



Our Path Home

GUÍA DE RECURSOS PARA MANTENERSE FRESCO EN VERANO

JUNIO - OCTUBRE 2025

Our Path Home trabaja con socios locales en Boise y el Condado de Ada para ofrecer lugares frescos y seguros para personas sin hogar durante los meses calurosos del verano. Estos espacios están disponibles para ayudarte a mantenerte fresco y cómodo cuando suben las temperaturas, y así asegurarte un lugar seguro donde estar durante el calor del verano.

LÍNEA DE AYUDA PARA CRISIS DE VIVIENDA | 208-336-HOME (4663)

Info@OurPathHome.org

Si estás pasando por una crisis de vivienda, llámanos para recibir recursos, información y apoyo.

OURPATHHOME.ORG

TABLA DE CONTENIDOS

APOYO EN CRISIS	1
LUGARES FRESCOS.....	2
RECURSOS ADICIONALES	4
RECURSOS PARA JÓVENES ...	7
RECURSOS DE SALUD	9
MAPA	10
SEGURIDAD EN VERANO	12

APOYO EN CRISIS

Comunícate si tú o alguien que conoces está pasando por una crisis.

- **SI ES UNA EMERGENCIA, LLAMA AL 911**
- **POLICÍA DE BOISE – NO EMERGENCIAS**
208-377-6790 (Disponible 24/7)
- **CRISIS MÓVIL – UNIDAD DE SALUD MENTAL**
208-334-0808 (Disponible 24/7)
- **CENTRO COMUNITARIO DE CRISIS – PATHWAYS**
833-525-4747 (Disponible 24/7)
- **LÍNEA DE VIDA – PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS**
988 o 1-800-273-8255 (Disponible 24/7)
- **LÍNEA DE AYUDA – VIOLENCIA DOMÉSTICA (WCA)**
208-343-7025 (Disponible 24/7)
- **LÍNEA DE AYUDA – ASALTO SEXUAL (WCA)**
208-345-7273 (Disponible 24/7)

LUGARES FRESCOS

SERVICIOS + RECURSOS

TODAS LAS INSTALACIONES OFRECEN AYUDA CON RECURSOS, BAÑOS, BEBIDAS Y ESPACIOS INTERIORES PARA SENTARSE.



ROPA



COMIDA/
ALIMENTOS



DUCHAS



ESTANCIA
NOCTURNA



WIFI/
COMPUTADORAS



PRIMEROS
AUXILIOS



REFUGIO AL
AIRE LIBRE
CON SOMBRA



APOYO EN
CRISIS



LAVANDERÍA



TELÉFONO

BOISE CITY HALL

150 N CAPITOL BLVD | 208-608-7000



HORARIO: Lunes a viernes, 8 a.m.–5 p.m.

BIBLIOTECA PÚBLICA DE BOISE

715 S CAPITOL BLVD | 208-972-8200



*tele-health appointment
pod available

HORARIO: Lunes a jueves, 10 a.m.–8 p.m.
Viernes, 10 a.m.–6 p.m.,
Sábado y domingo, 10 a.m.–2 p.m.

OTRAS SUCURSALES

- **BIBLIOTECA EN HILLCREST**
5246 W Overland Rd
- **BIBLIOTECA EN COLLISTER**
4742 W State St
- **BIBLIOTECA EN COLE & USTICK**
7557 W Ustick Rd

HORARIO: Lunes y viernes, 10 a.m.–6 p.m.,
Martes a jueves, 10 a.m.–8 p.m.

CATEDRAL DE LAS ROCOSAS

717 N 11TH ST | 208-343-7511



HORARIO: Lunes a viernes, 9 a.m.–4 p.m.
COMIDA: Lunes a viernes, 11:30 a.m.–1 p.m.

CITY LIGHT – HOGAR PARA MUJERES Y NIÑOS

1404 W JEFFERSON ST | 208-368-9901



Refugio nocturno solo para mujeres y niños. Acceso durante el día solo para quienes se hospedan por la noche, con aprobación del personal.

HORARIO: Todos los días, 9 a.m.–8 p.m.
(Check-in nocturno a las 4:30 p.m.)

CORPUS COMMONS

525 S AMERICANA BLVD | 208-426-0039



Pases de bus y servicio de correo disponibles de lunes a sábado.

HORARIO: Todos los días, 8:30 a.m.–7 p.m.

CENTRO PARA PERSONAS MAYORES DICK EARDLEY

690 ROBBINS RD | 208-608-7580



HORARIO: Lunes a viernes, 9 a.m.–5 p.m.

