



## 財務、食物、居住、水電等基本生活需求方面的協助

請就近聯絡核心服務機構, 或撥打 211.

### SAMARITAN HOUSE

San Mateo  
(650) 347-3648  
samaritanhouse  
sanmateo.org

### COASTSIDE HOPE

El Granada  
(650) 726-9071  
coastsidehope.org

### FAIR OAKS

**COMMUNITY CENTER**  
Redwood City  
(650) 780-7500  
bit.ly/RWCFairOaks

### EL CONCILIO

East Palo Alto  
(650) 330-7432  
bit.ly/EIConcilioEPA

### PUENTE DE LA COSTA SUR

Pescadero  
(650) 879-1691  
mypuente.org

### YMCA COMMUNITY CENTER

South San Francisco  
(650) 276-4101  
bit.ly/Y\_Resources

### PACIFICA RESOURCE CENTER

(650) 738-7470  
www.pacresourcecenter.  
org

### DALY CITY COMMUNITY CENTER

(650) 991-8007  
bit.ly/DalyCityCC

[bit.ly/SMCEmergencyAssistance](https://bit.ly/SMCEmergencyAssistance)  
有關於申請緊急財務援助的詳細資訊.



請用手機的照相  
功能對準這裡,  
就可進入網頁!



## 其他家庭服務

- 關於免費食品雜貨的援助, 請致電1-800-984-3663, 或傳簡訊"GETFOOD"到 (408)455-5181.
- 若需要協助取得符合您家庭需求的服務, 請聯絡Help Me Grow機構, 電話(650)762-6930, 網站 [helpmegrowsmc.org](https://helpmegrowsmc.org).
- 如果家有18歲以下的孩童, 請到 [bit.ly/SMC\\_Meals](https://bit.ly/SMC_Meals) 尋找附近學校的餐飲服務資訊.
- 關於社區資源, 請參考 [bit.ly/SMC\\_Community](https://bit.ly/SMC_Community)



## 即時通知



請到 [bit.ly/SMC\\_Texts](https://bit.ly/SMC_Texts) 註冊聖馬刁縣的即時簡訊通知. 請到 [www.smcgov.org](https://www.smcgov.org) 查詢關於聖馬刁縣COVID-19冠狀病毒的資訊.





## 育兒資訊簡訊服務

您家有0-9歲的孩童嗎？想收到關於COVID-19冠狀病毒的最新消息嗎？想知道適合在家玩的親子活動嗎？請到 [bit.ly/Ideas4Kids](https://bit.ly/Ideas4Kids) 加入育兒資訊簡訊服務。



請用手機的照相功能對準這裡，就可進入網頁！



## 移民援助

若需要關於移民，就業，住房，或其他法律事務方面的資訊與援助，請跟聖馬刁縣的法律援助協會聯絡，電話(650)558-0915，網站 [www.legalaidsmc.org](http://www.legalaidsmc.org)。



## 危機家庭

如果您遭受家庭暴力威脅，可以撥打CORA 24小時熱線尋求支援，電話1-800-300-1080，網站 [www.corasupport.org](http://www.corasupport.org)。



如果您或是認識的人有心理健康或個人危機問題，可以撥打StarVista 24小時危機援助熱線來尋求支援，電話1-800-273-8255，網站 [star-vista.org/programs/crisis-center](http://star-vista.org/programs/crisis-center)。



## 關於冠狀病毒

症狀包含：

- 感覺發燒
- 開始咳嗽
- 呼吸困難

如果您有這些症狀，或是有潛在風險，請務必待在家裡，避免與其他人接觸。如果您出現症狀，請尋求醫療協助。

有些人是COVID-19冠狀病毒重症的高風險群，包含：

- 65歲以上的老人
- 免疫功能低下患者
- 嚴重慢性病患者

如果您或是認識的人是高風險群，請避免外出，跟親人請用電話或線上聯絡。



## 維護家人的健康

請做到

- 待在家裡
- 避免與外人接觸
- 用肥皂和水洗手，最少20秒
- 咳嗽時捂住嘴巴，打噴嚏時使用紙巾
- 對經常觸摸的物品及表面進行消毒
- 在外保持與他人之間六英尺的安全社交距離

請勿

- 握手
- 摸臉
- 沒有症狀卻去醫院
- 囤積口罩或手套

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov) 有更多詳細資訊



## 聖馬刁縣COVID-19托育應變小組



Child Care Partnership Council

