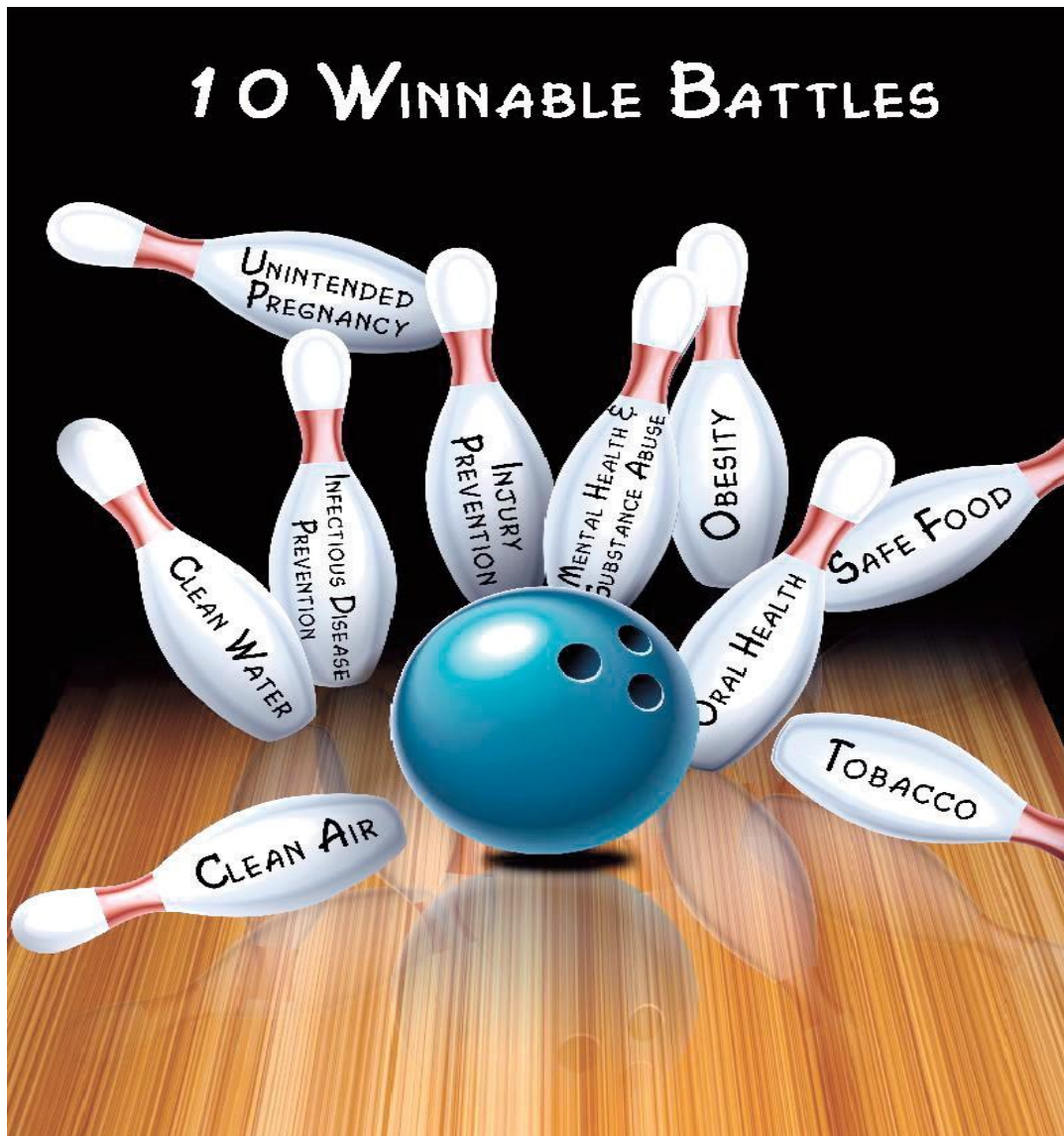


2018



# Guía de Recursos de Salud Ouray County

*Guía de Recursos de Salud para la promoción de una comunidad y ambiente saludable para la Agencia de Salud Público de Ouray County.*

Esta guía se puede encontrar en las ubicaciones siguientes: Ouray Hot Springs Pool, Agencia de Salud Pública de Ouray County, la Biblioteca Pública de Ouray, El Centro de Comunidad de Ouray, Ciudad de Ouray Administrador, del Centro de Visitantes, y el sitio web de Ouray [www.ouraycountyco.gov](http://www.ouraycountyco.gov)

### *La Misión de esta Guía:*

*Proveer una lista corriente y completa de recursos para la salud a los miembros de la comunidad del Ouray County y visitantes, para la promoción del estilo de vida saludable, el ambiente, y el bienestar, mientras de identificar recursos para la prevención de enfermedad y lesión.*

### *Nuestra visión:*

*Ser un recurso comunitario para servicios relevante a la salud abordar las prioridades identificados locales, regionales, y estados como son esbozadas en el Análisis de Salud Pública y Plan para Mejoramiento de Salud Pública del 2010 por La colaboración en Salud Pública Central Oeste, el Análisis de Salud Pública y del Ambiente de 2013, y “2015 Healthy Colorado: Shaping a State of Health” (el plan del estado de Colorado para mejorar la salud pública y el ambiente) del Departamento de Salud Pública y Ambiente de Colorado.*

### *Nuestros Valores:*

*El Departamento de Salud Pública de Ouray se dedica a entregar de servicios relacionados a la salud para el público guiado por los principios de integridad y honestidad en nuestra práctica, competencia y excelencia en nuestros servicios, la provisión de cuidado con compasión y equidad para todos los miembros de la comunidad y promoviendo la creatividad e innovación en posiciones de liderazgos.*

**\*\*\*Esta guía de recursos no está diseñado para las necesidades de atención de emergencia. Por favor marque el 911 en caso de Emergencia\*\*\***

Esta guía de recursos fue compilada usando una variedad de recursos de información, incluyendo bases de datos electrónicos, contacto directo por teléfono, archivos públicos, etc. Si usted gustaría ser considerado para inclusión en versiones futuras de esta guía (actualizado anualmente o bianualmente dependiendo de disponibilidad de recursos), o ya está incluido y gustaría ser removido, o gustaría cambiar su información de contacto o lista de servicios, por favor manda un correo electrónico a Elizabeth Lawaczeck, Directora de la Agencia de Salud Pública de Ouray County, o póngase en contacto con nuestra oficina al 970-325-4670.

Donaciones son aceptadas con agradecimiento para apoyar el esfuerzo anual de distribuir, mejorar, y actualizar esta guía. Donaciones se pueden hecho a la oficina de Agencia de Salud Pública del Ouray County en Ouray. Por favor consulte el listado en el interior para más detalles de contacto.

Este documento también está disponible en la página web de la Agencia de Salud Pública del Ouray County en <http://ouraycounty.gov>. Ponga su cursos sobre ‘Government Departments’ y haga clic en ‘Public Health’.

## Tabla de Contenidos

Prueba de Calidad de Aire e Higiene Industrial.....	5
Cajas de Comercio.....	6
Centros de Comunidad y Recreo.....	6
Violencia Domestica y Prevención de Lesiones.....	8
Desarrollo Infantil, Necesidades Especiales y Servicios de Nutrición.....	9
Salud físico y Bienestar.....	11
Seguridad y Preparación de Alimentos.....	12
Exámenes de Salud.....	13
Servicios de Salud para el Hogar.....	14
Programas de Inmunización e Información de Farmacias.....	16
Agricultura y Ganado Local.....	17
Servicios Comunitarios de Apoyo.....	18
para los de Recursos Limitados.....	18
Servicios de Salud Mental.....	21
Servicios de Nutrición, Jardines, y Mercados.....	23
para productos Agrícolas.....	23
Salud Oral.....	24
Distritos Escolares Locales y de Ouray.....	25
Oficinas de Doctores y Facilidades Médicas.....	26
Gobierno de Condado y de Ciudad.....	28
Educación y Entrenamiento Profesional Regional.....	31
Servicios Legales para Ancianos.....	34
Facilidades de Vida Asistida.....	36
Servicios de Salud Espirituales.....	37
Servicios para Adicción.....	39
Servicios para Dejar de Fumar/Tobacco.....	40
Calidad, Pruebas, y Referencias para Agua.....	40
Servicios de Salud para Mujeres.....	41
Servicios para Jóvenes.....	43
Organizaciones Caritativas Locales y Regionales.....	44

## **10 Batallas que se Pueden Ganar**

La Agencia de Salud Pública de Ouray County ha formado una alianza con oficiales de salud pública en la región central-oeste de Colorado para dar atención a las ‘batallas que se pueden ganar’ que el Departamento de Salud Pública y del Ambiente de Colorado ha determinado que deberían ser las prioridades para la Iniciativa de Salud Pública en conjunto con el Plan para el Mejoramiento de la Salud Pública. La Colaboración de Salud Pública de Centro-Oeste (WCPHP) se formó en el 2006, con la ayuda de una donación de Colorado Trust, para la razón de proveer servicios de salud pública de una manera más eficiente y efectiva en las comunidades rurales de la Región 10 de Colorado. La Región 10 incluye el personal de salud público y personal del ambiente de los condados de Montrose, Delta, Gunnison, Hinsdale, Ouray, y San Miguel en Colorado.

