

Recursos de la comunidad para el COVID-19

Debido a la orden de confinamiento, muchas organizaciones sin fines de lucro dan servicios limitados o dan opciones alternativas a los servicios en persona. Consulte los listados abajo para ver los servicios de redes de seguridad y otros recursos. Los recursos están organizados por tipo de servicio.

Detección y prueba para el COVID-19	
Recurso	Información
Project Baseline	Para hacerse la evaluación y la prueba de COVID-19, use esta herramienta de evaluación en línea: https://www.projectbaseline.com/study/covid-19/ . Según las respuestas y la disponibilidad de consultas para la prueba, puede buscar a qué centro puede ir en California. Esta herramienta no tiene costo.
Centros que hacen pruebas de COVID-19 en Santa Clara County	Santa Clara County Public Health Department ofrece una herramienta para buscar centros locales que hacen pruebas de COVID-19. La mayoría de los centros requieren que programe una consulta. Visite https://www.sccgov.org/sites/covid19/Pages/covid19-testing.aspx .
Personas sin vivienda	
Recurso	Información
Sistema de prevención para personas sin hogar (Sacred Heart Community Services)	A los miembros que corren el riesgo de perder su vivienda o de no poder hacer el próximo pago de alquiler, dar la información de contacto del Sistema de prevención para personas sin vivienda para pedir ayuda temporal: <ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-926-8885 • Correo electrónico: housinginfo@sacredheartcs.org
Ayuda para personas sin hogar o personas con vivienda inestable	Si un miembro dio positivo para el COVID-19 o se lo investiga por COVID-19 y debería estar en cuarentena pero no tiene vivienda, envíe un correo electrónico a housing@eoc.sccgov.org .
Pérdida de ingresos	
Recurso	Información
Ayuda financiera para residentes de bajos ingresos (Sacred Heart)	Para los miembros que hayan tenido una pérdida de ingresos por el impacto del COVID-19 en la salud, en el empleo o en el cierre de escuelas y guarderías: <ul style="list-style-type: none"> • Visite el sitio web de Sacred Heart: https://sacredheartcs.org/covid19/ • Teléfono: 1-408-780-9134 • Las consultas en persona también se pueden programar llamando a la línea directa.

	<p>Los miembros pueden agregar su nombre a la lista de interesados para que puedan comunicarse con ellos cuando haya más fondos, si eso ocurre. Tenga en cuenta que, dada la enorme demanda de ayudas, podría tardar hasta 20 días en recibir una respuesta de la agencia.</p> <p>Las familias deberán presentar documentación básica para verificar la elegibilidad, incluyendo identificación, verificación de ingresos y documentación de la pérdida de ingresos relacionada con el COVID-19.</p>
<p>Programa de Asistencia Financiera por el COVID-19</p>	<p>Ahora hay otros fondos para las personas que más necesitan ayuda por el COVID-19 mediante Sacred Heart Community Service y Destination: Home. Los grupos familiares que cumplan con los requisitos pueden recibir \$1,000 por cada persona que cumpla los criterios de elegibilidad (máximo de \$2,000 por grupo familiar).</p> <p>Para calificar para recibir ayuda, los grupos familiares deben cumplir estos cinco criterios de elegibilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vivir en Santa Clara County. • Haber tenido ingresos familiares menores al 30 % del ingreso promedio del área antes de la crisis del COVID-19. • Demostrar una pérdida de ingresos relacionada con la crisis del COVID-19. • No cumplir con los requisitos para recibir beneficios por desempleo ni pagos de estímulo federales recientes. • No haber recibido asistencia de los fondos de ayuda por el COVID-19 de Sacred Heart Community Services ni de Destination: Home. <p>Para obtener más información o para agregar su nombre a la lista de interesados, visite https://sacredheartcs.org/covid19/ o llame al 1-408-780-9134.</p>
<p>Silicon Valley Independent Living Center (SVILC)</p>	<p>SVILC da ayuda financiera a los adultos mayores de bajos ingresos y a las personas con discapacidades que han perdido sus ingresos o se han visto afectados desde el punto de vista financiero por el COVID-19. SVIC no exigirá ningún comprobante de ciudadanía ni un Social Security Number al momento de la solicitud.</p> <p>Grassroots Financial Aid en todo el condado: cheque de \$1,000. Elegibilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser residente de Santa Clara County. • Tener un ingreso individual o por grupo familiar extremadamente bajo, del 30 % o menor que el ingreso promedio del área (AMI). • Tener al menos un miembro del grupo familiar mayor de 65 años o que tenga una discapacidad. • Tener documentos que prueben las dificultades financieras causadas por el COVID-19.