CENTRO COMUNITARIO FORT BOISE

700 ROBBINS RD | 208-608-7680

HORARIO: Lunes a viernes, 8 a.m. a 9 p.m.
Uso del centro y regaderas por \$5 (edades 18–61) o \$4 (62+). No se dan toallas ni jabón.

BIBLIOTECA PÚBLICA DE GARDEN CITY

6015 GLENWOOD ST | 208-472-2942



HORARIO: Lunes y viernes: 9:30 a.m.–5:30 p.m.,
Martes a jueves, 9:30 a.m.–8 p.m.,
Sábado, 10 a.m. a 4 p.m.

HAYS HOUSE

7221 POPLAR ST | 208-322-2308



Refugio de emergencia para jóvenes las 24 horas (Edades 9–17)

INTERFAITH SANCTUARY

1620 W RIVER ST | 208-343-2630



HORARIO: Todos los días, 8:30 a.m.–4 p.m.
(Espacio fresco disponible de 2 p.m.–7 p.m. en el “bull pen”) Para refugio nocturno, llama al 208-345-5815

LUGARES FRESCOS

RIVER OF LIFE - BOISE RESCUE MISSION

575 S 13TH ST | 208-389-9840



Solo para hombres. Acceso al interior abierto al público cuando la temperatura supera los 95°F.

HORARIO: 9 a.m.–4 p.m.
(Check-in nocturno a las 4:30 p.m.)

YMCA DE TREASURE VALLEY

SUCURSAL DEL CENTRO (DOWNTOWN)
1050 W STATE ST | 208-344-5501



Membresía gratuita de temporada al gimnasio y acceso a ubicaciones en todo el Valle del Tesoro. Debes completar la solicitud OPH-YMCA, disponible en CATCH, Corpus Commons o Interfaith Sanctuary.

HORARIO: Lunes a viernes, 5 a.m.–9 p.m.,
Sábado, 7 a.m.–6 p.m., Domingo, 10 a.m.–6 p.m.

- **YMCA DE WEST BOISE**
5959 N DISCOVERY WAY
- **YMCA DE SOUTH MERIDIAN**
5155 HILLSDALE AVE

RECURSOS ADICIONAL

ESPACIOS AL AIRE LIBRE CON REFUGIO

Todos los parques están abiertos desde el amanecer hasta el atardecer.

ANN MORRISON PARK*

1000 AMERICANA BLVD

ESTHER SIMPLOT PARK*

3206 W PLEASANTON AVE

JULIA DAVIS PARK

700 S CAPITAL BLVD

RHODES SKATE PARK*

1555 W FRONT ST

VETERANS MEMORIAL PARK*

930 VETERANS MEMORIAL PKWY

FAIRVIEW PARK*

930 VETERANS MEMORIAL PKWY

WIFI DISPONIBLE:



CECIL ANDRUS PARK
601 W JEFFERSON ST



CHERIE BUCKNER WEBB PARK
1100 W BANNOCK BLVD



THE GROVE PLAZA
827 W MAIN ST

*BAÑOS PÚBLICOS DISPONIBLES

FORT BOISE PARK | TERRY DAY PARK |
SHORELINE PARK

ZONAS DE JUEGOS DE AGUA Y ACCESO AL AGUA

FUENTE DE GROVE PLAZA
 PARQUE FRANKLIN
 FUENTE DE ANN MORRISON
 PARQUE FAIRVIEW
 PARQUE ESTER SIMPLOT

ESPACIOS PÚBLICOS INTERIORES

CAFETERÍAS
 ESTACIÓN DE TRANSPORTE
 CENTRO COMERCIAL BOISE
 TOWNE SQUARE
 BIBLIOTECAS PÚBLICAS

DESPENSAS DE COMIDA

EL-ADA COMMUNITY
 ACTION PARTNERSHIP
 BOISE
 2250 S VISTA AVE | 208-345-2820
 HORARIO: Lunes a jueves, 8 a.m.–4 p.m.

GARDEN CITY
 701 E 44TH ST | 208-377-0700
 HORARIO: Lunes a jueves, 9 a.m.–12 p.m.
 and 1–5 p.m.

BANCO DE ALIMENTOS DE SAINT MARY'S
 3890 W STATE ST | 208-345-2734
 HORARIO: Lunes y viernes, 11 a.m.–2 p.m.,
 Miércoles, 11 a.m.–1 p.m.