El Departamento de Salud Pública y del Ambiente de Colorado (CDPHE) ha identificado 10 “batallas que se pueden ganar” que incluyen aire limpio, agua limpia, prevención de enfermedades infecciosas, prevención de lesiones, salud mental y abuso de sustancias, obesidad, salud oral, comida sana, tabaco, y embarazos no intencionales. Estos fueron seleccionados para proveer a los residentes de Colorado las mayores oportunidades para asegurar la salud de sus ciudadanos y visitantes y para la mejoramiento y protección de nuestro ambiente. El WCPHP se esfuerza a tener datos corrientes y al día con exámenes meticulosos de las demografías comunitarias relevantes a la salud. Esta información demográfica incluye índices de mortalidad, datos epidemiológicos, datos sobre socio-economía, raza, etnicidad, y otras informaciones como acceso a servicios de salud, y riesgos asociados con conducta personal por los condados en problemas de salud ambiental, como el agua y la calidad del aire .

El WCPHP ha establecido e implementado planes para la salud a nivel local de acuerdo al Acta de Reorganización de Salud Pública de Colorado, efectivo el primer de julio de 2008. El CDPHE y la Oficina de Planificación y Asociación (OPP) escogieron al WCPHP como local para un programa piloto para el desarrollo del propuesto Evaluación de Salud y Sistema de Planificación para Colorado (CHAPS). El propósito de CHAPS es de envolver a los partidos apropiados y ejecutar una evaluación para que un plan de salud pública puede ser hecho de acuerdo con el acta correspondiente. Como un resultado de esta evaluación y colaboración, el WCPHP es la primera en el estado que haya formado esta clase de alianza, se hace el equipo básico de planificación del estado con interesados adicionales identificadas en cada condado, se ha contratado a un planificador regional, y el proceso para evaluación de salud ha sido completada.

Seguido de la evaluación de salud de las comunidades regionales, el WCPHP ha identificado cuatro prioridades específicas que son particulares al poblado regional y que dan prioridad a los objetivos identificados dentro de las “10 batallas que se pueden ganar” del estado. El WCPHP ha identificado a la prevención de obesidad, calidad de agua, la salud mental y abuso de sustancias, y la seguridad alimentaria como prioridades para las comunidades de la región 10. La formación del WCPHP fue una respuesta a los desafíos que las comunidades rurales de Estados Unidos se enfrentan para adecuadamente apoyar las necesidades de salud de sus residentes. Las funciones integrales de la salud pública incluyen evaluación, aseguramiento y desarrollo de póliza, acceso a servicios médicos, y servicios directos a los que tienen seguro inadecuado o ningún seguro (Wacker & Dawson, 2011).

## **Prueba de Calidad de Aire e Higiene Industrial**

### **Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

\*\*\* Póngase en contacto con Jim Austin del Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose para información sobre la calidad de aire.

### **Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose**

\*\*\*Vea información completa bajo Seguridad Alimentaria\*\*\*

\*\*\* Póngase en contacto con Jim Austin para información sobre seguridad alimentaria, calidad de agua y aire para el condado de Ouray\*\*\*

### **Departamento de Salud Pública y del Ambiente de Colorado**

#### **División de Servicios de Laboratorio**

Sitio principal para salud del ambiente: <http://www.cdphe.state.co.us/lr/environmental.htm>

\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\*

### **Pruebas del Ambiente**

780 Pine Drive

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 729-2733

Moho, calidad de aire, pruebas y control de radón, referencias para análisis de agua

<http://www.kenwyrick.com/>

### **Ingeniería Plateau**

236 South 3<sup>rd</sup> Street

P.O. Box 340

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-1363

Calidad de aire, servicios de ingeniería, monitorización y seguridad por higienista certificado por el estado servicios: asbestos, moho, radón, y plomo

<http://plateauengineering.com/>

### **Agencia de Protección del Ambiente de los Estados Unidos**

\*\*\* *Vea información completa bajo Calidad de Agua*

## **Cajas de Comercio**

### **Caja de Comercio y Asociación Turística del Condado de Ouray**

\*\*\* Vea información completa bajo Centros de Comunidad y Recreo\*\*\*

### **Caja de Comercio del Área de Ridgway**

\*\*\* Vea información completa bajo Centros de Comunidad y Recreo\*\*\*

## **Centros de Comunidad y Recreo**

### **Fundación Educativa de Mount Sneffels**

330 Fifth Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-0967

Enriquecer y expandir las experiencias educativas y culturales de los jóvenes del condado de Ouray

<http://www.mtsneffels.org/>

### **Centro Comunitario de Ouray**

320 6th Avenue

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7065

<http://www.cityofouray.com/staticpages/index.php?page=CommunityCenter>

### **Centro de Feria y Eventos del 4-H del Condado de Ouray**

22739 Highway 550

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-3304

[slong@ouraycountyco.gov](mailto:slong@ouraycountyco.gov)

<http://ouraycountyco.gov/253/Fairgrounds-and-4-H-Event-Center>

### **Museo del Condado de Ouray**

Sociedad Histórica del Condado de Ouray

420 6th Avenue

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4576

<http://www.ouraycountyhistoricalsociety.org/>

### **Biblioteca Pública de Ridgway**

300 Charles Street

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5252

<http://www1.youseemore.com/ridgwayPL/>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Distrito de Biblioteca de Ouray**

320 6th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4616  
<http://ouray.colibraries.org/>

### **Museo de Ferrocarril de Ridgway**

150 Racecourse Rd.  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-4373  
<http://www.ridgwayrailroadmuseum.org/>

### **Museo de la Historia Rancho del Condado de Ouray**

206 County Road 1  
Colona, CO 81403  
Teléfono: (970) 318-1190  
[www.ocrhm.org/](http://www.ocrhm.org/)

### **Caja de Comercio del Área de Ridgway**

Centro para Visitantes del Pueblo de Ridgway  
150 Racecourse Road  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5181  
<http://ridgwaycolorado.com/>

### **Parque de Hielo de Ouray**

P.O. Box 1058  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4288  
info@ourayicepark.com  
[www.ourayicepark.com](http://www.ourayicepark.com)

### **Centro para Visitantes de Ouray**

1230 Main Street  
P.O. Box 145  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4746  
Fax: (970) 325-4868  
<http://www.ouraycolorado.com/>

### **Parque Estado de Ridgway**

28555 Highway 550  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5822  
<http://cpw.state.co.us/placestogo/parks/Ridgway>

**Parques y La vida silvestre de Colorado**

Oficina de Montrose  
2300 South Townsend Avenue  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-6000  
<http://cpw.state.co.us/>

**Oficina de Administración de La gestión de la tierra**

Oficina de Uncompahgre  
2465 South Townsend Avenue  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 240-5300  
<http://www.blm.gov/co/st/en/fo/ufo.html>

## **Violencia Domestica y Prevención de Lesiones**

**Servicios Para Protección de Mayores**

317 South 2<sup>nd</sup> Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-7755  
Servicios de protección para adultos a riesgo y asistencia para minusválidos  
<http://www.co.montrose.co.us/357/Adult-Protective-Services>

**CASA (Defensores Especiales Designados por la Corte)**

301 N. Cascade Avenue  
Montrose, CO 81402  
Teléfono: (970) 249-0337  
Email: [info@casa7jd.org](mailto:info@casa7jd.org)  
Ofrece servicios para defensa de niños abusados y descuidados y servicios de visitas supervisadas  
<http://casa7jd.org/>

**La Casa Delfín**

**Centro de Defensa de Niños del Séptimo Distrito Judicial**

735 South 1st Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 240-8655  
Email: [info@dolphinhousecolorado.com](mailto:info@dolphinhousecolorado.com)  
Una facilidad con propósito a proveer a las víctimas menores de edad un hogar seguro, no amenazante para que ellos puedan relatar que les paso durante investigaciones necesarias de abuso infantil.  
<http://www.montrose-child-advocacy.org/>



## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Centro de Recursos Hilltop Tri-County**

540 South 1st Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-7445  
Ouray teléfono de emergencia: (970) 626-3777  
Sirve a las víctimas de violencia doméstica y asalto sexual  
<http://www.htop.org/adult/tcrc>

### **Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

\*\*\* *Vea información completa bajo Calidad de Agua*\*\*\*

### **Servicios de Emergencia Médica del Condado de Ouray**

541 4th St.  
P.O. Box 572  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-7275  
<http://www.ouraycountyco.gov/143/Emergency-Medical-Services>

### **Centro de Envenenamiento y Drogas Rocky Mountain**

777 Bannock Street  
Denver, CO 80204  
Teléfono: 1-800-222-1222  
Si usted tiene una emergencia marque al 911  
<http://www.rmpdc.org/>

## **Desarrollo Infantil, Necesidades Especiales y Servicios de Nutrición**

### **Futuros Brillantes Niñez Temprana**

657 W. Colorado Ave  
Telluride, CO 81435  
Teléfono: (970) 728-5613  
Provee liderazgo, innovación, influencia, y recursos para asegurar un sistema de niñez temprana en los condados de Delta, Gunnison, Hinsdale, Montrose, Ouray y San Miguel.  
[www.brightfuturesforchildren.org](http://www.brightfuturesforchildren.org)

### **Consultas para Niñez Temprana**

Salud y Servicios Humanos del condado de Montrose  
1845 S. Townsend  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-5000  
Exámenes de salud para niñez temprana, servicios de salud mental, y otros servicios para familias.  
<http://www.co.montrose.co.us/107/Health-Human-Services>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Programa para Empoderar a Papás**

Salud y Servicios Humanos del condado de Montrose

1845 S. Townshend

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-5000

Programas educacionales para empoderar a papás con la meta de mejorar los tratos entre padre e hijos.