	<ul style="list-style-type: none"> • No haber recibido ayuda financiera del fondo de asistencia de Sacred Heart Community Services. • No ser elegible para el seguro de desempleo NI ser elegible para recibir los pagos de estímulo federales. • Se paga al solicitante. <p>Ayuda de alquiler de Milpitas: hasta \$4,000 para un alquiler atrasado. Elegibilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser residente de Milpitas. • Tener un ingreso bajo, del 80 % o menor que el AMI. • Ser un adulto mayor, una persona con discapacidad, un veterano, una víctima de violencia doméstica o una familia con hijos en Milpitas Unified School District. • Probar la pérdida o reducción del ingreso que afecte la capacidad para pagar el alquiler durante uno o dos meses; debe demostrar la capacidad para pagar el alquiler al mes siguiente. • Tener documentos que prueben las dificultades financieras y la capacidad para pagar el alquiler después del alquiler atrasado. • Se paga al propietario o al administrador de la propiedad. <p>SVILC CARES Act Fund: hasta \$3,000 para un alquiler atrasado o una factura por servicios públicos que no se haya pagado. Elegibilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser residente de Santa Clara County. • Tener un ingreso muy bajo o extremadamente bajo, del 50 % o menor que el AMI. • Ser un adulto mayor de 60 años o una persona con una discapacidad, o tener un miembro del grupo familiar mayor de 60 años o que tenga una discapacidad. • Tener documentos que prueben las dificultades financieras causadas por el COVID-19. • No ser elegible para otros programas de fondos. • Se paga al propietario o a la empresa de servicios públicos. <p>Para obtener más información o para que evaluemos su admisión y elegibilidad, llame al 1-408-894-9041 o envíe un correo electrónico a Housing911@svilc.org.</p>
<p>Rebuilding Together Silicon Valley</p>	<p>Para aquellos afectados por el COVID-19, Rebuilding Together Silicon Valley ofrece reparaciones de emergencia para restaurar el agua caliente o la calefacción, según cada caso. Contratistas habilitados harán las reparaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Llame al 1-408-578-9519 para obtener más información.
<p>Employment Development Department (EDD)</p>	<p>Las personas que hayan perdido su trabajo o que hayan reducido sus horas de trabajo por el COVID-19 pueden encontrar los beneficios de desempleo en Employment Development Department (EDD). La orden ejecutiva del gobernador exime el período de espera de una semana,</p>

para que las personas puedan cobrar los beneficios la primera semana que estén sin trabajo. Los trabajadores independientes también son elegibles para los beneficios.

- Visite el sistema en línea del EDD en:
https://www.edd.ca.gov/Unemployment/UI_Online.htm.
 - Actualmente, el EDD recomienda usar el sistema en línea ya que las líneas telefónicas están saturadas.
- Teléfono: **1-800-300-5616**

The Emergency Assistance Network (EAN)

Esta red presta una variedad de servicios para prevenir la falta de vivienda y actuar como una red de seguridad para los residentes que enfrentan desahucio y corte de servicios públicos y que pasan hambre. Los servicios se pueden encontrar en función de los residentes que viven en códigos postales determinados. Durante el confinamiento, solo se podrá acceder a los servicios EAN por teléfono y para recoger la comida:

- ayuda alimentaria;
- alquiler;
- ayudas para los servicios públicos;
- ayuda médica y de traslado;
- ayuda financiera directa para asuntos especiales, como gastos funerarios.

