

# Lyman Family Resource Flyer

## Food

Pre-order school meals to pick up. Order forms need to be completed **every** week by Friday in order to pick up your meals the following week

<https://www.swsd.k12.wa.us/Page/5086>

### **Pick up Meals from:**

- Big Lake Elementary: 9-10 a.m.
- Clear Lake Elementary: 9-10 a.m.
- Lyman Elementary: 9-10 a.m.
- Samish Elementary: 9-10 a.m.
- Cascade Middle: 9-10 a.m. and 4-5 p.m.
- Sedro-Woolley High: 11 a.m-12 p.m. & 4-5 p

*If you cannot access the website to fill out the pre-order form, please contact your school counselor*

**Weekend Food Program:** Receive supplemental food at home by signing up here: No questions asked

<https://helpinghandsfoodbank.org/programs/>

(360) 856-2211

### **Helping Hands Food Bank**

9386 Fruitdale Rd

(360) 856-2211

## Mental Health Counseling

- **Washington Mental Health Referral Service for Children and Teens:**  
(833) 303-5437

Covered by state insurance (such as Apple Health):

- **Catholic Community Services**  
<https://ccsww.org/get-help/mental-health-services/childrens-mental-health/>  
(425) 257-1621
- **SeaMar Mt Vernon Behavioral Health Child & Family Services:**  
<https://seamar.org/skagit-bh-mountvernon-family.html>  
(360) 542-8810
- **Compass Health:** [www.compasshealth.org](http://www.compasshealth.org)  
(425) 349-8200

Covered under private medical insurance:

- **Skagit Behavioral Health,**  
<http://skagitbehavioralhealth.com/>  
(360) 424-0400
- **Counseling Centers of North Puget Sound**  
<https://www.counselingnps.com/>  
(360) 568-8737

## Community Resources

### **Community Action of Skagit County**

<https://www.communityactionskagit.org/community-action-covid-19-response/>

(360) 416-7585

**Family Promise** [\(360\) 856-6181](tel:3608566181)

**DSHS Assistance** (360) 856-2211

**Helping Hands Solution Center of Skagit County** can also sign families up for any DSHS services

### **Domestic Violence and Sexual Assault Services:**

<https://www.dvsas.org/> (877) 715-1563

## Mental Health Crisis

(such as suicide or self harm)

**Call** 1-800-273-8255

**Or text** 741741

**Emergency Room** - If you feel your child is having a mental health crisis, you can take them to any emergency room to have a mental health assessment.

### **LGBTQ helpline**

(866) 488-7386

**I'm hurting crisis chat:** <http://imhurting.org/>

## Housing

**Eviction Prevention Assistance:** (360) 399-3006

### **Sedro-Woolley School District Housing Resource:**

Rinny Shelton, [rshelton@swsd101.org](mailto:rshelton@swsd101.org)

(360) 855-3879

## Medical

**WA Health Plan Finder** [www.wahealthplanfinder.org](http://www.wahealthplanfinder.org)

(800) 562-3022

## School Contacts

**School Counselor:** Ariel Williams

[awilliams@swsd101.org](mailto:awilliams@swsd101.org)

360-855-3638

**District Resource Coordinator:** Rinny Shelton

[rshelton@swsd101.org](mailto:rshelton@swsd101.org)

360-855-3879

# Lyman Folleto de Recursos

## Comida

Pedir comidas escolares con anticipación para recoger. Los formularios de pedido deben completarse todas las semanas antes del viernes para poder recoger sus comidas de la semana siguiente

<https://www.swsd.k12.wa.us/Page/5086>

Recoger comidas en:

- Big Lake: 9-10 a.m.
- Clear Lake: 9-10 a.m.
- Lyman: 9-10 a.m.
- Samish: 9-10 a.m.
- Cascade Middle: 9-10 a.m. y 4-5 p.m.
- High School: 11 -12 p.m. Y 4-5 p

*Si no puede acceder al sitio web para completar el formulario de pedido anticipado, comuníquese con el consejero de su escuela*

**Programa de alimentos de fin de semana:** reciba alimentos suplementarios en casa registrándose aquí: sin preguntas <https://helpinghandsfoodbank.org/programs/> (360) 856-2211

**Banco de Alimentos Helping Hands**  
9386 Fruitdale Rd  
(360) 856-2211

## Consejería de salud mental

**Servicio de referencias de salud mental de Washington para niños y adolescentes:**  
(833) 303-5437

Cubierto por un seguro del el estatal (como Apple Health):

- **Servicios a la comunidad católica**  
<https://ccsww.org/get-help/mental-health-services/childrens-mental-health/>  
(425) 257-1621
- Servicios de salud conductual para niños y familias de **SeaMar Mt Vernon:**  
<https://seamar.org/skagit-bh-mountvernon-family.html>  
(360) 542-8810
- **Compass Health:**  
[www.compasshealth.org](http://www.compasshealth.org)  
(425) 349-8200

Cubierto por un seguro médico privado:

- **Salud conductual Skagit,**  
<http://skagitbehavioralhealth.com/>  
(360) 424-0400
- **Centros de asesoramiento de North Puget Sound**  
<https://www.counselingnps.com/>  
(360) 568-8737

## Recursos de la comunidad

**Acción comunitaria del condado de Skagit**  
<https://www.communityactionskagit.org/community-action-covid-19-response/>  
(360) 416-7585

**Promesa familiar** (360) 856-6181

**Asistencia de DSHS** (360) 856-2211

**Helping Hands Solution Center** del condado de Skagit también puede inscribir a las familias en cualquier servicio de DSHS

**Servicios de violencia doméstica y agresión sexual:**  
<https://www.dvsas.org/>  
(877) 715-1563

## Crisis de salud mental

(como suicidio o autolesión)

**Llame** al 1-800-662-4357

**O envía un mensaje de texto** al 741741

**Sala de emergencias:** si cree que su hijo está teniendo una crisis de salud mental, puede llevarlo a cualquier sala de emergencias para que le realicen una evaluación de salud mental.

**Línea de ayuda LGBTQ**  
(866) 488-7386

O también puede mandar por mensajero a : <http://imhurting.org/>

## Alojamiento

**Asistencia para la prevención de desalojos:** (360) 399-3006

**Recursos de vivienda del distrito** escolar de Sedro-Woolley:  
Rinny Shelton, [rshelton@swsd101.org](mailto:rshelton@swsd101.org) (360) 855-3879

## Médico

Buscador de planes de salud de WA [www.wahealthplanfinder.org](http://www.wahealthplanfinder.org)  
(800) 562-3022

## Contactos de la escuela

**Consejera de la escuela:**  
Ariel Williams  
[awilliams@swsd101.org](mailto:awilliams@swsd101.org)  
360-855-3638  
Se habla español

**Coordinador de recursos del distrito:**  
Rinny Shelton  
[rshelton@swsd101.org](mailto:rshelton@swsd101.org)  
360-855-3879