<http://www.co.montrose.co.us/137/Empowering-Dads>

### **Colaboración entre Familias y Enfermeras**

1845 S. Townsend

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-5022

Programa para mujeres en su primer embarazo. Una enfermera la visitará en su hogar a través del entero embarazo y hasta que el niño cumpla 2 años.

<http://www.nursefamilypartnership.org/locations/Colorado/Region-10-Nurse-Family-Partnership>

### **Nutrición y Servicios Diabéticos Hospital Montrose Memorial**

800 South 3<sup>rd</sup> Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-7170

Servicios de consultorio para diabetes, colesterol, manejo de peso, desordenes gastrointestinales, desordenes alimenticios, alergias, y mas.

<http://www.montrosehospital.com/medical-services/nutrition-and-diabetes>

### **Departamento de Servicios Sociales del Condado de Ouray**

\*\*\*Vea información completa bajo Servicios Comunitarios de Apoyo para los de Recursos Limitados\*\*\*

### **Mujeres, Infantes, y Niños (WIC)**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

302 2<sup>nd</sup> Street

P.O. Box 670

Ouray, CO 81427

Lactancia y consultante certificado con el programa de WIC ofreciendo suplementos alimenticios, entrenamiento, asesoramiento, chequeos para niños de familias con bajos ingresos. Cupones para frutas y vegetales en el mercado de granjeros locales también están disponibles.

## Salud físico y Bienestar

### **Chipeta Sun Lodge (Alojamiento Sol) Spa, Centro de Yoga y Salud físico**

304 S. Lena St.

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-3737

Fax: (970) 626-3715

Centro de físico completo, clases, spa ofreciendo membresías mensualmente, bi-anual anuales.

<http://chipeta.com/>

### **Hypoxia Cross-Fit**

1900 Main Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 708-7119

Sesiones de entrenamiento CrossFit para grupos o individuos guiados por principios de seguridad, eficacia, y eficiencia. CrossFit para niños también disponible.

<http://hypoxiagym.com/>

### **Yoga Shala de Ridgway**

133 N. Lena – Unit #5

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 218-4799

También se ofrece programas de instrucción de 3 clases para principiantes en meditación y actividades de yoga.

<http://www.ridgwayyogashala.com/>

### **Aguas Termales de Orvis (Orvis Hot Springs)**

1583 County Road 3

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5324

Centro de aguas termales naturales con opción para desnudez y una variedad de formas de masaje.

[www.orvishotspots.com](http://www.orvishotspots.com)

### **Piscina de Aguas Termales y Gimnasio de Ouray**

1220 Main Street

P.O. Box 468

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7073

Piscina de aguas termales con carriles para natación, centro para recreo de familias, y gimnasio

<http://ourayhotspots.com/>

**Estudio de Yoga Mountain Interna**

319 6<sup>th</sup> Ave.

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 318-6995

Inspiración Juguetona, rejuvenecimiento que apodera. Se da la bienvenida a principiantes a los expertos.

<http://innermountainyoga.com/home.html>

**Programa de Deportes Adaptivos de Telluride**

568 Mountain Village Blvd., Suite 101

P.O. Box 2254

Telluride, CO 81435

Teléfono: (970) 728-5010

Programa de esquí adaptivo, programa nórdico, programa de balsismo en verano, clínica de montar bicicleta, club de andar en las montañas, escalada en roca, balsismo, kayak, pesca, esquí, 'snowboarding', y escalada en hielo.

<http://www.tellurideadaptivesports.org/>

**Artes Creativos de Weehawken**

1075 Sherman St.

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 318-0150

Artes escénicas, artes de movimiento, volteretas, danza del vientre, artes marciales, baile 'swing', y una gran variedad de clases de baile.

[www.weehawkenarts.org](http://www.weehawkenarts.org)

**Aguas Termales/Spa de Wiesbaden**

625 5<sup>th</sup> Street

P.O. Box 349

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4347

Hospedaje y spa de aguas termales naturales pequeño e íntimo.

[www.wiesbadenhotsprings.com](http://www.wiesbadenhotsprings.com)

## **Seguridad y Preparación de Alimentos**

**Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

*\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\**

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose**

Jim Austin, Director de Salud Ambiental

1845 S. Townsend

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-5067

Email: [jaustin@montrosecounty.net](mailto:jaustin@montrosecounty.net)

Seguridad alimenticia, información sobre calidad de aire y agua para el condado de Ouray

<http://www.co.montrose.co.us/110/Food-Safety>

### **Departamento de Salud Pública y del Ambiente de Colorado**

Regulaciones sobre Alimentos y Contactos para Directrices

<https://www.colorado.gov/pacific/cdphe/food-regulations-and-guidelines-contacts>

\*\*\* Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\*

## **Exámenes de Salud**

### **Network de Salud de Tri-County**

Hannah Wilson

P.O. Box 4222

238 East Colorado Ave, Ste. 8

Telluride, CO 81435

Teléfono: (970) 708-7096

Email: [CHW-Ouray@tchnetwork.org](mailto:CHW-Ouray@tchnetwork.org)

Exámenes de salud confidenciales y gratis para los que no tienen seguro. Incluye colesterol, glucosa en la sangre, presión sanguínea, altura, peso, e información sobre la salud.

<http://tchnetwork.org/>

### **Centro de Salud Uncompahgre**

1350 Aspen Street

Norwood, CO 81423

Teléfono: (970) 327-4233

<http://www.umclinic.org/>

### **Centro de Salud Montaña**

295 Sherman St.

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5123

<http://www.ridgwaymountainmedical.com/pages/home>

## **Servicios de Salud para el Hogar**

### **Salud en el Hogar de Delta-Montrose**

70 Stafford Lane

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-2463

<http://www.deltahospital.org/getpage.php?name=index>

### **Salud en el Hogar de Pasco**

501 S. Townsend Ave.

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-1771

<http://pascosw.com/>

Proveyendo enfermería, terapia física, terapia de lenguaje, terapia ocupacional, trabajo social (terapistas en contrato únicamente), salud en el hogar, asistentes domésticos, y servicios de cuidado personal.

### **Servicios de Salud PeopleCare**

1565 Highway 50, Unit B

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-0136

<http://peoplecarehs.com/>

### **Salud en el Hogar Phoenix**

7 N. Cascade Ave, Unit A

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-6767

<http://phoenixhomehc.com/>

### **Guardianes de Confort (Comfort Keepers)**

300 N. Cascade Ave, Ste. C6

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-4121

[www.comfortkeepers.com](http://www.comfortkeepers.com)

### **Salud en el Hogar del Oeste de Colorado – Voluntarios de América**

300 North Cascade, Suite U9

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-0139

[http://www.voa.org/senior\\_living\\_and\\_care\\_facilities/home-health-of-western-colorado](http://www.voa.org/senior_living_and_care_facilities/home-health-of-western-colorado)

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Esperanza Oeste y Servicios Paliativos**

725 S. 4<sup>th</sup> Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-7734

Servicios incluyen control especializado del dolor y manejo de síntomas por profesionales calificados, hospitalización a largo y corto plazo, medicamentos apropiados, equipos y provisiones médicos, horas de visita a las 24 horas para familiares y amigos, consejo para los que están de duelo y apoyo para pacientes y familias.

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

### **Vecino a Vecino**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

*\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\**

Un programa disponible para cualquier residente del condado de Ouray (60 años de edad o mayor) limitado al hogar o adulto discapacitado (18 años de edad o mayor) que provee servicios incluyendo transporte utilizando furgoneta para ancianos o vehículos privados, servicios de nutrición incluyendo dos almuerzos semanales para ancianos, servicio que trae comidas al hogar, asistencia con las compras, servicios de reparos para el hogar, visitas sociales y llamadas, eventos sociales, acceso a recursos en la comunidad y asistencia con negocios.

### **Agencia para Envejecimiento de la Región 10 / Liga para Asistencia Económica y Planificación**

Michelle Haynes, Directora Ejecutiva

300 North Cascade, Suite 1

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-2436

Fax: (970) 249-2488

<http://www.region10.net/>

### **Toque de Atención**

1100 E. Main St.

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-6080

[www.touchofcarepcp.com](http://www.touchofcarepcp.com)

Toque de Atención se dedica a hacer todo lo necesario para mejorar la calidad de vida para nuestros clientes y sus familias.

### **Soluciones Accesos**

58462 Jasmine Road

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-2360

De modificaciones sin costo a remodelaciones completas, Soluciones Accesos puede hacer los cambios necesarios a su ambiente hogareño para acomodar las limitaciones físicas del individuo.

### **Club Columbine (Aguileña)**

Email: [slong@ouraycountyco.gov](mailto:slong@ouraycountyco.gov)

Teléfono: Joan Moyer (970) 596-9988

**Club de Mujeres del Condado de Ouray y Médico Armario de Préstamo**

Para más información favor de contactar:

Joan Moyer (970) 596-9988 – Área de Ridgway

Lois Fisher (970) 708-5043 – Área de Ouray

Servicio para prestar bienes médicos durables a corto plazo para recuperación, lesión, o enfermedad

<http://womansclubouraycounty.org/activities/medical-loan-closet/>

## **Programas de Inmunización e Información de Farmacias**

**Programa de Inmunizaciones**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

Tammy Clifton, RN

\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\*

Tammy es una fuente información corriente y conocimiento en cuanto a inmunización para todas las etapas del desarrollo humano de los residentes del condado de Ouray. Los servicios del Programa de Inmunizaciones se ofrecen a base de la capacidad de pagar a los miembros de la comunidad de menos de 18 años de edad.

