

# Choose Health LA Kids

## Social and Health Services Resources for Families with Children

### South Los Angeles

#### INFORMATION HELPLINE FOR LA COUNTY: LA COUNTY 211

##### Telephone: Dial 2-1-1

- Online Directory: <http://www.211la.org/>
- Cost: Free
- Hours: 24 hours a day, 7 days a week
- Languages: Hearing-impaired, English, Spanish & 140 other languages interpreted
- Description: Confidential referrals to services

#### FREE HEALTH COVERAGE PROGRAM

##### Healthy Way LA

- Enroll: 877 333-4952
- Website: [www.ladhs.org/hwla](http://www.ladhs.org/hwla)
- Cost: Free for those who qualify
- Ages: 19-64
- Requirements: Uninsured LA County resident

##### Central City Community Health Center

- Contact: 323 234-3280
- Location: 5970 S. Central Ave., Los Angeles, CA 90001
- Website: [centralcityhealth.org](http://centralcityhealth.org)

#### LOW-COST DENTAL SERVICES

##### Private & Public Free/Low-Cost Dental Clinics:

[publichealth.lacounty.gov/ohp/ppplistings.htm](http://publichealth.lacounty.gov/ohp/ppplistings.htm)

##### Saint John's Well Child and Family Center

- Appointments: 323 541-1411
- Website: <http://www.wellchild.org/>
- Ages: All ages
- Languages: English/Spanish
- Cost/Insurance: Low Cost
- Description: Preventative, Fillings, Extractions
- Location: 4085 S. Vermont Ave., Los Angeles, CA 90008

Updated June 2014



#### FREE/LOW-COST FAMILY PLANNING

##### Planned Parenthood/S. Mark Taper Foundation Center for Medical Training

- Appointments: 800 576-5544
- Website: <http://www.plannedparenthood.org/healthcenter/centerDetails.asp?f=3862&a=90070&v=details#>
- Ages: All ages
- Cost/Insurance: Free or sliding-scale
- Referral: None required
- Hours: M – F 8am to 5pm
- Languages: English, Spanish
- Services: Abortion, birth control; HIV, STD and pregnancy testing, men's and women's health care
- Location(s): 400 W. 30th St., Los Angeles, CA 90007

##### Find a family planning clinic near you:

Web: [www.hhs.gov/opa/](http://www.hhs.gov/opa/)

Espanol: [www.hhs.gov/opa/espanol/index.html](http://www.hhs.gov/opa/espanol/index.html)

#### DENTAL, PRENATAL AND PRIMARY/URGENT CARE

##### Find a medical or dental clinic care near you:

##### LA County Dept of Health Services

Clinics: [www.ladhs.org/wps/portal/clinicsearch](http://www.ladhs.org/wps/portal/clinicsearch)

Urgent Care: [www.ladhs.org/wps/portal/urgentcare](http://www.ladhs.org/wps/portal/urgentcare)

##### US Health Resources & Services Administration Federally-Qualified Health Centers (FQHCs)

[findahealthcenter.hrsa.gov/Help/](http://findahealthcenter.hrsa.gov/Help/)

##### Community Clinic Association of LA County

[www.ccalac.org](http://www.ccalac.org) – “Find a Clinic” tab

# Choose Health LA Kids

## South Central Family Health Center at Jefferson Wellness Center

- Contact: 323 908-4200
- Web: [www.scfhc.org](http://www.scfhc.org)
- Location: 3410 Hooper Ave., Los Angeles, CA 90011

## FREE/LOW-COST MENTAL HEALTH CARE

**For immediate help:** National Perinatal & Postpartum Depression Hotline (available 24/7) 800 773-6667 or 800-PPD-MOMS

**Find a clinic or urgent care center:** LA County ACCESS Center Helpline (available 24/7) 800 854-7771

Website: <http://dmh.lacounty.gov/wps/portal/dmh>

**For help finding services, call a “Navigator” from LA County Dept of Mental Health SPA 6:**

- Children: 323 290-5828
- Transition Age Youth: 323 565-2657
- Adults: 323 290-5824

