

PEARL CRISIS CENTER

# VIOLENCIA EN CITAS ENTRE ADOLESCENTES

---

RECURSOS ÚTILES  
E INFORMACIÓN

**TELÉFONO:** 320-982-2901

**LÍNEA DE CRISIS:**  
1-800-933-6914

**FAX:** 320-982-2814

**DIRECCIÓN CORREO POSTAL:**  
PO BOX 42 MILACA, MN 56353

**DIRECCIÓN FÍSICA:**  
235 2ND ST. SW UNIT 105 MILACA, MN 56353

**CORREO ELECTRÓNICO:**  
PEARLCRISISCENTER@GMAIL.COM

WWW.PEARLCRISISCENTER.COM

# ÍNDICE

---

- Acerca de Pearl
- Abuso física
- Abuso emocional
- Abuso digital
- El ciclo del abuso
- El espectro de las relaciones
- ¿Mi relación es saludable?
- ¿Qué es el consentimiento?
- ¿Qué debo hacer?
- Cómo ayudar a un amigo
- TADA – Adolescentes contra abuso en las citas
- Safe Dates – citas seguras
- Estadísticas
- Recursos

# ¿QUIÉNES SOMOS?



## NUESTRA MISIÓN

Pearl Crisis Center brindará apoyo a las víctimas de violencia doméstica y sexual a través de servicios directos, prevención y concienciación comunitaria.

## NUESTRA VISIÓN

Pearl Crisis Center es reconocido como un lugar seguro y de apoyo para las víctimas y sobrevivientes de violencia, donde pueden sanar y crecer en beneficio de una comunidad en paz.

## NUESTROS VALORES

- Respetamos la raza, la religión, el origen étnico, el género, la edad, la condición socioeconómica, la orientación sexual y las capacidades de todas las personas.
- Reconocemos que la violencia es un comportamiento utilizado para ejercer y mantener el poder y el control sobre los demás
- Creemos que todas las personas merecen vivir en un hogar y en una comunidad seguras y libres de violencia
- Apoyamos el empoderamiento personal de todas las víctimas y los sobrevivientes a través del derecho a la autodeterminación y a libre elección
- Creemos en mantener una junta directiva, un equipo de trabajo y voluntarios que reflejen la diversidad de nuestras organizaciones, nuestros grupos de interés y la comunidad en general.
- Respetamos y mantendremos la confidencialidad de todas las personas a quienes ayudamos.
- Garantizaremos que las políticas y los procedimientos de relaciones humanas estén fundamentados legalmente, sean de alta calidad y repiten la dignidad de todas las personas.
- Creemos en el desarrollo continuo de soluciones innovadores para poner fin a la violencia y construir una paz duradera

# SOBRE PEARL CRISIS CENTER

---

Somos una agencia sin fines de lucro que desde 1996 ha proporcionado apoyo y recursos a todas las víctimas de violencia doméstica y agresión sexual en el condado de Mille Lacs, en Minnesota. Pearl se dedica a incrementar la seguridad para las víctimas a través de la defensa, el apoyo y la información, trabaja para aumentar la responsabilidad de los perpetradores, y coordina esfuerzos con los miembros de la comunidad y las organizaciones comunitarias.

## **Ofrecemos lo siguiente:**

**Línea de crisis disponible las 24 horas:** puedes llamar a la Línea de crisis en cualquier momento, de día o de noche, al 800-933-6914

**Servicios de apoyo:** el personal de Pearl puede hacer lo siguiente:

- Ayudarte a presentar una orden de protección u orden de restricción por acoso
- Ir a las audiencias judiciales contigo.
- Explicarte el proceso judicial penal y civil.
- Escucharte cuando necesites hablar.
- Acompañarte el hospital.
- Ayudarte a informar a la policía.
- Suministrarte información sobre violencia sexual/maltrato doméstico.
- Proporcionarte recursos y opciones en tu comunidad.
- Abogar en tu nombre.

**Vivienda segura para casos de emergencia:** podemos ayudarte a encontrar una vivienda segura en casos de emergencia. Podemos organizar el transporte a una vivienda segura cuando sea necesario.

**Grupo de apoyo:** Pearl pone a disposición un grupo de apoyo semanal para sobrevivientes de maltrato doméstico y violencia sexual. Reunirse para compartir experiencias y apoyo puede ayudar con los sentimientos de aislamiento, ira, culpa y tristeza.