SALVATION ARMY
 9492 W EMERALD ST | 208-343-5420
 HORARIO: Martes a jueves, 12–4 p.m.,
 Viernes, 12–1 p.m.

DESPENSA DE COMIDA DE ST.
 VINCENT DE PAUL
 3209 W OVERLAND RD | 208-333-1460
 HORARIO: Martes, viernes y segundo sábado
 del mes, 10 a.m.–12 p.m.

TRUE HOPE FOOD PANTRY
 607 N 13TH ST | 208-344-7809
 HORARIO: Sábado, 8–11 a.m.



PARA MÁS DISTRIBUCIONES DE COMIDA, ESCANEA EL CÓDIGO QR O
 VISITA IDAHOFOODBANK.ORG/GET-HELP/GETFOOD

RECURSOS ADICIONALES

APOYO CON RECURSOS

OUR PATH HOME OUTREACH

503 S AMERICANA BLVD | 208-336-4663

HORARIO: Martes, 9–11 a.m., Jueves, 1–3 p.m.

CORREO ELECTRÓNICO:

OurPathHome@catchprogram.org

OurPathHome.org

GUÍA DE RECURSOS – APOYO PARA PERSONAS DE BAJOS INGRESOS EN BOISE

CONTACTO: info@boiselist.org para artículos disponibles y apoyo

COORDINADOR/A DE RECURSOS COMUNITARIOS – BIBLIOTECA PÚBLICA DE BOISE

715 S CAPITOL BLVD | 208-954-6777

Pide al personal de la biblioteca el formulario de referencia para el CRC

CAFÉ Y CONVERSACIONES:

BIBLIOTECA DEL CENTRO: Segundo y cuarto viernes, 10–11:30 a.m.

BIBLIOTECA DE COLE & USTICK: Segundo y cuarto jueves, 10–11:30 a.m.

CENTRO DE APOYO DE RECURSOS – JESSE TREE

1121 MILLER STREET | 208-383-9486

HORARIO: Lunes a jueves, 9 a.m.–4 p.m.

CORREO ELECTRÓNICO:

Office@jessetreeidaho.org

LÍNEA DE AYUDA – ST. VINCENT DE PAUL

208-331-2208

Ayuda con servicios públicos, renta, artículos para el hogar, transporte y ropa. Deja un mensaje con tu nombre, número de teléfono y lo que necesitas.

BOISE MUTUAL AID

RHODES SKATE PARK

HORARIO: Lunes y miércoles, 5–7 p.m.

FIND HELP IDAHO

Guía de recursos en línea basada en ubicación, con opción para imprimir, conectarse y enviar/recibir actualizaciones con diversos socios comunitarios y recursos.



[FindHelpIdaho.org](https://www.findhelpidaho.org)

RECURSOS PARA JÓVENES

BIBLIOTECA PÚBLICA DE BOISE

La Biblioteca Pública de Boise ofrece una variedad de actividades gratuitas para jóvenes y adultos jóvenes durante todo el verano. Las actividades están disponibles en todas las sucursales y se pueden encontrar en la Guía del Programa de Verano de la Biblioteca.

BIBLIOTECA PRINCIPAL

715 S CAPITOL BLVD | (208) 972-820

HORARIO: Lunes a jueves, 10 a.m.–8 p.m.,
Viernes, 10 a.m.–6 p.m., Sábado y domingo,
10 a.m.–2 p.m.

BIBLIOTECA HILLCREST

5246 W. OVERLAND RD | 208-972-8340

BIBLIOTECA COLLISTER

4742 W. STATE ST | 208-972-8320

BIBLIOTECA COLE & USTICK

7557 W. USTICK RD | 208-972-8300

HORARIO: Lunes a viernes, 10 a.m.–6 p.m.,
Martes a jueves, 10 a.m.–8 p.m.,
Sábado, 10 a.m.–2 p.m.



**GUÍA DEL PROGRAMA
DE VERANO DE LA
BIBLIOTECA DE BOISE**

TREASURE VALLEY YMCA

A través de la colaboración estacional entre OPH y la YMCA, se ofrecen membresías gratuitas con acceso total a cualquier YMCA del Treasure Valley para los hogares participantes. Este programa incluye el servicio Kid Zone, que ofrece 2 horas de cuidado infantil para menores de 6 años (padres o tutores deben permanecer en el lugar). Además, el área “YAC” está disponible para jóvenes de 6 a 14 años. Las solicitudes para el programa YMCA-OPH están disponibles en los centros de servicio.