## SUBSTANCE USE TREATMENT

### Tobacco Use Treatment – Smoker’s Helpline:

Free nicotine replacement patches for LA County

- English: 800 NO-BUTTS
- Spanish: 800 45-NO-FUME
- Ask for: Chinese, Vietnamese, Korean
- Website: [www.californiasmokershelpline.org/](http://www.californiasmokershelpline.org/) or Los Angeles County <http://www.laquits.com/>
- Cost: Free

### Drug & Alcohol Use Treatment:

- Referrals: 800 564-6600
- Website: <http://publichealth.lacounty.gov/sapc/>

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

## Shields for Families:

- Contact: 323 242-5000
- Web: [www.shieldforfamilies.org](http://www.shieldforfamilies.org)
- Location: 11601 S. Western Ave., Los Angeles CA, 90047

## COMMUNITY ASSISTANCE PROGRAMS

### Women, Infants & Children (WIC)

- Registration: 310 661-3080
- Website: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Services: Provides breastfeeding support, nutrition education and food for children 0-5 and pregnant/breastfeeding women.
- Cost/Insurance: Free for those who qualify.
- Hours: M-F 8am to 5pm
- Language(s): English, Spanish
- Location(s): 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037
- Transportation: NA

### WATTS HealthCare Corporation WIC Program (Special Supplement Nutrition Program for Women, Infants, and Children)

- Contact: 323 564-4331
- Location: 10300 Compton Ave., Los Angeles, CA 90002

### Cal-Fresh

- Website: <http://www.calfresh.ca.gov/>
- Services: Benefits used to buy foods and seeds or plants to grow food for household use

### Elementary School Name

- Call Los Angeles Unified School District for a listing of elementary schools 213 241-1000

## HOUSING

### Housing Authority of the City of Los Angeles



## Choose Health LA Kids

- Contact: Tel: 213 252-2500  
Website: <http://www.hacla.org/>
- Hours: Mon – Fri 8am – 4:30pm
- Location: 2600 Wilshire Blvd.,  
Los Angeles, CA 90057

### FIRST 5 LA RESOURCES

#### Best Start/Metro LA

- General Information: 213 482-7800
- Website: <http://beststartla.org/metro-la/>
- Languages: English, Spanish, Armenian,  
Korean, Vietnamese, Chinese, Khmer
- Location(s): 750 N. Alameda St., Ste. 300,  
Los Angeles, CA 90012

#### Welcome Baby

- General Information: 310 900-4710
- Website:  
<http://beststartla.org/welcomebaby/about-welcome-baby/>
- Languages: English and Spanish
- Location(s): Saint Francis Medical Center,  
3630 E. Imperial Hwy., Lynwood, CA  
90262

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



# Choose Health LA Kids

## Nutrition and Healthy Lifestyle Resources for Families with Children

### South Los Angeles

#### Women, Infants & Children (WIC)

- Registration: 310 661-3080
- Website: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Services: Provides breastfeeding support, nutrition education and food for children 0-5 and pregnant/breastfeeding women.
- Cost/Insurance: Free for those who qualify.
- Hours: M-F 8am to 5pm
- Language(s): English, Spanish
- Location(s): 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037
- Transportation: NA

- Information: 323 463-3171
- Hours: Thurs 10am- 3pm
- Payment: EBT/Cal-Fresh accepted
- Location: 4301 S. Central Ave., Los Angeles, CA 90011

#### Community Garden

##### Crenshaw Community Garden

- Website: <http://lagardencouncil.org/crenshaw/>
- Location: 1423 Crenshaw Blvd., Los Angeles, CA 90019

#### Food Bank/Service Program

##### Fifty Fourth Street S.D.A. Church

- Information: 323 292-2762
- Website: <http://www.lafoodbank.org/pantry-locator.aspx?zip=90062>
- Services: Food distribution
- Hours: 2<sup>nd</sup> and 4<sup>th</sup> Thursday, 8am – 10am
- Location: 1973 W. 54th Street, Los Angeles, 90062