**Educación comunitaria:** Pearl proporciona educación comunitaria y capacitación profesional sobre maltrato doméstico y violencia sexual. and professional training on domestic abuse and sexual violence.

**Oportunidades de voluntariado:** si tienes intenciones de ofrecerte como voluntario o deseas obtener más información sobre Pearl Crisis Center, llámanos al 320-982-2901

# ABUSO FISICA

---

El abuso físico es cualquier contacto intencionado y no deseado contigo o con algo cercano a tu cuerpo, o cualquier comportamiento que te cause o tenga la intención de causarte lesiones, una discapacidad o la muerte.

## Ejemplos de el abuso física incluyen:

- Golpearte, abofetearte, darte puñetazos
- Morderte
- Estrangularte o asfixiarte
- Pegarte patadas
- Arrojar objetos
- Tirarte del cabello
- Empujarte, arrastrarte, o agarrarte a ti o a tu ropa
- Amenazarte con utilizar o utilizar un arma en tu contra
- Tocar cualquiera de tus partes sin tu permiso o consentimiento
- Obligarte a tener relaciones sexuales o realizar un acto sexual
- Agarrarte la cara para obligarte a mirar
- Evitar que te vayas o forzarte a ir a algún lugar
- Escupirte
- Quemarte
- Negarte atención médica o controlar tu medicación
- Privarte de sueño o comida
- Sacudirte

EL abuso físico puede tener efectos inmediatos y a largo plazo. Los efectos físicos inmediatos pueden ir desde hematomas y raspaduras hasta fracturas óseas, hemorragias internas, traumatismos craneoencefálicos, discapacidad permanente y muerte. Pero el abuso física que no pone en peligro la vida puede tener efectos devastadores a largo plazo que pueden ser psicológicos (Trastorno por estrés postraumático [TEPT], depresión, ansiedad, abuso de sustancias) y físicos (artritis, migrañas y dolor crónico).

Las mujeres embarazadas tienen más probabilidades de sufrir abuso físico y, como consecuencia, pueden tener un aumento de peso deficiente, parto prematuro o aborto espontáneo.

# ABUSO EMOCIONAL

---

Uno de los conceptos erróneos frecuentes sobre el abuso es que siempre implica violencia física. De hecho, el abuso puede adoptar múltiples formas, incluido el abuso emocional. También incluye cualquier comportamiento destinado a controlar, manipular, amenazar o menospreciar a otra persona.

## **Algunos ejemplos de abuso emocional incluyen los siguientes:**

- Apodosos/insultos
- Celos extremos
- Intimidación
- Aislamiento
- Vergüenza/Humillación
- Acoso
- Comportamientos controladores (a quién puedes ver, a dónde puedes ir)
- Daños a tu propiedad
- Culpa por los comportamientos abusivos
- Amenazas de hacerte daño a ti, a tus mascotas, a tus hijos o a tus familiares
- Amenaza de suicidio
- Culpabilidad
- Control total sobre la finanzas
- Uso de los niños como herramienta para controlarte

Como suele ocurrir con el abuso físico, muchos sobrevivientes sienten vergüenza o confusión, o creen que el abuso es de alguna manera culpa suya. Si tú o alguien que conoces sufre abuso, es importante que recuerdes que nunca es culpa tuya y que puedes recibir ayuda. El abuso emocional puede ser mucho más sutil y difícil de reconocer que el físico. Muchas personas que lo sufren lo confunden con un conflicto normal en las relaciones. Si bien el abuso emocional no deja marcas como el físico, puede afectar gravemente el bienestar de una persona; muchos sobrevivientes de abuso emocional sufren una disminución de su autoestima y traumas psicológicos que pueden durar años como consecuencia del mismo.

# ABUSO DIGITAL

---

El abuso digital en las citas es el uso de tecnologías como las mensajes de texto y las redes sociales para amedrentar, hostigar, acosar o intimidar a la pareja. Este comportamiento es a menudo una modalidad de abuso verbal o emocional, que se realiza en línea