**Farmacia de Ridgway**

P.O. Box 1190

570 Palomino Trail

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-3440

**Carta de Descuento para Recetas Médicas del Condado de Ouray**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\*

<http://www.usarx.com/>

Cartas de descuento están disponibles en la Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray. Ahorre hasta el 75% en todos los medicamentos aprobados por el FDA en farmacias participantes (Farmacia Ridgway, Walgreen's, City Market) No se necesita un formulario de registraci3n, no hay tarifa para afiliarse, una tarjeta, uso inmediato. Pasa por las oficinas de la Agencia de Salud Pública para tarjeta de descuento, informaci3n, y lista de farmacias participantes.



## Agricultura y Ganado Local

### **Jardines Buckhorn**

71446 Buckhorn Road

Montrose, CO 81403

Teléfono: (970) 240-8715

Email: [gardens@buckhornmountain.com](mailto:gardens@buckhornmountain.com)

Jardines Buckhorn es una granja pequeña, orgánica de vegetales 13 millas al sur de Montrose

<http://buckhorngardens.blogspot.com/>

### **Rancho Familia Ferguson**

8 Lynx Rd

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 901-8827

Email: [fergusonbeef@gmail.com](mailto:fergusonbeef@gmail.com)

Ganado 100% natural, alimentado con pasto. El ganado es criado en un ambiente humano, sin estrés, sin químicos, ni antibióticos o hormonas adicionales al plazo de su vida natural.

[www.naturalbeef.us](http://www.naturalbeef.us)

### **Rancho Fisher**

170 Racecourse Road

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5530

Carne natural de vacas Red Angus, criadas dentro de los condados de San Miguel y Ouray sin hormonas añadidas.

### **Granja y Panadería Indian Ridge**

Tony and Barclay Daranyi

1401 County Road 43ZN

Norwood, CO 81423

Teléfono: (970) 327-0336

Se ofrece aves de corral y pavos pastados; huevos pastados; vegetales orgánicos, puerco pastado, ganado alimentado con pasto; heno; pan orgánico; granola y otros bienes horneados; leche y queso de cabra.

<http://indianridgefarm.org/>

### **Granja y Rancho Muddy Boot**

Katie y Jason Merkley

4197 County Rd 24

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-3515

Email: [chicken.rancher@gmail.com](mailto:chicken.rancher@gmail.com)

Ganado criado en apacentadero: vacas, gallinas, pavos, y cerdos

<http://getmuddyboot.blogspot.com/>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Hierbas Montaña Shining**

5636 County Road 23

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (980) 626-2212

Email: [info@shiningmountainherbs.com](mailto:info@shiningmountainherbs.com)

Productos incluyen hierbas cultivadas orgánicamente (con certificación) extractos individuales de hierbas, formulaciones de extractos de hierbas, pomadas y aceites, productos especiales y para cuidado de mascotas.

<http://www.shiningmountainherbs.com/>

### **Granjas Tomten**

Kris Holstrom

P.O. Box 437

Placerville, CO 81430

Teléfono: (970) 708-0289

Email: [kholstrom@gmail.com](mailto:kholstrom@gmail.com)

Ubicado en Hastings Mesa, arriba de Placerville, Kris es un promotor y productor de alimentos locales orgánicos como un educador en permacultura, activista en sustentabilidad, y coordinador para la agricultura comunitaria.

<http://www.localharvest.org/tomten-farm-M16335>

## **Servicios Comunitarios de Apoyo** **para los de Recursos Limitados**

### **Autoridad para Residencia del Condado de Ouray**

201 N. Railroad St.

P.O. Box 10

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5308

### **Centro de Empleo de Montrose**

504 N. 1st Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-7783

Servicios de empleo y entrenamiento para el éxito de personas que buscan trabajo y para empleadores.

<http://www.connectingcolorado.com/>

### **Haven House (Casa de Refugio)**

4806 North River Road

Olathe, CO 81425

Teléfono: (970) 323-5280

Email: [info@havenhousehomeless.org](mailto:info@havenhousehomeless.org)

Residencia transicional para familias

[www.havenhousehomeless.org](http://www.havenhousehomeless.org)

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Comunidades Sanas**

Condado de Montrose

1845 S. Townshend Ave.

Montrose, CO 81401

Teléfono: Carol Unruh (970) 323-5462

Proveyendo asistencia con beneficios y registración en el programa de Medicaid/CHP+ para familias con niños y mujeres encintas.

<http://www.co.montrose.co.us/126/Healthy-Communities>

### **Programa de Asistencia de Energía para el Hogar (HEAP)**

Departamento de Servicios Sociales

177 Sherman Street, Unit #104

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-2299

Hogares elegibles a base de sus ingresos reciben asistencia para pagar facturas de energía y gastos relacionados con energía a través de un programa federal de becas.

<http://www.benefits.gov/benefits/benefit-details/1541>

### **Programa de Asistencia de Energía para los de Bajos Ingresos (LEAP)**

Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose

1845 S. Townshend Avenue

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-5000

Asistencia para el pago de facturas de calefacción para individuos elegibles entre los meses de Noviembre y Abril

<http://www.discovermygoodwill.org/programs/leap>

### **Carol Schutter, Enfermera y Navegadora para el Network de Salud Tri-County**

302 Second Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4670

Cell: (970) 708-7976

Ayuda a niños, familias, y adultos en el proceso de aplicación para Medicaid y programas de Child Health Plus

### **Comunidades Sanas Condado de Mesa**

Departamento de Salud del Condado de Mesa

510 29 ½ Rd.

Grand Junction, CO 81504

Teléfono: (970) 248-6900 o (970) 248-6955

Proveyendo asistencia y manejo de casos a individuos de menos de 21 años y a mujeres encintas que califican o ya tienen Medicaid o CHP+.

[www.health.mesacounty.us](http://www.health.mesacounty.us)

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Ouray**

P.O. Box 530

177 Sherman Street, Unit # 104

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-2299

Programas de Asistencia Alimenticia y Estampillas para Alimentos, programa LEAP, Medicare/Medicaid, y otros programas de asistencia para residentes elegibles del condado de Ouray.

<http://www.ouraycountyco.gov/153/Social-Services>

### **Despensa de Alimentos del Condado de Ouray**

257 Sherman St.

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-4273 or (970) 325-4230

Horas de operación: Jueves de 12:30 p.m. hasta 3:30 p.m.

La despensa de alimentos para la comunidad de Ridgway provee alimentos nutritivos a los necesitados mientras a la vez facilitando la educación y una conexión a otros recursos disponibles en la comunidad.

<http://www.ouraycountyfoodpantry.org/>

### **MADA**

17 N. 6<sup>th</sup> St.

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-4774

Programa de Tarjeta Roja: Ingresos menos de \$1,722, reciben una caja de comida el primer viernes de cada mes. No hay límite de edad.

### **Ministerios de Compartir**

121 N. Rio Grande

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-8385

Asistencia alimenticia en emergencias y programa para mayores con bajos ingresos.

### **Administración de Seguro Social**

1805 Pavilion Drive

Montrose, CO 81401

Teléfono: (866) 758-1317

Pensiones de Seguro Social para mayores, Discapacidad de Seguro Social, e Ingresos de Seguridad Suplementaria y reclamos de discapacidad para niños y adultos y asistencia con reclamos.

<http://office-locations.socialsecurityclaims.com/colorado/montrose/social-security-office-montrose-co-81401/>

## **Servicios de Salud Mental**

### **Centro para Salud Mental**

605 East Miami Road

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-9694

**Servicios de Emergencia a las 24 horas:** (970) 252-6220

Fax: (970) 249-2955

Provee terapia individual y para la familia, manejo de medicamentos, consejeros basados en las escuelas, y grupos para manejo de ira para adolescentes.

<http://www.centermh.org/contact/our-offices/montrose-outpatient>

### **Co-Dependientes Anónimos**

Jueves de 6:00 – 7:15 p.m. en la Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

302 2<sup>nd</sup> Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 901-2675 for Joan

Email: [codascolorado@gmail.com](mailto:codascolorado@gmail.com)

Una asociación de hombres y mujeres cuyo propósito común es desarrollar relaciones sanas a través de apoyo anónimo y amistad.

<http://coda.org/>

### **Colaborativa Regional de Cuidado**

Jenny Nate

Plan de Salud de las Montañas Rocosas

2775 Crossroads Boulevard

Grand Junction, CO 81506-871

Teléfono: (970) 248-8218

Ayuda en la colaboración de cuidado para pacientes en el programa de Medicaid.

<http://www.rmhp.org/>

### **Hospital West Springs**

515 28 ¾ Road

Grand Junction, CO 81501

Teléfono: (970) 263-4918

Se ofrece un continuo completo de cuidado para usted, sus queridos, o el paciente con problemas de salud mental o abuso de sustancias.