#### CHOOSE HEALTH LA RESTAURANTS

To locate Choose Health LA Restaurants in your community please visit:

<http://www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants/>

*Price range is approximate cost per person for a meal including one drink, tax, and tip*

\$ Under \$10  
\$\$ \$11 - \$30  
\$\$\$ \$31 - \$60  
\$\$\$\$ Above \$61

#### Restaurant/ Subway Restaurants

- Cuisine: Sandwich/ Salads
- Cost: \$
- Website: [www.subway.com](http://www.subway.com)
- Hours: Vary at location

#### Cal-Fresh

- Website: <http://www.calfresh.ca.gov/>
- Services: Benefits used to buy foods and seeds or plants to grow food for household use

#### Other Nutrition Education Program

#### To Help Everyone Health and Wellness Centers

- Registration: 323 730-1920
- Website: <http://www.tohelpeveryone.org/>
- Services: Call for information
- Hours: Call for information
- Language(s): English/Spanish
- Location: 3834 S. Western Ave., Los Angeles, CA 90062

#### Farmer's Markets

##### Baldwin Hills Crenshaw Farmer's Market

- Information: 323 290-6636
- Hours: Sat 10am – 3pm
- Payment: EBT/Cal-Fresh accepted
- Location: 3650 W. Martin Luther King Blvd., Los Angeles, CA 90008

##### Central Avenue Farmers Market

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

# Choose Health LA Kids

## Physical Activity and Healthy Lifestyle Resources for Families with Children

### South Los Angeles

---

#### Recreation Center

##### Denker Recreation Center

- Telephone: 323 733-8367
- Website:  
<http://www.laparks.org/dos/reccenter/facility/denkerRC.htm>
- Hours: Monday - Friday: 9am - 9pm  
Saturday - Sunday: 9am - 5pm
- Indoor Facilities: Basketball courts, community room, indoor gym (without weights)
- Outdoor Facilities: Baseball diamond, basketball courts children's play area, picnic tables, restroom(s), soccer field.
- Lights After Dark: yes
- Location: 1550 W. 35th Pl. , Los Angeles, CA 90018

- Location: 3980 Bill Robertson Ln., Los Angeles, CA 90037

#### Track or Tennis Courts

##### Lyon University Center

- Contact: 213 740-5127
- Lights After Dark: No
- Hours: Mon- Fri 6am to midnight; Sat-Sun 11am to midnight
- Location: 1026 W. 34th St., Los Angeles, CA 90089

#### YMCA/other gym

##### Crenshaw YMCA

- Contact: 323 292-9195
- Website:  
<https://www.ymcala.org/crenshaw>
- Hours: Mon-Fri, 9am-6pm; Saturday, 9am-5pm  
Sunday, Closed
- Sports Leagues: Youth basketball
- Location: 3820 Santa Rosalia Dr., Los Angeles, CA 90008

##### Weingart YMCA Wellness and Aquatic Center

- Contact: 323 754-3191
- Website: [www.ymca.com](http://www.ymca.com)
- Hours: Mon-Thu, 6am-11pm; Fri 6am-10pm; Sat 7am-5pm
- Child Care: Mon - Fri, 9am - noon & 4 - 9 pm; Sat, 8am - noon
- Classes: Call for info

#### Park

##### Vermont Square Park

- Telephone: 323 296-1559
- Website:  
<http://www.laparks.org/dos/parks/facility/vermontsqPk.htm>
- Hours: Monday - Friday: 6am - 10pm;  
Saturday - Sunday: 6am - 10pm
- Outdoor Facilities: Barbecue pits, basketball courts, children's play area, picnic tables.
- Lights After Dark: Yes
- Location: 1248 W. 47th St., Los Angeles, CA 90011

#### Community Pool

##### LA84 Foundation/John C. Argue Swim Stadium

- Telephone: 323 906-7959
- Website:  
[http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf\\_JohnArguePool.htm](http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf_JohnArguePool.htm)