HORARIO: Lunes a viernes, 5 a.m.–9 p.m.
Sábado, 7 a.m.–6 p.m. Domingo, 10 a.m.–6 p.m.

DOWNTOWN

1050 W STATE ST

WEST BOISE

5959 N DISCOVERY WAY

DISTRITOS ESCOLARES DE BOISE Y WEST ADA

SOUTH MERIDIAN

5155 HILLSDALE AVE

El Distrito Escolar de Boise y el Distrito Escolar de West Ada están utilizando programas federales que incluyen almuerzo y desayuno gratuitos (en ubicaciones seleccionadas) para niños en edad escolar en varios parques y escuelas del 3 de junio al 8 de agosto.

RECURSOS PARA JÓVENES

JUMP

1000 W MYRTLE ST | 208-639-6610

Jack's Urban Meeting Place, o JUMP, ofrece una variedad de actividades y eventos gratuitos o de bajo costo durante el verano, muchos de ellos disponibles para jóvenes. Las actividades y eventos se pueden consultar en el sitio web de JUMP, incluyendo opciones para usar el espacio sin costo. JUMPBoise.org

HORARIO: Martes a viernes, 8 a.m.–7:30 p.m.
Sábado, 9 a.m.–7:30 p.m.
Sat, 9 a.m.–7:30 p.m.

CENTRO DE CRISIS JUVENIL CLARVIDA

9196 W. EMERALD ST, STE 100 | 833-525-4747

Abierto las 24 horas, los 7 días de la semana, los 365 días del año

Atiende a personas menores de 18 años y mayores que estén pasando por una crisis de salud conductual, incluyendo problemas con el consumo de sustancias. El Centro de Crisis Comunitario Clarvida ofrece un entorno seguro y sin juicios, conexión con recursos comunitarios y referencias para atención continua, sin costo alguno para quienes reciben los servicios. El centro da la bienvenida a todas las personas adultas, sin importar su origen. Las personas pueden permanecer en el centro hasta 23 horas y 59 minutos por episodio de atención.

HAYS HOUSE

7221 POPLAR ST | 208-322-2308

Hays House es el único refugio abierto las 24 horas en Treasure Valley para jóvenes no acompañados de 9 a 17 años. Hays House está disponible para niños y adolescentes que han huido de casa, no tienen hogar o son víctimas de abuso o negligencia, ofreciéndoles un lugar seguro donde quedarse, sin importar la situación ni el momento. El programa de Hays House incluye clases de habilidades para la vida, consejería familiar e individual basada en fortalezas, apoyo educativo, actividades recreativas en la comunidad y acceso a un programa académico acreditado para los grados 9 a 12, que incluye instrucción y exámenes para obtener el GED.

THE COMMUNITY CENTER

1088 N ORCHARD ST

The Community Center es un centro para todos los miembros de la comunidad, que ofrece grupos de apoyo, recursos y actividades.

HORARIO: Lunes, 3–7 p.m., Jueves, 5–8 p.m.,
Sábado, 10 a.m.–5 p.m.

CORREO ELECTRÓNICO: info@tccidah.org

SERVICIOS DE SALUD

TERRY REILLY HEALTH SERVICES

300 S 23RD ST | 208-318-1326

HORARIO: Lun–Vie, 8 a.m.–6 p.m. (cerrado de 1–2 p.m.)

ATENCIÓN SIN CITA PARA MANEJO DE MEDICAMENTOS PSIQUIÁTRICOS:

HORARIO: Mié, 2–4 p.m., Vie, 1–5 p.m.

TERRY REILLY HEALTH SERVICES

848 LA CASSIA DR | 208-344-0086

HORARIO: Lun–Vie, 8 a.m.–5 p.m. (cerrado de 12–1 p.m.)

FULL CIRCLE IDAHO

325 W IDAHO ST | 208-514-2525

HORARIO: Lun–Vie, 8 a.m.–5 p.m.

GENESIS COMMUNITY CLINIC

215 W 35TH ST, GARDEN CITY | 208-384-5200

HORARIO: Lun y Vie, 8 a.m.–5 p.m.,
Mar y Jue, 8 a.m.–7:30 p.m.