<http://mindspringshealth.org/>

### **Salud-Psicoterapia Western Slope**

Erik Cooper, MA LMFT

543 S. 2nd Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-2332

Proveedor de servicios de salud mental y servicios sociales.

[https://npidb.org/doctors/behavioral\\_health/marriage-family-therapist\\_106h00000x/1679621890.aspx](https://npidb.org/doctors/behavioral_health/marriage-family-therapist_106h00000x/1679621890.aspx)

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Helene “H” Discoe, LPC, CAC I**

Centro para Salud Mental  
Terapista Escolar para Ridgway y Ouray  
Teléfono: (970) 318-8537  
Office: (970) 327-4449  
Email: [hdiscoe@centermh.org](mailto:hdiscoe@centermh.org)

### **Hope West y Hospicio**

*\*\*\*Vea información completa bajo Servicios de Salud para el Hogar\*\*\**

### **Enda Junkins, LCSW**

430 4th St.  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-0050  
Trabajadora Social Clínica Licenciada  
Sirviendo a clientes de todas edades con depresión, ansiedad, adicciones, trauma, manejo del estrés, y consejería marital. Hipnoterapia individual y en pareja también disponible.

### **Barbara Blake Morrison, LCSW**

380 West Sherman Street, #8A  
P.O. Box 295  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-4330  
Trabajadora Social Clínica Licenciada y Psicoterapista  
Servicios incluyen EMDR avanzado, consejos para familia y parejas, y terapia individual.

### **Centro de Equitación Terapéutica de Montrose**

10962 Bostwick Park Road  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970)240-6007  
Mejorando las vidas de los discapacitados y sus familias a través de interacciones equinas.  
<http://montrosetherapeuticridingcenter.org/>

### **Lynton Moore, MA LPC CAC II**

Medicina Natural Equilibrio  
177 Sherman Street, #101  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 986-4008  
Email: [lyntonmoore@gmail.com](mailto:lyntonmoore@gmail.com)  
Email: [lynton@sourcecounseling.net](mailto:lynton@sourcecounseling.net)  
Modelo de psicoterapia para niños, parejas, adolescentes, y adultos para el alivio de angustia psicológica, adicciones, trauma, ansiedad, y depresión.

**Randy Stanko LMFT, LLC**

242 West Main Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-5595

Email: [randy@randystanko.com](mailto:randy@randystanko.com)

Ofreciendo terapia profesional para matrimonio y familia, y consejo religioso profesional.

<http://randystanko.com/>

## **Servicios de Nutrición, Jardines, y Mercados para productos Agrícolas**

**Mujeres, Infantes, y Niños (WIC)**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray: Amy Eriksen

P.O. Box 670

302 Second Street

Teléfono: (970) 325-4670

Fax: (970) 325-7314

Email: [aeriksen@ouraycountycogov](mailto:aeriksen@ouraycountycogov)

Ofreciendo consejería para nutrición, consejería para lactancia, y cupones para comidas nutritivas para mujeres de bajos ingresos que están encinta o lactando, infantes, y niños hasta 5 años de edad.

**Mercado de Productos Agrícolas de Ridgway**

Parque Hartwell – Centro de Ridgway

Directora de Mercado – Marietta Johnson

Teléfono: (970) 765-6760

Música Viva, Frutas y Vegetales Locales, Comidas Orgánicas, Flores, Carnes y Huevos Sustentables, Productos Horneados, Jabones y Lociones, Demostraciones de Cocina, Cata de Vinos, Artes y Artesanías.

<http://www.ridgwayfarmersmarket.com/>

**Jardín Comunitario de Ridgway**

Subdivisión de River Park

Ridgway, CO 81432

Se provee infraestructura, recursos, y educación a miembros del jardín de todas las edades participando en el cultivo orgánico y la siega de frutas y vegetales nutritivos en el entorno de una comunidad que promueve la cooperación, el aprendizaje, la responsabilidad, la camaradería, y el compartir.

<http://www.ridgwaygarden.org/>

## Salud Oral

### **Donald F. Swartz DDS**

195 S Lena St # A  
P.O. Box 1390  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-3303  
[www.donaldswartzdds.com](http://www.donaldswartzdds.com)

### **Odontología de Familia Ridgway**

Dr. Michael W. Thomas DDS, DMD & Dr. David Lurye, DDS  
156 Liddell Drive  
P.O. Box 1083  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-3774  
Odontología comprensiva y compasionada para pacientes de todas generaciones.  
[www.ridgwayfamilydentistry.com](http://www.ridgwayfamilydentistry.com)

### **El Programa de San Juan para Prevención de Caries en los Niños (SKIPPY)**

Carol Schutter, Enfermera y Navegadora  
Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray  
302 2nd Street  
P.O. Box 670  
Ouray, CO 81427  
Cell: (970) 708-7967

Se ofrecen servicios dentro de las escuelas cada 6 meses que incluyen un historial médico completo, una evaluación de higiene, limpieza de dientes, y tratamientos de fluoruro. Otros servicios incluyen sellantes para proteger muelas adultas, educación para niños sobre higiene oral, y reportes del estatus de la salud oral de los niños.

### **Clínica Dental de Ouray**

Michael J. Seip, DDS  
309 6th Avenue  
P.O. Box 648  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4800  
Odontología comprensiva para adultos y niños.

### **Clínica Dental Comunitaria**

1901 S. Townsend Ave.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-8896  
Proveedor de servicios dentales para recipientes de Medicaid



## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Dr. Paul Dodsworth, DDS**

1100 E. Main Street, Ste. D  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 240-2720  
Proveedor de servicios dentales para recipientes de Medicaid

### **Dr. James R. Scott, DDS**

601 Main Street  
Olathe, CO 81425  
Teléfono: (970) 323-6828  
Proveedor de servicios dentales para recipientes adultos de Medicaid

### **Grupo Odontológico Silver Leaf**

Dr. Timothy R. Jessop, DDS  
101 S. Mesa Ave.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-4457  
Proveedor de servicios dentales para recipientes adultos de Medicaid

### **Grupo Odontológico Tobler**

140 S. Uncompahgre Ave.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-1733  
Proveedor de servicios dentales para recipientes adultos de Medicaid

## **Distritos Escolares Locales y de Ouray**

### **Distrito Escolar R-1 de Ouray**

P.O. Box N.  
400 7th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4505  
Fax: (970) 325-7343  
[www.ouray.k12.co.us/ouray/site/default.asp](http://www.ouray.k12.co.us/ouray/site/default.asp)

### **Distrito Escolar de Ridgway**

Oficina de Distrito:  
1115 W. Clinton Street  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-4320

Escuela Primaria:  
1115 W. Clinton Street  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5468

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

Escuela Secundaria:  
1200 Green Street  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5788  
Fax: (970) 626-3249  
[www.ridgway.k12.co.us/](http://www.ridgway.k12.co.us/)

## **Oficinas de Doctores y Facilidades Médicas**

### **Dr. Abigail Seaver, ND**

195 S. Lena St., Unit B  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-3188  
[abigailseaver1@gmail.com](mailto:abigailseaver1@gmail.com)

Medicina integral y natural para familias, nutrición clínica, hierbas, y homeopatía.

### **Medicina Natural Equilibrio**

Dr. Jason Bojar DC, MS, CNS & Dr. Jessica Balbo DC  
177 Sherman St., Ste. #101  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-7137

Ajustes/Manipulaciones Quiroprácticos, Medicina Funcional/Nutrición Clínica, Cinta Kinesio, Distracción Flexión, Terapia de Laser Frio, Análisis de Composición del Cuerpo, Terapia Hipobárica de Oxígeno Moderada.

<http://balancenaturalmedicine.com/>

### **Clínica de Salud de Rural Basin**

421 W. Adams Street  
P.O. Box 340  
Naturita, CO 81422  
Teléfono: (970) 865-2665

Clínica rural de salud ofreciendo cuidado primario y de emergencia de Lunes a Viernes (8am-5pm)

<http://basinclinic.org/>

### **Centro de Cirugía Black Canyon**

611 E. Star Court, Suite C  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-6842

Cuidado económico en especialidades múltiples a una región constada de cinco condados para proveer a pacientes el más alto nivel de calidad en un centro médico moderno fuera del hospital.

<http://www.blackcanyonsurgicalcenter.com/>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Centro Medico Eagle's Wing**

Dr. Paul Glanville, MD  
112 Village Square West, Ste. #102  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-7140

Medicina familiar con un énfasis en terapia de hormonas bio-idénticas; función de adrenales y tiroides, y Síndrome de Temperatura de Wilson's  
<http://eagleswingmedical.com/>

### **Terapia In En Movimiento**

611 E. Star Court, Ste. B  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-1646

Terapia física comprensiva y servicios de rehabilitación, incluyendo terapia en piscina  
<http://inmotiontherapymontrose.com/>

### **Grupo Quiropráctico de Hoover**

Dr. Wayne Hoover, DC  
1228 E Main St., Ste. 2  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-2233  
[www.hooverchiropracticgroup.com](http://www.hooverchiropracticgroup.com)

### **Hospital Memorial de Montrose**

800 South 3<sup>rd</sup> Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 240-2211  
[www.montrosehospital.com](http://www.montrosehospital.com)

### **Centro Medico Montaña**

*\*\*\*Vea información completa bajo Exámenes de Salud\*\*\**

### **Terapia de Vista de Montañas**

185 Sherman St., Ste. #103  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-4050

La clínica de rehabilitación de Ridgway provee servicios a pacientes fuera del hospital que tienen impedimentos, limitaciones físicas, discapacidades, cambios in función física, estatus de salud proviniendo de lesión, enfermedad, u otras causas.