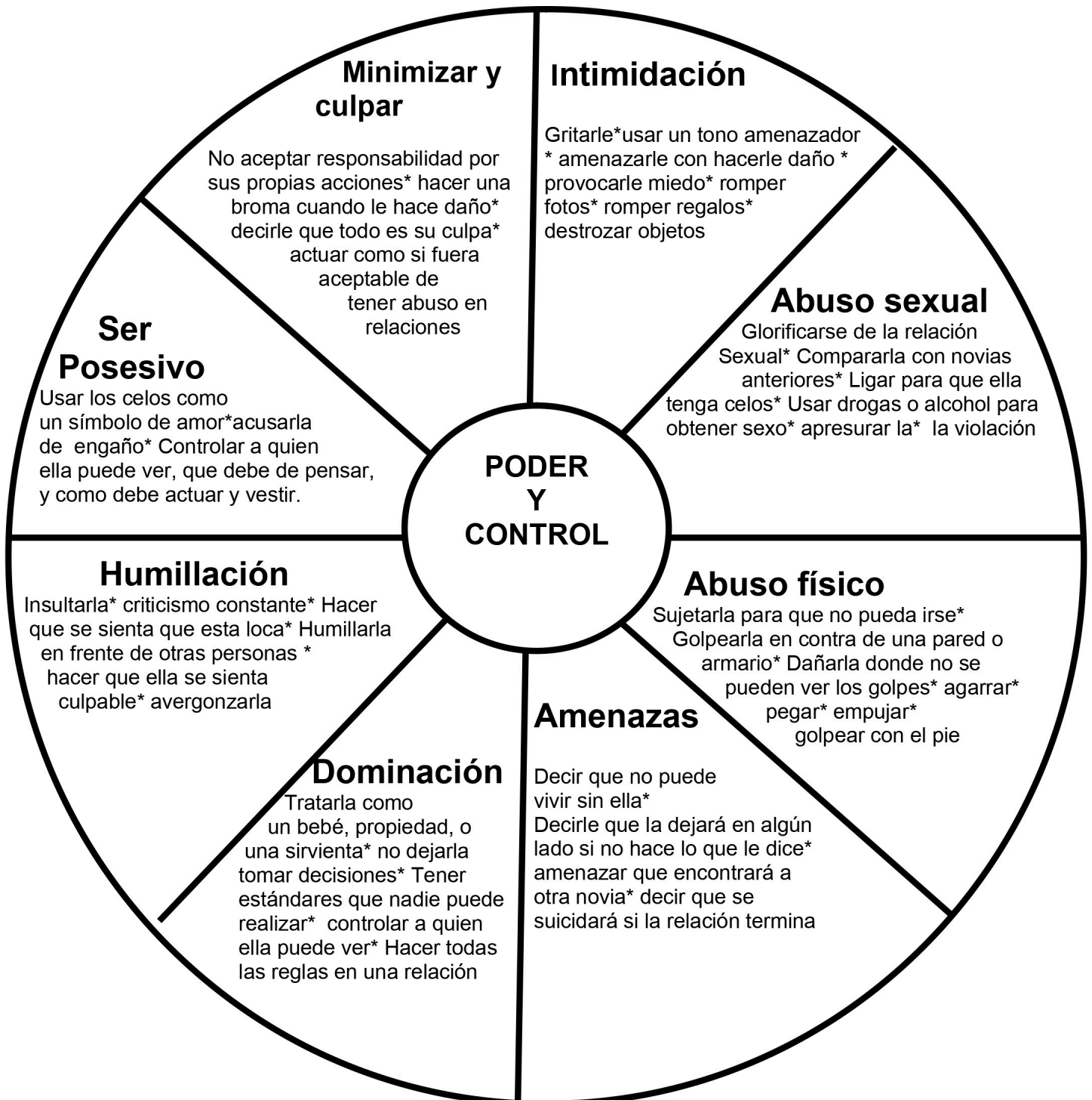
## Algunos ejemplos de abuso digital incluyen los siguientes:

- Controlarte las redes sociales (amigos, publicaciones, etc.).
- Llamarte o enviarte mensajes de texto reiteradamente.
- Obligarte/Exigirte que compartas tu ubicación.
- Humillarte en línea.
- Acosarte.
- Revisarte el teléfono.
- Enviarte mensajes amenazantes.
- Enviarte, solicitarte o presionarte para que envíes fotos o videos explícitos no deseados, sexto u otros mensajes comprometedores.
  - El sexteo puede tener consecuencias legales: las fotos o los videos de desnudos de menores de 18 años pueden considerarse pornografía infantil, cuya posesión o distribución es ilegal.
- Amenazar con compartir o compartir en línea fotos o videos tuyos sexualmente explícitos. Esto también se conoce como “pornovenganza”.
- Llamarte desde distintos números de teléfono después de haberlos bloqueado.
- Usar un teléfono inteligente para cambiar a distancia la contraseñas, las cerraduras de las casas de la víctima, el vehículo, los ajustes del termostato, o para encender luces, altavoces o televisores a fin de acosarte.
- Exigirte las contraseñas de tus cuentas o redes sociales.