CLARVIDA COMMUNITY CRISIS CENTER

7192 POTOMAC DR | 833-527-4747

Abierto 24/7

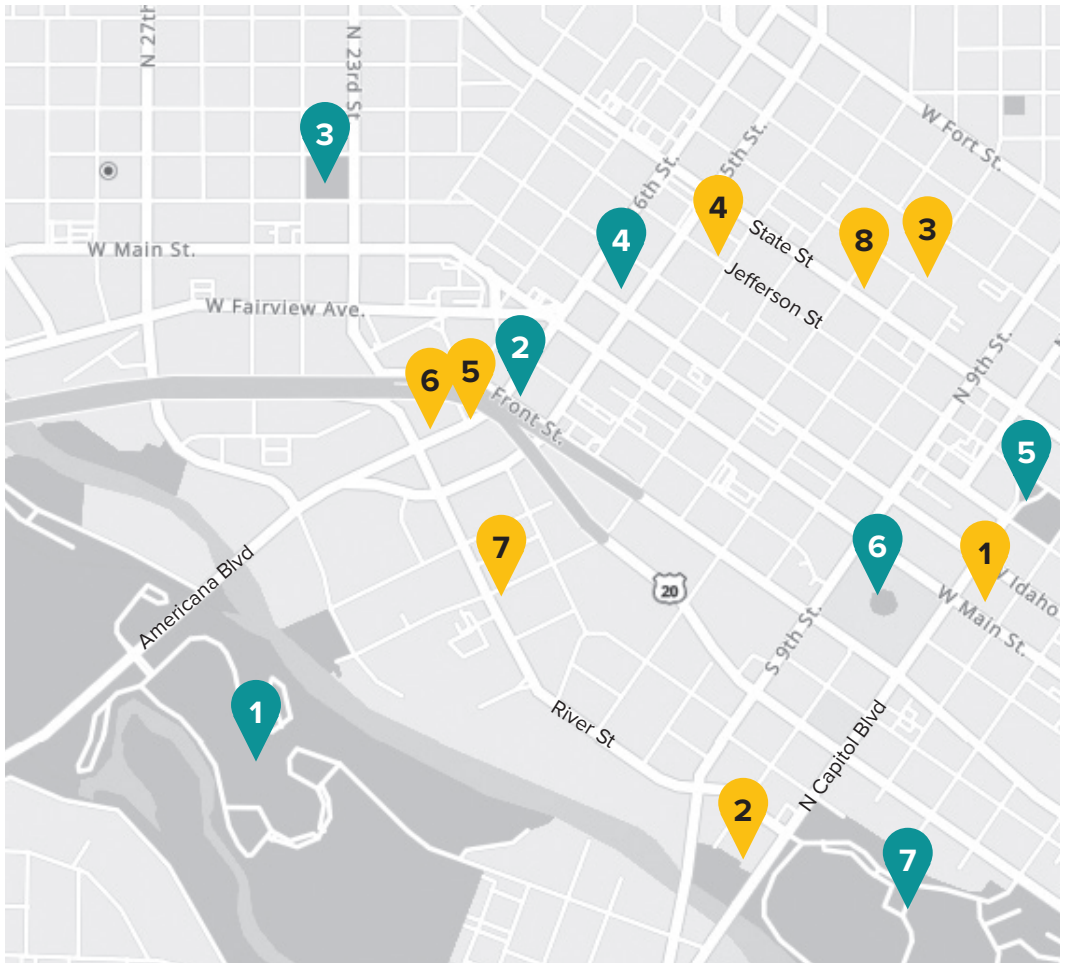
CLARVIDA YOUTH CRISIS CENTER

9196 W EMERALD ST. #100 | 833-527-4747

Abierto 24/7

*Reoccurring wound care, health care and foot clinics at Corpus Commons and Interfaith Sanctuary. Reach out to them directly for details.

MAPA



LUGARES INTERIORES

1. **BOISE CITY HALL**
150 N CAPITOL BLVD
2. **BIBLIOTECA PÚBLICA DE BOISE – CENTRO**
715 S CAPITOL BLVD
3. **CATEDRAL DE LAS ROCOSAS**
717 N 11TH ST
4. **CITY LIGHTS**
1404 W JEFFERSON ST
5. **CORPUS COMMONS**
525 S AMERICANA BLVD
6. **SANTUARIO INTERFAITH**
1620 W RIVER ST
7. **RIVER OF LIFE**
575 S 13TH ST
8. **TREASURE VALLEY YMCA – CENTRO**
1050 W STATE ST

PARQUES

1. **PARQUE ANN MORRISON**
2. **PARQUE DE PATINAJE RHODES (RHODES SKATE PARK)**
3. **PARQUE FAIRVIEW**
4. **PARQUE BANNOCK**
5. **PARQUE CECIL D. ANDRUS**
6. **THE GROVE PLAZA**
7. **PARQUE JULIA DAVIS**

SEGURIDAD EN VERANO

MANTENTE FRESCO – CONSEJOS IMPORTANTES

- **MANTENTE HIDRATADO**

Bebe mucha agua durante el día. Evita el alcohol, café, té y refrescos con cafeína.