<http://www.montrosehospital.com/medical-services/mountain-view-therapy/ridgway-rehabilitation>

### **Centro de Bienestar de Montrose**

224 South Nevada  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-9644

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Centro de Salud Familiar de Valle del Rio**

100 Tessitore Court, Suite B

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 497-3333

Proveyendo acceso a médico integrado y cuidado de calidad de una manera comprensiva y culturalmente respetuosa a individuos y familias.

<http://www.rivervalleyfhc.com/>

### **Centro de Salud Integrativa Rocky Mountain**

160 S Amelia Street

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-9877

[rmih@ridgway.us](mailto:rmih@ridgway.us)

Servicios incluyen una variedad de modalidades de masaje, acupresión, tratamientos de acupuntura, terapia de toque, consejería, y servicios de kinesiología.

[www.rmintegrativemedicine.com](http://www.rmintegrativemedicine.com)

### **Medicina Familiar Sherwood**

570 Palomino Trail

P.O. Box 270

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-4370

### **Centro Medico de Asuntos de Veteranos (VA)**

154 Colorado Avenue

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-7791

<http://www1.va.gov/DIRECTORY/GUIDE/facility.asp?ID=874>

## **Gobierno de Condado y de Ciudad**

### **Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

*\*\*\*Vea información completa bajo Calidad de Agua\*\*\**

### **Servicios Médicos en Emergencia del Condado de Ouray**

*\*\*\*Vea información completa bajo Prevención de Lesiones\*\*\**

### **Departamento de Servicios Sociales del Condado de Ouray**

*\*\*\*Vea información completa bajo Servicios Comunitarios de Apoyo para los de Recursos Limitados\*\*\**

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Examinador Médico y Médico Forense del Condado de Ouray**

P.O. Box 722

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 240-7298

<http://www.countyoffice.org/co-ouray-county-medical-coroner/>

### **Programa para Juvenil del Condado de Ouray**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

302 2nd Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7244

La misión de este programa es proveer a ofensores juveniles en su primera y a veces segunda ofensa una alternativa al sistema de penas juvenil y una alternativa a un record criminal.

### **Oficina del Sheriff del Condado de Ouray**

P.O. Box 585

541 4<sup>th</sup> Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7272, ext. 12

<http://ouraycountyco.gov/152/Sheriff>

### **Abogado del Condado de Ouray**

P.O. Box 28

111 Mall Road

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-9775

Fax: (970) 626-4439

<http://www.ouraycountyco.gov/238/Attorney>

### **Licencia para Conducir: Montrose**

86 Rose Lane

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-5426

### **Departamento para Uso de Tierra del Condado de Ouray**

P.O. Box 28

111 Mall Road

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-9775

<http://ouraycountyco.gov/147/Land-Use-Planning>

### **Carretera y Puente del Condado de Ouray**

P.O. Box 456

115 Mall Road

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5391

<http://www.ouraycountyco.gov/151/Road-Bridge>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Sistema de Información Geográfica (GIS) y Tecnología Informática (IT) del Condado de Ouray**

P.O. Box C

541 Fourth St.

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7350

<http://www.ouraycountyco.gov/146/GIS-Geographic-Information-Systems-IT>

### **Secretario y Archivista del Condado de Ouray**

P.O. Box C

541 4th Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4961

<http://www.ouraycountyco.gov/325/Clerk-Recorder>

### **Administrador del Condado de Ouray**

P.O. Box C

541 Fourth St.

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7263

<http://www.ouraycountyco.gov/138/Administrator>

### **Departamento de Recursos Humanos del Condado de Ouray**

P.O. Box C

541 4th Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-7332

<http://www.ouraycountyco.gov/145/Human-Resources>

### **Departamento de Mantenimiento del Condado de Ouray**

541 4th Street

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 318-1127

<http://www.ouraycountyco.gov/148/Maintenance>

### **Tesorero del Condado de Ouray**

Jeannine Casolari

P.O. Box 149

541 4<sup>th</sup> St.

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4487

<http://www.ouraycountyco.gov/154/Treasurer>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Asesor del Condado de Ouray**

Susie Mayfield  
P.O. Box 665  
421 Sixth Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4371  
<http://www.ouraycountyco.gov/139/Assessor>

### **Centro de Eventos 4-H del Condado de Ouray**

\*\*\**Vea información completa bajo Centros de Comunidad y Recreo*\*\*\*

### **Control de Mala Hierba del Condado de Ouray**

Ron Mabry  
115 Mall Road  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-9775 ext. 23

### **Pueblo de Ridgway**

P.O. Box 10  
201 N. Railroad Street  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5308  
[www.town.ridgway.co.us](http://www.town.ridgway.co.us)

### **Ciudad de Ouray**

P.O. Box 468  
320 6th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-7211  
[www.cityofouray.com](http://www.cityofouray.com)

## **Educación y Entrenamiento Profesional Regional**

### **Centro de Educación para Adultos de Montrose**

526 N. 6<sup>th</sup> Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-2028  
Ofreciendo clases y tutoría en alfabetismo básico, preparación para el examen de GED, Inglés como Segundo Lenguaje (ESL).

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Universidad Mesa de Colorado**

234 S. Cascade Avenue

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-7009

Campus universitario con servicios completos sirviendo a Montrose y la región adyacente.

<http://www.coloradomesa.edu/>

### **Universidad de Estado de Colorado – Oficina de Extensión**

1001 North 2nd Street

Friendship Hall

Montrose, CO 81401-3731

Teléfono: (970) 249-3935

Proveyendo educación e información a base de investigación para agricultura y horticultura a nivel de comunidad rural.

[extension.colostate.edu/TRA](http://extension.colostate.edu/TRA)

### **Centro de Empleo de Colorado / Ventaja de Entrenamiento**

*\*\*\*Vea información completa bajo Servicios Comunitarios de Apoyo para los de Recursos Limitados\*\*\**

### **Opciones para la Comunidad**

P.O. Box 31

Montrose, CO 81402

Teléfono: (970) 249-1412

Se provee una variedad de servicios residenciales, vocacionales, y varios otros servicios de apoyo a aproximadamente 350 individuos con discapacidades de desarrollo intelectual.

[www.communityoptionsinc.org](http://www.communityoptionsinc.org)

### **Colegio Técnico de Delta-Montrose**

1765 US Highway 50

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-7671

<http://www.dmtc.edu/index.php>

Se ofrecen programas de educación vocacional y técnicos aprobados y/o acreditados por el Sistema de Colegios Comunitarios de Colorado y la Comisión de la Asociación Norte-Occidental sobre la Acreditación y el Mejoramiento de Escuelas.

### **División de Rehabilitación Vocacional de Colorado**

1010 S. Cascade Ave., Ste. C

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-4468

Apoya a individuos con discapacidades que necesiten apoyo en su rehabilitación para poder trabajar y atender los quehaceres de la vida diaria.

<http://www.dvrcolorado.com/>



## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Programa de Alianza de Escuela a Empleo (SWAP)**

Dee Williams, Coordinadora

P.O. Box 728

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-2977

E-mail: [swap17@mindspring.com](mailto:swap17@mindspring.com)

SWAP es diseñado para ayudar a adultos jóvenes a encajarse efectivamente en una carrera.

[http://www.dvrcolorado.com/community\\_partners\\_school.php](http://www.dvrcolorado.com/community_partners_school.php)

### **Servicios Cooperativos de Uncompahgre (UnBOCS)**

Tammy Johnson, Directora Ejecutiva

1115 W. Clinton St.

P.O. Box 728

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-2977

El UnBOCS es un servicio educativo regional diseñado para proveer apoyo instruccional, servicios de administración y personal, y servicios comunitarios contratados a miembros participantes.

<http://www.unboocs.org/>

### **Centro de Empleo de Colorado / Ventaja de Entrenamiento**

504 North First Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-7783

E-mail: [Montrose@cwfc.net](mailto:Montrose@cwfc.net)

Navegante para discapacidades, servicios para los discapacitados que buscan empleo, y remisión para recursos. Condados que se sirven: Ouray, San Miguel, Montrose, y Delta.

[www.yourworkforcecenter.com/montrosewfc.htm](http://www.yourworkforcecenter.com/montrosewfc.htm)

### **Centro de Recursos San Miguel**

P.O. Box 3243

Telluride, CO 81435

Teléfono: (970) 728-5842

Abogacía legal, refugio de emergencia y alojamiento seguro, grupos de apoyo, información y referencias, programas culturales, programas para prevención de violencia domestica basados en la escuela, educación comunitaria, entrenamiento de voluntarios. Servimos a los condados de San Miguel y el oeste de Montrose.

<http://smrcco.org/>

### **Centro Universitario del San Miguel (UCSM)**

220 E. Colorado Avenue, Ste. #203

Telluride, CO 81435

Teléfono: (970) 369-5255

Email: [admin@ucsanmiguel.org](mailto:admin@ucsanmiguel.org)

UCSM es una iniciativa para el desarrollo de la comunidad sin fines de lucro que provee acceso a educación postsecundaria y entrenamiento profesional en los centros turísticos rurales y las comunidades vecinas.