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



# Choose Health LA Kids

## **Ketchum – Downtown YMCA**

- Contact: 213 624-2348
- Hours: Mon-Thu, 5am-9:30pm  
Fri, 5:00am-9pm, Sat, 8am-4pm  
Sun, 10am-2:30pm
- Cost: \$90/month
- Format/Schedule: Adult workout facility
- Location: 401 S. Hope St., Los Angeles, CA 90071

## **Sports Leagues for 0-5**

### **AYSO Youth Soccer Leagues**

- Ages: 4 and up
- Registration: At location
- Cost: Pre-Season Registration (Mar 17 - Jun 14): \$90; Regular Registration ( Jun 15): \$115; Under-4 (U4 Tot Soccer): \$95
- Location: 5401 S. Fairfax Ave., Los Angeles, CA 90056

### **South L.A. Sports Club (Kids in Sports)**

- Contact: 213 765-1900
- Web: [www.kidsinsportsla.org](http://www.kidsinsportsla.org)

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



# Choose Health LA Kids

## Free/Low-Cost Resources for Pregnant/Postpartum Women

### South Los Angeles

#### BREASTFEEDING SUPPORT

##### Breastfeeding Resource Directory:

- Web: Lists classes, consultants, etc.  
<http://breastfeedla.org/resources-directory>

##### La Leche League Helpline (available 24/7):

- Call: 877 4-LALECHE (877 452-5324)  
<http://www.breastfeedinghelpline.com/>

##### WIC Breastfeeding Help Line:

- Contact: 323 905-1248
- Cost: Free
- Hours: Mon – Fri 8:30am – 7:30pm, Sat 8am – 11:30am
- Languages: English, Spanish

##### WIC Breastfeeding Support:

- Registration: 310 661-3080
- Website: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Cost/Insurance: Free for those who qualify.
- Classes: Call for information
- Hours: Call for information
- Languages: English, Spanish
- Location(s): 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### Breastfeeding Classes

- Registration: 310 661-3080
- Website: [www.slahp.org/](http://www.slahp.org/)
- Cost/Insurance: Free for those who qualify.
- Classes: Call for information
- Hours: Call for information
- Languages: English, Spanish
- Location(s): 4101 S Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### Breastfeeding Support Groups

- Registration: 310 661-3080
- Website: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Cost/Insurance: Free for those who qualify.
- Classes: Call for information
- Hours: Call for information
- Languages: English, Spanish
- Location(s): 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### The Breastfeeding Task Force of Los Angeles

- Contact: 213 596-5776
- Website: [www.breastfeedingtaskforla.org/](http://www.breastfeedingtaskforla.org/)

#### BABY FRIENDLY HOSPITALS

##### Kaiser Permanente Medical Center

- Contact: 562 657-9000
- Location: 9333 Imperial Hwy., Downey, CA 90242

##### Saint Francis Medical Center

- Contact: 310 900-8900
- Location: 3630 E. Imperial Hwy., Lynwood CA 90262

#### PARENT/CAREGIVER SUPPORT GROUPS

**For immediate help:** National Perinatal & Postpartum Depression Hotline (available 24/7) 800 773-6667 or 800 PPD-MOMS

##### Choose Health LA Moms

- Registration: 213 639-6400
- Website: <https://publichealth.lacounty.gov/mch/LAMOM/LAMOM.htm>

##### Parents of Watts

- Contact: 323 566-0508
- Location: 1673 E. Imperial Hwy., Los Angeles, CA 90059

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

# Choose Health LA Kids

## YWCA

- Contact: 310 763-7906
- Website: <http://www.ywcagla.org>
- Location: 1600 E. Compton Blvd., Compton, CA 90221

## YMCA

- Contact: 323 292-9195
- Website: <https://www.ymcala.org/crenshaw>
- Hours: Mon-Fri, 9am-6pm; Saturday, 9am-5pm, Sunday, Closed
- Child Care: Yes
- Services: Diabetes Prevention Program
- Location: 3820 Santa Rosalia Dr., Los Angeles, CA 90008

