitar.

Procedimientos de despenas de la época de COVID: se eliminó el lenguaje específico de COVID que ya no corresponde. Confirme los procedimientos actuales directamente con cada despena o con 211.

Montos y fechas de beneficios de CEAP: no se trasladaron las cifras de la temporada anterior porque, al momento de esta actualización, aún no se habían publicado los detalles finales del programa 2026-2027.

AYUDE A MANTENER ACTUALIZADA LA LISTA DE LISA

Esta guía está destinada a compartirse libremente. Si conoce algún programa del condado de New London que deba añadirse, eliminarse o corregirse, comuníquese conmigo a través de lisabethdarling.com. Incluya el nombre de la organización, la localidad, el teléfono o sitio web actual y una breve descripción de la ayuda que ofrece.

Por favor, comparta la Lista de Lisa con cualquier persona que pueda necesitarla.

UN POCO DE AYUDA PUEDE HACER UNA GRAN DIFERENCIA

Si está usando la Lista de Lisa porque usted o su familia necesitan un poco de ayuda en este momento, para eso existen precisamente estos recursos. Por favor, utilícelos.

Si tiene la fortuna de estar en condiciones de ayudar, considere apoyar a alguna de las organizaciones de esta lista. Muchas aceptan donaciones de alimentos, ropa, artículos de higiene, pañales, suministros para el hogar, alimento para mascotas, dinero o simplemente su tiempo.

No hace falta dar mucho para marcar una diferencia. Unas latas de comida, un paquete de pañales, una botella de champú o un abrigo de invierno que ya no necesite quizá no parezcan gran cosa, pero para alguien que los necesita pueden significar muchísimo.

Si puede ayudar, hágalo. Algún día cualquiera de nosotros podría ser quien necesite un poco de ayuda.