Entre las cosas que puedes hacer para protegerte del abuso digital se incluyen bloquear a tu agresor, cambiar las contraseñas de tus redes sociales o cuentas, evitar responder llamadas de números desconocidos y cambiar el número de teléfono. No mereces ningún maltrato, ni en línea ni en persona. Nunca aceptes que tu pareja use la tecnología para hostigarte, acosarte o intimidarte. Tu pareja debe respetar los límites de la relación, incluso en línea.

# Poder y Control en el Noviazgo

Cuando una persona en una relación repetidamente asusta o le hace daño a la otra persona es abuso. La rueda de poder y control nombra ejemplos de cada forma de abuso. Acuérdense que abuso es mucho más que pegar o agarrar a alguien.



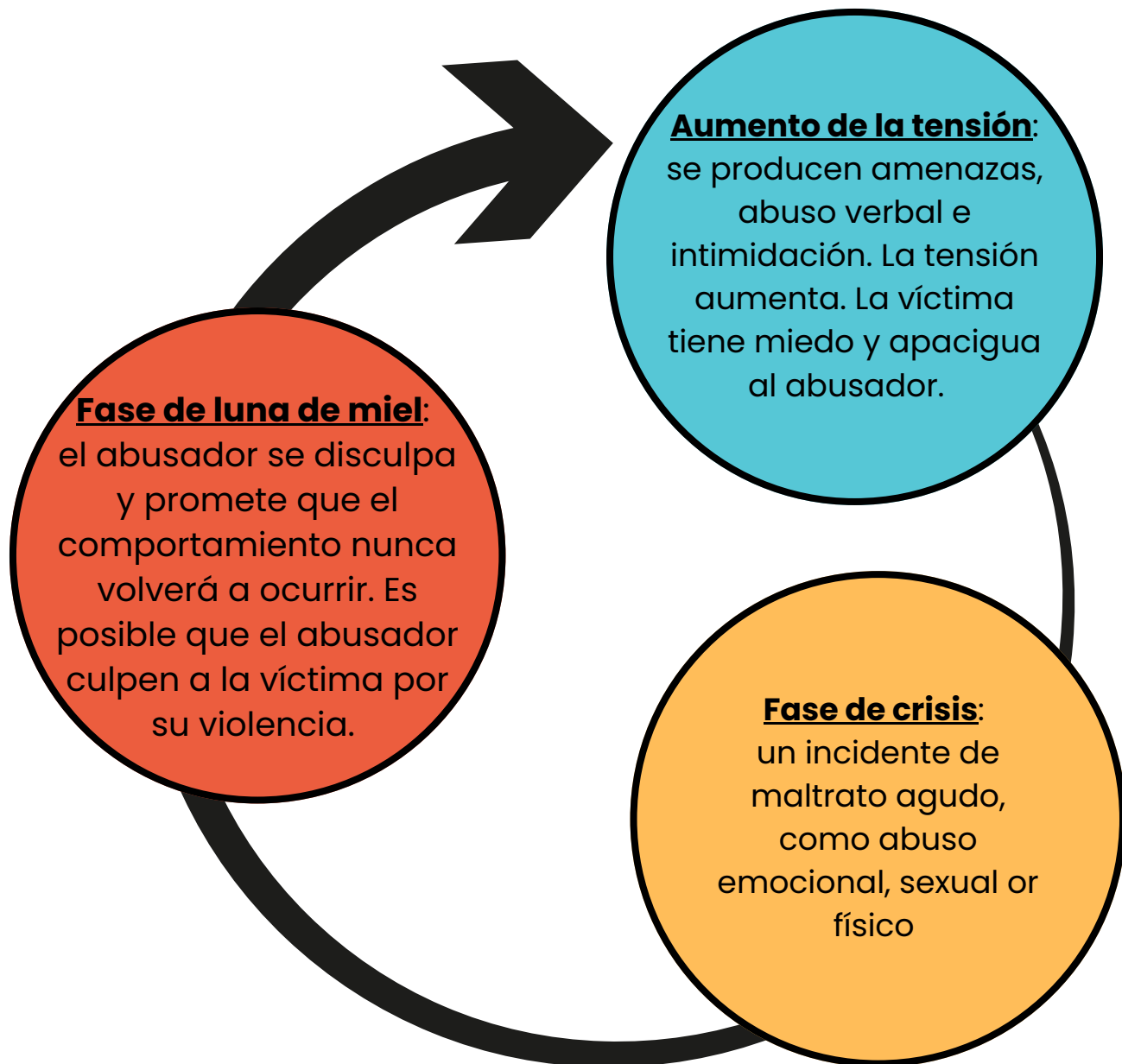
Adapted by: Kansas Coalition Against Sexual and Domestic Violence and Cecilia Leal Covey and translated by: Isabella Stackl, LA VIIDA Partnership