## FIRST 5 LA RESOURCES

### Best Start/ Metro LA

- General Information: 213 482-7800
- Website: <http://beststartla.org/metro-la/>
- Languages: English, Spanish, Armenian, Korean, Vietnamese, Chinese, Khmer
- Location(s): 750 N. Alameda St., Ste. 300, Los Angeles, CA 90012

### Welcome Baby

- General Information: 310 900-4710
- Website: <http://beststartla.org/welcomebaby/about-welcome-baby/>
- Languages: English and Spanish
- Location(s): Saint Francis Medical Center, 3630 E. Imperial Hwy., Lynwood, CA 90262

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.





## Choose Health LA Kids

Recursos para actividad física y un estilo de vida saludable para familias con niños

# El Sur de Los Ángeles

### Centros de Recreación

#### Denker Recreation Center

- Teléfono: 323 733-8367  
Sitio Web:  
<http://www.laparks.org/dos/reccenter/facility/denkerRC.htm>
- Horario: De lunes a viernes de 9am a 9pm  
sábados y domingos de 9am a 5pm
- Dentro de las instalaciones: Canchas de baloncesto, sala comunitaria y gimnasio (sin pesas)
- Instalaciones al aire libre: Diamante de béisbol, canchas de baloncesto, área de juego para niños, mesas para picnics, baños, cancha de fútbol
- Luces en la noche: Sí
- Dirección: 1550 W. 35th Pl. , Los Angeles, CA 90018

### Parques

#### Vermont Square Park

- Teléfono: 323 296-1559
- Sitio Web:  
<http://www.laparks.org/dos/parks/facility/vermontsqPk.htm>
- Horario: De lunes a viernes de 6am a 10pm,  
sábados y domingos de 6am a 10pm
- Instalaciones: Parrilla, canchas de baloncesto, área de juego para niños, mesas para picnics
- Luces en la noche: Sí
- Dirección: 1248 W. 47th St., Los Angeles, CA 90011

### Piscina Comunitaria

#### LA84 Foundation/John C. Argue Swim Stadium

- Teléfono: 323 906-7959

- Sitio Web:  
[http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf\\_JohnArguePool.htm](http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf_JohnArguePool.htm)
- Dirección: 3980 Bill Robertson Ln., Los Angeles, CA 90037

### Canchas de tenis y pista para correr

#### Lyon University Center

- Llame al: 213 740-5127
- Horario: De lunes a viernes de 6am a medianoche; sábados y domingos de 11am a medianoche
- Dirección: 1026 W. 34th St., Los Angeles, CA 90089

### YMCA

#### Crenshaw YMCA

- Llame al: 323 292-9195
- Sitio Web:  
<https://www.ymcala.org/crenshaw>
- Horario: De lunes a viernes de 9am a 6pm,  
sábados de 9am a 5pm, domingos: cerrado
- Ligas deportivas: Baloncesto para jóvenes
- Dirección: 3820 Santa Rosalia Dr., Los Angeles, Ca 90008

#### Weingart YMCA Wellness and Aquatic Center

- Llame al: 323 754-3191
- Sitio Web: [www.ymca.com](http://www.ymca.com)
- Horario: De lunes a jueves de 6am a 11pm,  
viernes de 6am a 10pm, sábados de 7am a 5pm
- Cuidado Infantil: De lunes a viernes de 9am a mediodía y de 4 a 9 pm, sábado de 8am a mediodía
- Clases: Llame para más información

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

# Choose Health LA Kids

## **Ketchum – Downtown YMCA**

- Llame al: 213 624-2348
- Horario: De lunes a jueves de 5am a 9:30pm  
viernes de 5:00am a 9pm, sábados de 8am a 4pm, domingo, de 10am a 2:30pm
- Costo: \$90/por mes
- Descripción: Gimnasio para adultos
- Dirección: 401 S. Hope St., Los Angeles, CA 90071