- **BUSCA SOMBRA Y LUGARES FRESCOS**

Busca lugares con sombra o con aire acondicionado durante las horas de más calor. Limita el tiempo bajo el sol directo.

- **USA ROPA LIGERA**

Prefiere ropa ligera, de colores claros y holgada. Cambia la ropa si está húmeda o mojada.

- **CUIDA TU PIEL**

Usa protector solar, gorra de ala ancha y lentes de sol. Ten un pañuelo húmedo para limpiar tu cara o cuello. Date duchas frescas.

- **COME LIGERO**

Come porciones pequeñas y frecuentes, evita comidas pesadas.

- **CUIDA A LOS DEMÁS**

Especialmente a adultos mayores, personas con problemas de salud o discapacidad, y quienes usan sustancias.

- **CUIDA A TUS MASCOTAS**

Asegúrate que tengan agua fresca y sombra. El asfalto y pavimento pueden quemar sus patas.

GUÍA PARA SOBREVIVIR AL CALOR EN EL AUTO

• LOS AUTOS SE CALIENTAN RÁPIDO:

- Usa parasoles reflectantes o mantas de emergencia (lado brillante hacia afuera) para bloquear el sol.
- Cuelga sábanas o toallas de colores claros en las ventanas.
- Estaciona a la sombra (bajo árboles, cerca de edificios o en estacionamientos techados si es seguro).

• MANTENTE FRESCO SIN AIRE ACONDICIONADO:

- Evita dejar el motor encendido—consume gasolina y puede ser peligroso. Usa ventiladores a batería o USB.
- Abre un poco las ventanas en lados opuestos para crear corriente; usa mallas o viseras para mantener los insectos afuera y asegurar seguridad.
- Duerme cerca del flujo de aire y usa ropa ligera y transpirable.

• HIDRATACIÓN Y ENFRIAMIENTO CORPORAL:

- Bebe agua regularmente, aunque no tengas sed. Envuelve las botellas para mantenerlas frescas.
- Usa un paño húmedo o una botella con spray en cuello, muñecas y cara para refrescarte.
- Visita lugares públicos con aire acondicionado y sitios designados para refrescarse (bibliotecas, iglesias, cafeterías, etc.) durante las horas de más calor (11 a.m.–4 p.m.).

• DUERME DE MANERA INTELIGENTE:

- No duermas sobre espuma o cojines gruesos — atrapan el calor.
- Usa colchonetas reflectantes o de malla y mantas ligeras.
- Prefiere materiales de colores claros en lugar de oscuros.

• PROTEGE LO QUE LLEVAS CONTIGO:

- Guarda electrónicos, medicamentos y baterías fuera del sol — usa bolsas térmicas o hieleras cuando sea posible.

SEGURIDAD EN VERANO

ESTATE ALERTA A LOS SÍNTOMAS DE ENFERMEDADES POR CALOR

- **GOLPE DE CALOR**

Piel seca y caliente, no sudoración, temperatura alta, pulso rápido, escalofríos, confusión, dificultad para hablar.

- Si sospechas un golpe de calor, lleva a la persona a atención médica de inmediato. Enfría a la persona con los métodos disponibles. No le des nada para beber.

- **AGOTAMIENTO POR CALOR**

Sudoración excesiva, debilidad, mareos, piel fría y húmeda, calambres musculares, piel roja.

- **CALAMBRES POR CALOR**

Dolor y espasmos musculares, usualmente en el abdomen, brazos o piernas.

- Si sospechas calambres o agotamiento por calor, ve a un lugar más fresco, quítate la ropa extra y toma pequeños sorbos de agua o bebida deportiva.

- **SARPULLIDO POR CALOR**

Granitos rojos o pequeñas ampollas, usualmente en el cuello, pecho, ingles, debajo de los senos y en los pliegues de los codos.

MÁS INFORMACIÓN

Por favor, contacta a info@ourpathhome.org o llama a la Línea de Crisis de Vivienda (Housing Crisis Hotline) al **208-336-4663**.



Our Path Home

OurPathHome.org