Produced and distributed by:

Developed from:  
Domestic Abuse Intervention Project  
202 East Superior Street  
Duluth, MN 55802  
218.722.4134

 **NATIONAL CENTER**  
on Domestic and Sexual Violence  
*training • consulting • advocacy*  
4612 Shoal Creek Blvd. • Austin, Texas 78756  
tel: 512.407.9020 • fax: 512.407.9020 • www.ncdsv.org

# EL CICLO DEL ABUSO



El abuso no es igual para todos ni en todas las situaciones. Incluso en una misma relación, los comportamientos abusivos pueden cambiar de vez en cuando y, en algunos casos, puede parecer que cesan antes de volver a aparecer. A menudo, esto se denomina ciclo del abuso. A continuación, se presentan ejemplos de comportamientos abusivos que pueden darse en cada fase del ciclo.

**Aumento de la tensión** - insultos, aislamiento, amenazas, más control, daños a la propiedad, culpabilidad, críticas, juegos mentales.

**Fase de crisis** - abuso emocional extremo, golpes, violación, uso de armas, asfixia, humillación.

**Fase de luna de miel** - disculpas, promesas de cambio, promesas de asistir a terapia o tratamiento, regalos, culpar a los demás, culpar la presión externa.

# EL ESPECTRO DE LAS **RELACIONES**

## **Saludable**

- Comunicativa
- Respetuosa
- Honesta
- Disfrutar el tiempo personal
- Igualdad

## **Tóxica**

- Sin comunicación
- Falta de confianza/honestidad
- Falta de respeto
- Intentar tomar el control
- Solo pasar tiempo en pareja
- Presión para realizar actividades

## **Abusiva**

- Negar la abusividad de los actos
- Aislar a la pareja de los demás
- Control
- Maltrato
- Comunicación hiriente o amenazante
- Acusar al otro de engaño cuando no es cierto

## **¿MI RELACIÓN SALUDABLE?**

Todos merecen tener una relación segura y saludable. ¿Sabes si tu relación es saludable? Escanea el código QR y responde sí o no a las preguntas para averiguarlo.



# ¿QUÉ ES EL CONSENTIMIENTO?

---



El consentimiento es un acuerdo voluntario para participar en una actividad, y es una parte importante de la comunicación y el respeto. Puede darse o solicitarse en muchas situaciones, como al pedir o dar permiso para tocar a alguien, tomar una fotografía o participar en una actividad.

El consentimiento es crucial en relación con la actividad sexual. Antes de mantener relaciones sexuales con alguien, debes asegurarte de que esa persona también desea tener relaciones sexuales contigo. También es importante ser honesto con tu pareja sobre lo que quieres y lo que no te gusta. El consentimiento y la solicitud de consentimiento se centran en establecer límites, respetar los de tu pareja y asegurarte de que todo esté claro cuando haya dudas. Ambas personas deben aceptar tener relaciones sexuales, cada vez, para que sea consensuado. Sin consentimiento, la actividad sexual es agresión sexual o violación.

## El consentimiento es tan sencillo como las PAPAS:

- **Proporcionado libremente:** El consentimiento es una decisión que se debe tomar sin presión, manipulación, o la influencia de drogas o alcohol.
- **Anulable:** Cualquier persona puede cambiar de opinión sobre lo que desea y no desea hacer, en cualquier momento. Incluso si lo ha hecho antes.
- **Probado:** Solo puedes dar tu consentimiento para algo si tienes la historia completa. Por ejemplo, si alguien dice que usará un condón y luego no lo hace, no existe un consentimiento completo.
- **Animoso:** Cuando se trata de sexo, solo debes hacer cosas que QUIERES hacer y no cosas que sientas que tienes que hacer.
- **Singular:** Decir sí a una cosa no implica la aceptación de todas las demás.