## **Ligas deportivas para niños de 0 a 5 años**

### **Ligas de fútbol AYSO**

- Edades: De 4 años en adelante
- Inscripción: En persona
- Precio: Pre-inscripción antes de la temporada (17 de marzo al 14 de Junio): \$90; Inscripción regular (15 de junio): \$115; Menores de 4 años (U4 fútbol infantil): \$95
- Dirección: 5401 S. Fairfax Ave., Los Angeles, CA 90056

### **South L.A. Sports Club (Niños en Deportes)**

- Llame al: 213 765-1900
- Sitio Web: [www.kidsinsportsla.org](http://www.kidsinsportsla.org)

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



## Choose Health LA Kids

# Recursos para nutrición y un estilo de vida saludable para familias con niños El Sur de Los Ángeles

### Women, Infants & Children (WIC)

- Para inscribirse llame al: 310 661-3080
- Sitio Web: <http://www.slahp.org>
- Servicios: Educación sobre la nutrición y la salud, asistencia para amamantar, y alimentos para los niños de 0-5 años y mujeres embarazadas/amamantando
- Costo: Gratis para aquellos que califican
- Horario: De lunes a viernes de 8am a 5pm
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: 4101 S. Figueroa St. Los Angeles, Ca 90037

### Cal-Fresh

- Sitio Web: <http://www.calfresh.ca.gov/>
- Servicios: Usar los beneficios para comprar comida y semillas o plantas para sembrar alimentos en el hogar

### Otros programas sobre nutrición

### To Help Everyone Health and Wellness Centers

- Para inscribirse llame al: 323 730-1920
- Sitio Web: <http://www.tohelpeveryone.org/>
- Servicios: Llame para más información
- Horario: Llame para más información
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: 3834 S. Western Ave., Los Angeles, CA 90062

### Farmers' Market/Mercado de Agricultores

#### Baldwin Hills Crenshaw Farmer's Market

- Información: 323 290-6636
- Horario: Sábados de 10am a 3pm
- Pago: Se acepta EBT/Cal-Fresh
- Dirección: 3650 W. Martin Luther King Blvd., Los Angeles, CA 90008

#### Central Avenue Farmers' Market

- Información: 323 463-3171
- Horario: Jueves de 10am a 3pm

- Pago: Se acepta EBT/Cal-Fresh
- Dirección: 4301 S. Central Ave., Los Angeles, CA 90011

### Jardín Comunitario

#### Jardín Comunitario de Crenshaw

- Sitio Web: <http://lagardencouncil.org/crenshaw/>
- Dirección: 1423 Crenshaw Blvd., Los Angeles, CA 90019

### Despensa Comunitaria

#### Iglesia Fifty Fourth Street S.D.A.

- Información: 323 292-2762
- Sitio Web: <http://www.lafoodbank.org/pantry-locator.aspx?zip=90062>
- Servicios: Distribución de alimentos
- Horario: 2<sup>do</sup> y 4<sup>to</sup> jueves, de 8am a 10am
- Dirección: 1973 W. 54th Street, Los Angeles, 90062

### RESTAURANTES CHOOSE HEALTH LA

Para buscar restaurantes Choose Health LA en su comunidad por favor visite:

<http://www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants/>

*El costo aproximado por persona incluye una comida, bebida, impuestos, y propina:*

\$	Menos de \$10
\$\$	\$11 - \$30
\$\$\$	\$31 - \$60
\$\$\$\$	Más de \$61

### Restaurantes Subway

- Tipo de comida: Sándwiches/ensaladas
- Precio: \$
- Sitio Web: [www.subway.com](http://www.subway.com)
- Horario: Varía por locación

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



## Choose Health LA Kids

Recursos para actividad física y un estilo de vida saludable para familias con niños