## **Servicios Legales para Ancianos**

### **Lincoln W. Anderson, LLC**

1825 E Main St.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 318-1228

### **Agencia Legal para Discapacitados en Colorado**

322 North 8th St.  
Grand Junction, CO 81501  
Teléfono: (800) 531-2105 or (970) 241-6371  
<https://disabilitylawco.org/>

### **Ayuda Legal Voluntaria de Uncompahgre**

300 North Cascade Ave, Ste. U2  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-7202  
<http://www.coloradolegalservices.org/lawhelp/organization/uncompahgre-volunteer-legal-aid-uvla-pro-bono/consumer-issues/bankruptcy?ref=xOPJ4>

### **Agencia Local para Envejecimiento Region 10**

300 N. Cascade Avenue, Ste. #1  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-2436  
<http://www.region10.net/aaa/>

### **Cuidado en el Hogar First Light**

122 S. Park Ave.  
Montrose CO 81401  
Teléfono: (970) 417-4812  
Proveer servicios para ancianos, cuidado en el hogar, y apoyo para la familia de discapacitados.  
<http://www.firstlighthomecare.com/>

### **Médico en el Hogar del Occidente de Colorado**

300 N. Cascade Avenue, Ste. U9  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 240-0139  
Se ofrecen servicios para cuidado médico en el hogar a individuos de todas las edades incluyendo enfermería, servicios sociales, terapia física, ocupacional, y de lenguaje.  
[http://www.voa.org/senior\\_living\\_and\\_care\\_facilities/home-health-of-western-colorado](http://www.voa.org/senior_living_and_care_facilities/home-health-of-western-colorado)

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Homestead de Montrose**

Voluntarios de América  
1819 Pavilion Drive  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-9359

Email: [dswanson@voa.org](mailto:dswanson@voa.org) Denise Swanson

Se provee alojamiento para ancianos en ambiente de vivienda asistida con servicios de limpieza del hogar, apoyo para la familia, servicios médicos, y comidas.

[http://www.voa.org/senior\\_living\\_and\\_care\\_facilities/the-homestead-at-montrose](http://www.voa.org/senior_living_and_care_facilities/the-homestead-at-montrose)

### **Centro para Independencia**

300 N. Cascade Ave., Ste. C10  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-3783

Ayuda con aplicaciones para Discapacidad Seguro Social, grupos para individuos con problemas de visión, y consejería para poder vivir independientemente con alguna discapacidad.

### **Programa para Cuidado Completo de Ancianos (PACE)**

2377 Robins Way  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 252-0522

Programa de cuidado comunitario para ancianos provee para todas las necesidades médicas y sociales de ancianos que se matriculan en el programa.

## **Asilo de Ancianos**

### **Centro de Cuidado Colorado**

885 South Hwy Business Loop  
Olathe, CO 81425  
Teléfono: (970) 323-5504

[www.vivage.com/colorow/](http://www.vivage.com/colorow/)

Centro de enfermería especializada con una variedad de comodidades, terapias, y servicios de rehabilitación.

### **Centro de Domicilio San Juan**

1043 Ridge Street  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-9683

[www.sanjuanlivingcenter.com](http://www.sanjuanlivingcenter.com)

**Centro de Cuidado Valley Manor**

1401 S. Cascade

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-9634

Email: [tcassidy@voa.org](mailto:tcassidy@voa.org)

[http://www.voa.org/senior\\_living\\_and\\_care\\_facilities/valley-manor-care-center](http://www.voa.org/senior_living_and_care_facilities/valley-manor-care-center)

Centro de enfermería especializada y comunidad para apoyo de senilidad ofreciendo rehabilitación, apoyo a la familia, hospicio, y cuidado espiritual.

**Centro de Cuidado Willow Tree**

2050 S. Main Street

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-9773

[www.willowtreecarecenter.com](http://www.willowtreecarecenter.com)

Una comunidad de domicilio para ancianos ofreciendo enfermería especializada, servicios de rehabilitación los siete días de la semana, cuidado a largo plazo, cuidado paliativo, y estadías de corto plazo.

## **Facilidades de Vida Asistida**

**Hogar de Confort de Delta**

540 Grand Blvd.

Delta, CO 81416

Teléfono: (855) 344-4048

**Ancianato Crossroads**

1380 Aspen Way

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-1421

[www.crossroadsalc.org](http://www.crossroadsalc.org)

Una residencia como un hogar diseñado para personas mayores que necesitan un poco de ayuda con las actividades diarias que se centra en los residentes salud y bienestar lo más independiente posible

**Hogar Delta**

233 Main Street

Delta, CO 81416

Teléfono: (970) 874-4448

**Vivienda Asistida Chateau de Heidi**

2720 Sunnyside

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-8228

**Vivienda Asistida Brookdale Sunrise Creek**

1968 Sunrise Drive  
Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 240-0600

<https://www.brookdale.com/communities/emeritus-sunrise-creek/>

Proveyendo vivienda independiente, vivienda asistida, y cuidado para ancianos con senilidad y sus familias de Montrose y en toda la área del valle del Uncompahgre.

**Centro de Cuidado Valley Manor**

1401 S. Cascade Avenue  
Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-9634

Se provee cuidado de enfermería las 24 horas, estadías de largo plazo, apoyo para la familia, cuidado durante el fin de vida, y cuidado senil asegurado. Terapia física, ocupacional, y de lenguaje disponible el centro de rehabilitación.

## **Servicios de Salud Espirituales**

**Iglesia Anglicana de Todos los Santos**

2057 S. Townsend Ave.

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-2451

<http://www.allsaintsanglicanmontrose.org/>

**Iglesia Comunitaria de Colona**

Pastor Freed

56 Thatcher Ave.

Colona, CO 81403

Teléfono: (970) 240-3720

<http://www.colonachurch.org/>

**Iglesia Comunitaria de Ridgway**

Pastor Kreigshauser

685 W. Sherman

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-5692

<http://www.ridgwaychurch.com/tp70/Default.asp?ID=242059>

**Iglesia Unidad de las Montañas San Juan**

295 Lena St.

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-

5803

<http://www.ucsjridgway.org/>

## GUÍA OURAY CONDADO DE RECURSOS DE SALUD DE LA COMUNIDAD

### **Iglesia de Cristo de Ridgway**

116 Marys Road  
Ridgway, CO 81432  
Teléfono: (970) 626-5526

### **Iglesia Metodista Unida de Montrose**

19 S. Park Ave  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-3716  
<http://www.montroseumc.org/>

### **Primera Iglesia del Nazareno**

705 S. 12<sup>th</sup> St.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-9213

### **Primera Iglesia Presbiteriana**

1840 E. Niagara Rd.  
Montrose, CO 81401  
Teléfono: (970) 249-4732

### **Asociación Cristiana de Ouray**

336 4th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4253  
<http://ouraychristianfellowship.org/>

### **Primera Iglesia Bautista del Sur**

100 4th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4448

### **Iglesia Católica de San Daniel**

614 5th Street  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4373

### **Iglesia Episcopal de San Juan**

329 5th Avenue  
Ouray, CO 81427  
Teléfono: (970) 325-4655  
<http://www.sanjuanepiscopal.com/>

## **Servicios para Adicción**

### **Alcohólicos Anónimos – Oficina Central de Colorado Occidental**

1005 N. 12th Street #107  
Grand Junction, CO 81501  
Teléfono: (970) 245-9649  
[www.aa-westerncolorado.org](http://www.aa-westerncolorado.org)

### **Alcohólicos Anónimos – Ouray**

Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray  
\*\*\**Vea información completa bajo Calidad, Pruebas, y Referencias para Agua*\*\*\*

### **Alcohólicos Anónimos – Ridgway**

Iglesia Comunitaria de Ridgway  
\*\*\**Vea información completa bajo Servicios para Salud Espiritual*\*\*\*

### **Alcohólicos Anónimos – Montrose (4 Locales)**

All Saints Anglican Church  
\*\*\**Vea información completa bajo Servicios para Salud Espiritual*\*\*\*

### **Iglesia Metodista Unida de Montrose**

\*\*\**Vea información completa bajo Servicios para Salud Espiritual*\*\*\*

### **Primera Iglesia del Nazareno**

\*\*\**Vea información completa bajo Servicios para Salud Espiritual*\*\*\*

### **Primera Iglesia Presbiteriana**

\*\*\**Vea información completa bajo Servicios para Salud Espiritual*\*\*\*

### **Helene “H” Discoe, LPC**

Consejera Certificada de Adicciones  
\*\*\**Vea información completa bajo Servicios de Salud Mental*\*\*\*

### **Centro para Salud Mental**

\*\*\**Vea información completa bajo Servicios de Salud Mental*\*\*\*

### **Narcóticos Anónimos**

Área de Serenidad Ilimitada – Cuesta Occidental  
Teléfono: (970) 201-1133  
Reuniones en: Delta, Grand Junction, Montrose, Telluride, Moab, UT;  
Monticello, UT; Blanding, UT  
[www.nacolorado.org](http://www.nacolorado.org)

## **Servicios para Dejar de Fumar/Tobacco**

### **Colorado Quitline**

Teléfono: 1-800-QUIT-NOW (784-8669)

La inscripción para los servicios para comenzar ' programa de entrenamiento ' y determinar la elegibilidad para los parches o chicles de nicotina . Los servicios en línea y telefónicos disponibles para las personas mayores de 15 años .