Tienes la decisión final sobre lo que sucede con tu cuerpo. Tienes derecho de detenerse en cualquier momento, y tu pareja debe respetar eso. El consentimiento nunca está implícito en cosas como tu comportamiento pasado, cómo vistes o qué lugares frecuentas. El consentimiento sexual siempre se debe comunicar de manera clara; no debe haber dudas ni misterios. El silencio no debe interpretarse como consentimiento. Existen leyes sobre quién puede dar su consentimiento y quién no. Las personas que están ebrias, drogadas o inconscientes no pueden dar su consentimiento para tener relaciones sexuales.

## EDAD DE **CONSENTIMIENTO** EN MINNESOTA

En Minnesota, la edad de consentimiento es de **16 años**, lo que significa que las personas de esa edad o más pueden dar su consentimiento legal para participar en actividad sexual. Sin embargo, hay algunas excepciones a esta regla, que incluyen:

- Diferencia de edad
  - Si la otra persona es más de 36 meses mayor que una persona de entre 16 y 18 años, la actividad no se permite legalmente.
- Posición de autoridad
  - Si un joven de 16 o 17 años se relaciona con alguien en una posición de autoridad, como un profesor, entrenador o tutor, la edad de consentimiento pasa a ser de 18 años.
- Parentesco por consanguinidad, afinidad o adopción.
  - Si la otra persona es un hermano, una hermana, un hermanastro, una hermanastra, un primo hermano, una prima hermana, un tía, un tío, un sobrino, una sobrina, un abuelo, una abuela, un bisabuelo, una bisabuela, un tío abuelo o una tía abuela, la edad de consentimiento pasa a ser de 18 años.

En Minnesota, el desconocimiento de la edad del menor no es una defensa legal ante una acusación de estupro.

Escanea el código QR para obtener información sobre la ley de consentimiento en Minnesota.



# ESTOY EN UNA RELACIÓN ABUSIVA.

## ¿QUÉ DEBO HACER?

En primer lugar, debes saber que no estás solo y que el abuso no es tu culpa. Si sufres abusos, acoso o daños por parte de tu pareja, o crees que podrías sufrirlos, siempre podrás recibir ayuda.

Si sufres violencia durante una cita, es importante que te comuniques con un defensor que pueda brindarte apoyo, derivaciones y los servicios disponibles. Las parejas abusivas suelen saber cómo aislar a su compañero de la familia y los amigos. Como resultado, las víctimas pueden sentirse avergonzadas y solas, y creer que nadie las entendería. Muchos sobrevivientes han descrito la sensación de no reconocerse a sí mismos, como si hubieran perdido su propia identidad. Esto hace que sea aún más difícil sobrevivir al abuso, procesar los sentimientos y tomar las mejores decisiones.

## PLANIFICACIÓN DE LA SEGURIDAD

Si crees que podrías sufrir abuso, acoso o daño, es importante que elabores un plan para mantenerte a salvo en la medida de lo posible.

### ¿Qué es un plan de seguridad?

Un plan de seguridad es un conjunto de acciones que pueden ayudarte a reducir el riesgo de que tu pareja te haga daño. Incluye información específica para ti y tu vida cotidiana que mejorará tu seguridad en la escuela, en casa y en otros lugares a los que acudes a diario. Escanea el siguiente código QR para acceder a un plan de seguridad guiado en línea. También puedes comunicarse con un defensor de Pearl en cualquier momento para elaborar un plan de seguridad.



# CÓMO AYUDAR A UN AMIGO

---

## Créele a la víctima

Escucha y créele a tu amigo. Muchas víctimas no denuncian por miedo a que no se les crea. Dile que le crees.

## Dile que no merecía sufrir abuso

Nadie merece sufrir ningún tipo de abuso; nadie lo busca

## Permítele tomar sus propias decisiones

Sé comprensivo, escucha con paciencia y respeta sus decisiones. Enfatiza que el abuso nunca es su culpa, y que merece una relación saludable y respetuosa. Continúa apoyándole aunque no estés de acuerdo con las decisiones que toma.

## Ayúdale a elaborar un plan de seguridad

Puedes crear un plan de seguridad en línea escaneando el código QR de la página del plan de seguridad de este libro. También puedes comunicarte con un defensor que te ayude.

## Brinda ayuda

Alienta a tu amigo comunicarse con un defensor. Un defensor puede ser de ayuda para superar estos momentos difíciles y compartir recursos que pueden serle útiles.

# TADA

## ADOLESCENTES CONTRA EL ABUSO EN LAS CITAS

### MISIÓN

Adolescentes contral el abuso en las citas (Teens Against Dating Abuse, TADA) es un grupo de adolescentes que se dedica a educar a la comunidad y prevenir la violencia en las citas entre adolescentes.