# El Sur de Los Ángeles

## Centros de Recreación

### Denker Recreation Center

- Teléfono: 323 733-8367  
Sitio Web:  
<http://www.laparks.org/dos/reccenter/facility/denkerRC.htm>
- Horario: De lunes a viernes de 9am a 9pm  
sábados y domingos de 9am a 5pm
- Dentro de las instalaciones: Canchas de baloncesto, sala comunitaria y gimnasio (sin pesas)
- Instalaciones al aire libre: Diamante de béisbol, canchas de baloncesto, área de juego para niños, mesas para picnics, baños, cancha de fútbol
- Luces en la noche: Sí
- Dirección: 1550 W. 35th Pl. , Los Angeles, CA 90018

## Parques

### Vermont Square Park

- Teléfono: 323 296-1559
- Sitio Web:  
<http://www.laparks.org/dos/parks/facility/vermontsqPk.htm>
- Horario: De lunes a viernes de 6am a 10pm,  
sábados y domingos de 6am a 10pm
- Instalaciones: Parrilla, canchas de baloncesto, área de juego para niños, mesas para picnics
- Luces en la noche: Sí
- Dirección: 1248 W. 47th St., Los Angeles, CA 90011

## Piscina Comunitaria

### LA84 Foundation/John C. Argue Swim Stadium

- Teléfono: 323 906-7959

- Sitio Web:  
[http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf\\_JohnArguePool.htm](http://www.laparks.org/dos/aquatic/facility/aaf_JohnArguePool.htm)
- Dirección: 3980 Bill Robertson Ln., Los Angeles, CA 90037

## Canchas de tenis y pista para correr

### Lyon University Center

- Llame al: 213 740-5127
- Horario: De lunes a viernes de 6am a medianoche; sábados y domingos de 11am a medianoche
- Dirección: 1026 W. 34th St., Los Angeles, CA 90089

## YMCA

### Crenshaw YMCA

- Llame al: 323 292-9195
- Sitio Web:  
<https://www.ymcala.org/crenshaw>
- Horario: De lunes a viernes de 9am a 6pm,  
sábados de 9am a 5pm, domingos: cerrado
- Ligas deportivas: Baloncesto para jóvenes
- Dirección: 3820 Santa Rosalia Dr., Los Angeles, Ca 90008

### Weingart YMCA Wellness and Aquatic Center

- Llame al: 323 754-3191
- Sitio Web: [www.ymca.com](http://www.ymca.com)
- Horario: De lunes a jueves de 6am a 11pm,  
viernes de 6am a 10pm, sábados de 7am a 5pm
- Cuidado Infantil: De lunes a viernes de 9am a mediodía y de 4 a 9 pm, sábado de 8am a mediodía
- Clases: Llame para más información

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

# Choose Health LA Kids

## **Ketchum – Downtown YMCA**

- Llame al: 213 624-2348
- Horario: De lunes a jueves de 5am a 9:30pm  
viernes de 5:00am a 9pm, sábados de 8am a 4pm, domingo, de 10am a 2:30pm
- Costo: \$90/por mes
- Descripción: Gimnasio para adultos
- Dirección: 401 S. Hope St., Los Angeles, CA 90071

## **Ligas deportivas para niños de 0 a 5 años**

### **Ligas de fútbol AYSO**

- Edades: De 4 años en adelante
- Inscripción: En persona
- Precio: Pre-inscripción antes de la temporada (17 de marzo al 14 de Junio): \$90; Inscripción regular (15 de junio): \$115; Menores de 4 años (U4 fútbol infantil): \$95
- Dirección: 5401 S. Fairfax Ave., Los Angeles, CA 90056

### **South L.A. Sports Club (Niños en Deportes)**

- Llame al: 213 765-1900
- Sitio Web: [www.kidsinsportsla.org](http://www.kidsinsportsla.org)

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.