<http://www.myquitpath.org/>

<https://colorado.quitlogix.org/>

### **Smoke-Free**

[www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)

[www.thisisquitting.com](http://www.thisisquitting.com)

### **Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

*\*\*\*Vea información completa bajo Calidad, Pruebas, y Referencias para Agua\*\*\**

Tanner Kingery: Educador sobre la Salud

Email: [tkingery@ouraycountyco.gov](mailto:tkingery@ouraycountyco.gov)

## **Calidad, Pruebas, y Referencias para Agua**

### **Departamento de Salud Pública y el Ambiente de Colorado**

#### **División de Servicios de Laboratorio**

8100 Lowry Boulevard

Denver, CO 80230

Teléfono: (303) 692-3090

Email: [cdphe.lab@state.co.us](mailto:cdphe.lab@state.co.us)

Dirección para enviar por correo muestras

P.O. Box 17123

Denver, CO 80217

<http://www.cdphe.state.co.us/lr/water.htm>

### **Laboratorios de Grand Junction**

435 North Avenue

Grand Junction, CO

Teléfono: (970) 242-7618

Servicio de análisis de agua, minerales, tierra, y análisis espectrográfico

<http://www.gjlaboratories.com/>

### **Departamento de Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose**

*\*\*\*Vea información completa bajo Seguridad y Preparación de Alimentos\*\*\**



**Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

302 2nd Street

P.O. Box 670

Ouray, CO 81427

Teléfono: (970) 325-4670

Fax: (970) 325-7314

Email: [elawczeck@ouraycountyco.gov](mailto:elawczeck@ouraycountyco.gov)

[www.ouraycounty.gov/publichealth.html](http://www.ouraycounty.gov/publichealth.html)

**Agencia para Protección del Ambiente de los Estados Unidos**

Región 8

1595 Wynkoop Street

Denver, CO 80202

Teléfono: (800) 227-8917

<http://www2.epa.gov/aboutepa/epa-region-8-mountains-and-plains>

## **Servicios de Salud para Mujeres**

### **\*\*\*Servicios de Salud para Mujeres, Infantes, y Niños\*\*\***

**Bosom Buddies**

645 South 5<sup>th</sup> Street

Montrose CO 81401

Teléfono: (970) 252-2777

Una organización sin fines de lucro compuesta de sobrevivientes al cáncer de seno cuya misión es dar la bienvenida, apoyar, y ofrecer ayuda a mujeres recién diagnosticadas, mujeres en recuperación, y sus familias.

[www.bosombuddieswc.org](http://www.bosombuddieswc.org)

**La Casa del Delfín**

**Centro de Abogacía para Niños del 7º Distrito Judicial**

*\*\*\*Vea información completa bajo Violencia Domestica y Prevención de Heridas\*\*\**

**Casa de Promesa**

P.O. Box 784

Olathe, CO 81425

Teléfono: (970) 323-6013

Programa de apoyo para mujeres de todas edades que tienen niños de edad pre-escolar y están luchando con el abuso de drogas o cualquier otro problema que les controle la vida ofreciéndoles asistencia y alojamiento.

<http://teenchallengerm.org/hop/>

**Salud y Servicios Humanos del Condado de Montrose**

**Unidad de Planificación Familiar**

317 South 2<sup>nd</sup> Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-7755

Una gran variedad de servicios de salud para mujeres (y hombres) incluyendo: exámenes anuales, examen de Papanicolaou, examen de seno, una mayoría de métodos para control de fertilidad, consejería sobre fertilidad, inmunizaciones para adultos (incluido el HPV) referencias para WIC, y servicios de apoyo para lactancia.

<http://www.co.montrose.co.us/109/Family-Planning>

**Clínica de Parteras Hospital**

**Memorial de Montrose**

900 South 4<sup>th</sup> Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-2542

Salud de Mujeres, Planificación Familiar, y Partería

<http://www.montrosehospital.com/medical-services/nurse-midwife-services>

**Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray**

Tammy Clifton, RN

\*\*\*Vea información completa bajo Calidad, Pruebas, y Referencias para Agua\*\*\*

Pruebas de embarazo y de infecciones de transmisión sexual, exámenes de salud para niños disponibles.

**Salud y Servicios Humanos del Condado de San Miguel**

333 W Colorado Avenue

P.O. Box 1170

Telluride, CO 81435

Teléfono: (970) 728-3844

<http://www.sanmiguelcounty.org/215/Health-Human-Services>

**Centro Medico Uncompahgre**

1350 Aspen St.

P.O. Box 280

Norwood, CO 81423

Teléfono: (970) 327-4233

<https://umclinic.org/>

**Programa Prenatal Uncompahgre**

1845 S. Townshend Ave.

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-5097 or (970) 244-0498

Asegurando la salud de madres, embarazos, e infantes tras el acceso a servicios médicos y dentales esenciales.

<http://www.htop.org/child/upp>

## Servicios para Jóvenes

### **Acompañaros (Partners)**

315 South 7th Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 249-1116

E-mail: [w4partners@partners-west.org](mailto:w4partners@partners-west.org)

Programa de mentor para niños entre las edades de 6-17. Se ofrecen servicios en los condados de: Ouray, Montrose, y Delta.

[www.partners-west.org](http://www.partners-west.org)

### **Centro Robert A. Brown**

Recursos Comunitarios Hilltop

3325 N. Townshend Avenue

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-0161

Facilidad residencial para niños entre las edades de 12-18 enfrentándose a desafíos y posibles problemas con abuso de sustancias. Se ofrece educación en el local, entrenamiento en habilidades sociales y vida.

<http://www.htop.org/youth/rbc>

### **Familias en Tándem**

540 South 1<sup>st</sup> Street

Montrose, CO 81401

Teléfono: (970) 252-7445

Comprometido a establecer tutoría familiar para niños y sus familias que se enfrentan a circunstancias difíciles.

<http://www.htop.org/youth/tf>

### **Programa Juvenil Voyager**

P.O. Box 709

Ridgway, CO 81432

Teléfono: (970) 626-4279

<http://www.voyageryouthprogram.org/>

Programa después de la escuela y durante el verano para niños entre 5 y 16 años de edad.

## **Organizaciones Caritativas Locales y Regionales**

**Acompañaros de Arte:** w4partners@partners-west.org  
**Club de Armas de Fuego del Cacique Ouray:** <http://chiefouraygunclub.yolasite.com/>  
**Club Columbine:** slong@ouraycountycogov  
**Fundación dZi:** info@dzifoundation.org  
**Amigos de la Biblioteca de Ouray:** FoLHolidayLuncheon@gmail.com  
**Amigos de la Biblioteca de Ridgway:** wemush4@gmail.com  
**Amigos del Parque Estado de Ridgway:** (970) 626-5822  
**Amigos de la Casa de Operas Wright:** info@thewrightoperahouse.org  
**Proyecto Comunitario Mosaico:** mosaic.community.project@gmail.com  
**Refugio Rebekah del Monte Hayden #54:** (970) 325-4489  
**Fundación Educativa Monte Sneffels:** (970) 325-0967  
**Asociación de Artes del Condado de Ouray:** jbhazen@yahoo.com  
**Coro del Condado de Ouray:** jandkpet@montrose.net  
**Partido Democrático del Condado de Ouray:** johnhollrah@ouraynet.com  
**Sociedad Histórica del Condado de Ouray:** ochs@ouraynet.com  
**Autoridad de Residencia del Condado de Ouray:** shirley@smrha.org  
**Consejo sobre el Esquí Nórdico del Condado de Ouray:** <http://ouraynordic.org>  
**Guia para Artes Escénicos del Condado de Ouray:** ocpaginfo@ouraynet.com  
**Museo de la Historia del Rancho del Condado de Ouray:** jchismire@gmail.com  
**Partido Republicano del Condado de Ouray:** info@ourayrepublicans.org  
**Logia de Wapití de Ouray:** (970) 325-4510  
**Logia Masónica de Ouray:** (970) 325-4277  
**Rescate de la Montaña de Ouray:** P.O. Box 220 Ouray, CO 81427  
**Grupo de Andar en Las Montañas de Ouray:** labunten@ouraynet.com  
**Padres y Profesores Trabajando Juntos:** ourayleos@gmail.com  
**Concilio Comunitario de Ridgway Ouray:** parkersl1@aol.com or evanslowande@gmail.com  
**Grupo de Senderos de Ridgway:** www.ridgwaytrails.com  
**Sociedad Humana Second Chance (Oportunidad Segunda):** (970) 626-2273  
**Centro de Desarrollo de Negocios Pequeños:** 970-943-3157  
**Cumbre de los Pinos:** paulajames22@earthlink.net  
**Transición a Nuestra Manera:** paulajames22@earthlink.net; (970) 316-1792  
**Artes Escénicos Weehawken:** questions@weehawkenarts.org; (970) 318-0150  
**Club de Mujeres de Ouray:** xolozo@aol.com or donnahudson@msn.com  
**Mujeres en Apoyo de la Educación:** srlander@ouraynet.com  
**Asociación de Conservación Yankee Boy:** info@yankeeboy.org



*Gracias en especial a la Agencia de Salud  
Pública del Condado de Ouray*

Dra. Elisabeth Lawaczeck, DVM

Directora de la Agencia de Salud Pública del Condado de Ouray

Tanner Kingery, MPH

Educador sobre la Salud y Contribuidor a la Guía de Recursos 2016/2017