### ¿DE QUÉ SE TRATA TADA?

- De promover relaciones saludables.
- De apoyar el empoderamiento personal.
- De fomentar la autoestima y la confianza en uno mismo.
- De mejorar la concientización de la comunidad sobre la violencia en las citas entre adolescentes y las relaciones saludables.

### QUÉ ESPERAR

Los miembros recibirán 3 o 4 mensajes de texto a la semana que suelen incluir imágenes inspiradoras, datos y estadísticas, o eventos y oportunidades en su área. También pueden recibir una tarjeta regalo por correo por participar. Todos los mensajes son confidenciales, por lo que su información no estará disponible para otros miembros.

### CÓMO PARTICIPAR

Escanea el código QR para unirse a TADA o completa una copia impresa en Pearl. TADA está abierto para cualquiera persona de entre 10y 22 años que quiera unirse, sin ningún costo.



# ¿QUÉ ES SAFE DATES? (CITAS SEGURAS)

---

Safe Dates es un programa de prevención que se basa en evidencia para estudiantes de escuela media y secundaria, que está diseñado para detener o prevenir la perpetración y victimización de la violencia en las citas. Hazelden ha desarrollado el temario de Safe Dates, del que son autoras Vangle Foshee, P.H.D. y Stacey Longwick, P.H.D.

Pearl Crisis Center presenta el temario de Safe Dates en escuelas del área desde 2005. Actualmente lo presentaremos a los siguientes estudiantes:

- 8° y 10° grado en Milaca
- 8° grado en Princeton
- 7°, 8°, 9°, 10° y 12° grado en Onamia
- Ogilvie
- Mora

En promedio, Pearl Crisis Center ha presentado el temario de Safe Dates a 600 estudiantes al año. En 2025, esto equivaldrá a unos 12,000 estudiantes que recibirán educación sobre hábitos de citas seguros, relaciones saludables y no saludables, roles de género perjudiciales, consentimiento y muchos otros temas cruciales para prevenir futuras victimizaciones. Este programa es nuestro paso más proactivo para detener los ciclos del abuso en nuestra propia comunidad.

**Si te interesa saber cómo repercute este programa en nuestra comunidad o si deseas hablar sobre la posibilidad de aplicarlo en tu escuela, comunícate con nosotros al 320-982-2901**

# ESTADÍSTICAS

En promedio, **1 de cada 3** adolescentes sufre algún tipo de abuso en sus relaciones románticas.

**LAS ESTUDIANTES MUJERES EXPERIMENTARON TASAS MÁS ELEVADAS DE VIOLENCIA FÍSICA Y SEXUAL EN LAS CITAS QUE LOS ESTUDIANTES VARONES.**

Las llamadas telefónicas y los mensajes de texto suponen un control constante: 1 de cada 3 adolescentes afirma recibir mensajes de text **entre 10, 20, o 30 veces por hora** de alguna pareja que le vigila.

**LOS ADOLESCENTES QUE SE IDENTIFICAN COMO LGBTQ+ O LOS QUE NO ESTÁN SEGUROS DE SU IDENTIDAD DE GÉNERO SUFREN TASAS MÁS ELEVADAS DE VIOLENCIA FÍSICA Y SEXUAL EN LAS CITAS EN COMPARACIÓN CON LOS ESTUDIANTES QUE IDENTIFICAN COMO HETEROSEXUALES.**

**EN PROMEDIO, 1 DE CADA 3 ADOLESCENTES ESTADOUNIDENSES SUFRIRÁ ABUSO FÍSICO, SEXUAL, O EMOCIONAL POR PARTE DE ALGUIEN CON QUIEN MANTIENE UNA RELACIÓN ANTES DE LLEGAR A LA EDED ADULTA.**

Según una encuesta nacional de jóvenes, el **68%** de los adolescentes sufrieron interferencias educativas, el **67%** interferencias laborales y el **65%** control financiero debido a la violencia en las citas entre adolescentes.