# Choose Health LA Kids

## Recursos gratis/bajo costo para mujeres embarazadas y después del parto

### En el Sur de Los Ángeles

#### ASISTENCIA DE AMAMANTAMIENTO

##### Directorio de Recursos de Amamantamiento:

- Web: Listas de clases, consejeros, etc  
<http://breastfeedla.org/resources-directory>

##### La Leche League- asistencia en línea (disponible las 24 horas al día, los 7 días de la semana):

- Llame al: 877 4-LALECHE (877 452-5324)  
<http://www.breastfeedinghelpline.com/>

##### Asistencia de amamantamiento de WIC en línea:

- Llame al: 323 905-1248
- Costo: Gratis
- Horario: De lunes a viernes de 8:30am a 7:30pm, sábado de 8am a 11:30am
- Idiomas: Inglés y Español

##### Asistencia de amamantamiento de WIC:

- Llame al: 310 661-3080
- Sitio Web: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Costo: Gratis para aquellos que califican
- Clases: Llame para más información
- Horario: Llame para más información
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### Clases de Amamantamiento

- Para inscribirse llame al: 310 661-3080
- Sitio Web: [www.slahp.org/](http://www.slahp.org/)
- Costo: Gratis para aquellos que califican
- Clases: Llame para más información
- Horario: Llame para más información
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: 4101 S Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### Grupos de apoyo para amamantamiento

- Para inscribirse llame al: 310 661-3080
- Sitio Web: [www.slahp.org](http://www.slahp.org)
- Costo: Gratis para aquellos que califican
- Clases: Llame para más información
- Horario: Llame para más información
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: 4101 S. Figueroa St., Los Angeles, CA 90037

##### The Breastfeeding Task Force of Los Angeles

- Llame al: 213 596-5776
- Sitio Web:  
[www.breastfeedingtaskforla.org/](http://www.breastfeedingtaskforla.org/)

#### BABY FRIENDLY HOSPITALS- APOYO PARA AMAMANTAR EN LOS HOSPITALES

##### Kaiser Permanente Medical Center

- Llame al: 562 657-9000
- Dirección: 9333 Imperial Hwy., Downey, CA 90242

##### St. Francis Medical Center

- Llame al: 310 900-8900
- Dirección: 3630 E. Imperial Hwy., Lynwood CA 90262

#### GRUPOS DE APOYO PARA LOS PADRES/TUTORES LEGALES

##### Para ayuda inmediata llame al:

- National Perinatal & Postpartum Depression (disponible las 24 horas al día, los 7 días de la semana)  
800 773-6667 o 800 PPD-MOMS

##### Choose Health LA Moms

- Para inscribirse llame al: 213 639-6400
- Sitio Web:  
<https://publichealth.lacounty.gov/mch/LAMOM/LAMOM.htm>

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

# Choose Health LA Kids

## Padres de Watts

- Llame al: 323 566-0508
- Dirección: 1673 E. Imperial Hwy., Los Angeles, CA 90059

## YWCA

- Llame al: 310 763-7906
- Sitio Web: <http://www.ywcagla.org>
- Dirección: 1600 E. Compton Blvd., Compton, CA 90221

## YMCA

- Llame al: 323 292-9195
- Sitio Web: <https://www.yocala.org/crenshaw>
- Horario: De lunes a viernes de 9am a 6pm; sábado de 9am a 5pm, domingo: cerrado
- Cuidado infantil: Sí
- Servicios: Programa de prevención de diabetes
- Dirección: 3820 Santa Rosalia Dr., Los Angeles, CA 90008

## RECURSOS DE FIRST 5 LA

### Best Start/Metro LA

- Llame al: 213 482-7800
- Sitio Web: <http://beststartla.org/metro-la/>
- Idiomas: Inglés, Español, Armenio, Coreano, Chino, Khmer
- Dirección: 750 N. Alameda St., Ste. 300, Los Angeles, CA 90012

### Welcome Baby

- Llame al: 310 900-4710
- Sitio Web: <http://beststartla.org/welcomebaby/about-welcome-baby/>
- Idiomas: Inglés y Español
- Dirección: St. Francis Medical Center, 3630 E. Imperial Hwy., Lynwood, CA 90262

Updated June 2014



Funded by First 5 LA.