# GUÍA DE RECURSOS DEL CONDADO DE MILLE LACS

## Hospitales:

Fairview Northland Regional—Princeton.....	763-389-1313
Mille Lacs Health System—Onamia.....	320-532-3154

## Clínicas:

Mille Lacs Health System—Milaca.....	320-983-2728
Mille Lacs Health System—Isle.....	320-676-3661
Mille Lacs Family—Onamia.....	320-352-3154
Fairview Northland—Princeton.....	763-389-1313
Healing Spirit Clinic—Princeton.....	763-633-4325
Ne-La Shing Clinic.....	320-532-4163
Select Urgent Care—Milaca .....	320-983-9010

## Servicios de Asesoramiento y Apoyo:

Fairview Counseling Center - Princeton.....	800-468-3120
Mille Lacs Counseling Services.....	320-532-3154
Pearl Crisis Center.....	800-933-6914
Recover Resource Center.....	763-389-9138
Rum River Life Choice Center.....	320-983-3771
Lighthouse Child and Family Services.....	320-983-2335
Freedom Center.....	763-308-0006
Arrows Family Services - Milaca .....	320-983-2001
Home Grown Counseling - Milaca .....	320-982-1037
Hoffman Counseling Services—Milaca .....	320-982-1110
Nexus—Mille Lacs Family Healing—Onamia.....	320-532-4005
Trilogy Counseling Services— Princeton.....	763-498-1822
Better Mental Health - Princeton.....	763-412-1700
Naturally Connected Counseling.....	320-402-0115
Mental Health Crisis Hotline (call or text).....	988

## Policía:

Milaca Police Department.....	320-983-6166
Princeton Police Department.....	763-389-4879
Onamia Police Department.....	320-532-3131
Mille Lacs County Sheriff.....	320-983-8250

# GUÍA DE RECURSOS DEL CONDADO DE MILLE LACS

## Más policía:

Tribal Police.....	320-532-3430
Isle Police Department.....	320-676-8507

## Oficinas gubernamentales:

Mille Lacs County Court Administration.....	320-362-3200
Mille Lacs Band Government Center.....	320-532-4181
Mille Lacs County Public Health.....	320-983-8318
Mille Lacs County Attorney's Office.....	320-983-8305
Mille Lacs Community & Veterans Services.....	320-983-8208

## Servicios legales:

St. Cloud Area Legal Services.....	320-253-0121
Mid-Minnesota Legal Aid.....	320-253-0121

## Asistencia financiera y refugio:

Lakes and Pines Community Action Council.....	800-832-6082
Salvation Army .....	651-746-3410
New Pathways (homeless)-Cambridge .....	763-691-0121
Mille Lacs Band Women's Shelter-Wahkon .....	866-867-4006
Family Pathways (DV)-Cambridge .....	651-674-8040
Anna Maries Alliance—St. Cloud .....	800-950-2203

## Alimentación y nutrición:

Isle Food Shelf.....	320-630-0995
Milaca Food Shelf.....	320-982-3773
Onamia Food Shelf.....	320-532-7665
Princeton Food Shelf .....	763-631-3578
Ruby's Pantry .....	651-674-0009

## Servicios de empleo:

Central MN Jobs and Training.....	320-271-3700
Avivo .....	763-340-2650

## Servicios de transporte:

Tri-Cap.....	320-251-1612
--------------	--------------

# MILLE LACS COUNTY RESOURCE GUIDE

## Escuelas públicas:

Isle.....	320-676-3146
Milaca.....	320-982-7210
Onamia.....	320-532-4174
Princeton.....	763-389-2422

## Escuelas privadas:

Faith Christian School-Foreston.....	320-294-5501
Community Christian School—Pease.....	320-369-4239
Nay Ah Shing.....	320-532-4695
Princeton Evangelical Lutheran School .....	763-389-0704

## Guarderías y preescolares:

Allstar Childcare Center(Milaca).....	320-982-7827
Kidz Zone Daycare(Onamia).....	320-692-5353
Grow With Us (Princeton).....	763-631-2244
Bright Child (Princeton).....	763-389-4576

## Educación familiar para la niñez temprana (ECFE):

Princeton.....	763-389-4789
Milaca.....	320-982-7307
Isle.....	320-676-3993
Onamia.....	320-532-4174
Head Start.....	800-832-6082

## Alcoholics Anonymous y ayuda para los familiares y amigos de alcohólicos:

- Princeton Alano Club - 1315 N 3rd St, Princeton, MN 55371
- Milaca Alano Building - 260 W River Drive, Milaca, MN 56353
- Garrison Alano Building - 9475 Jefferson St, Garrison, MN 56450
- Malmo Alanon Building - 21590 MN HWY 47, Isle, MN 56342

Para obtener información adicional sobre recursos para casos de violencia doméstica y agresión sexual, llame al Pearl Crisis Center at 320-982-2901 or 1-800-933-6914