Las familias deberán presentar documentación básica para verificar la elegibilidad, incluyendo:

- identificación válida de todos los adultos;
- acta de nacimiento para menores de 18 años;
- verificación de ingresos (para todos los adultos y otros ingresos complementarios durante un mes);
- correo oficial o factura dirigida a la dirección actual de su casa;
- contrato de arrendamiento o hipoteca como prueba de residencia;
- prueba de la emergencia (es decir, pérdida de empleo, emergencia médica).

Recurso	Información
Community Services Agency of Mountain View & Los Altos	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-650-968-0836 • Dirección: 204 Sterlin Rd. Mountain View, CA 94043 • Sirve estos códigos postales: 94022 Los Altos, 94024 Los Altos, 94040 Mountain View, 94041 Mountain View, 94043 Mountain View
LifeMoves Commercial St. Inn	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-271-1630 • Dirección: 260 Commercial Street San Jose, CA 95112 • Sirve estos códigos postales: 95035 Milpitas, 95131 San Jose, 95133 San Jose, 95134 San Jose
LifeMoves Opportunity Center	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-650-853-8672 • Dirección: 33 Encina Avenue Palo Alto, CA 94301 • Sirve estos códigos postales: 94301 Palo Alto, 94303 Palo Alto, 94304 Palo Alto, 94305 Stanford, 94306 Palo Alto

Sunnyvale Community Services	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-738-4321 • Dirección: 725 Kifer Rd. Sunnyvale, CA 94086 • Sirve estos códigos postales: 94085 Sunnyvale, 94086 Sunnyvale, 94087 Sunnyvale, 94089 Sunnyvale, 95002 Alviso
Sacred Heart Community Services	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-278-2160 • Dirección: 1381 S. First St. San Jose, CA 95110 • Sirve estos códigos postales: 95008 Campbell, 95110 San Jose, 95111 San Jose, 95112 San Jose (S. of Santa Clara St.), 95113 San Jose, 95116 San Jose, 95117 San Jose, 95118 San Jose, 95120 San Jose, 95123 San Jose, 95124 San Jose, 95125 San Jose, 95126 San Jose, 95128 San Jose, 95136 San Jose
Salvation Army San Jose	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-282-1165 • Dirección: 359 North 4th Street San Jose, CA 95109 • Sirve estos códigos postales: 95037 Morgan Hill, 95112 San Jose (N. of Santa Clara St.), 95119 San Jose, 95121 San Jose, 95122 San Jose, 95127 San Jose, 95132 San Jose, 95135 San Jose, 95138 San Jose, 95139 San Jose, 95148 San Jose
Salvation Army Santa Clara	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-247-4588 • Dirección: 3090 Homestead Road Santa Clara, CA 95051 • Sirve estos códigos postales: 95050 Santa Clara, 95051 Santa Clara, 95054 Santa Clara
St. Joseph's Family Center	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-842-6662 • Dirección: 7950 A-Church St. Gilroy, CA 95020 • Sirve estos códigos postales: 95020 Gilroy, 95046 San Martin
West Valley Community Services	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-255-8033 • Dirección: 10104 Vista Drive Cupertino, CA 95014 • Sirve estos códigos postales: 95014 Cupertino, 95030 Los Gatos, 95032 Los Gatos, 95033 Los Gatos, 95070 Saratoga, 95129 San Jose, 95130 San Jose

Ayuda de fondos de emergencia

Santa Clara County Society of Saint Vincent de Paul

Hay varias iglesias y parroquias en el condado que ofrecen fondos de emergencia para pagar facturas o costos de vivienda, como el alquiler. Otras solo ofrecen ayuda con las necesidades básicas, como ropa gratis, pases de autobús para el trabajo, entre otras cosas. Para obtener más información sobre comida, ropa o ayuda financiera, llame a la línea de referencia principal para la zona de Santa Clara County al **1-866-896-3587**.

Servicios para la zona: norte del Santa Clara County	<ul style="list-style-type: none"> • Our Lady of Peace en Santa Clara sirve a los códigos postales 95054, 95117 y 95002. • Resurrection en Sunnyvale sirve al código postal 94087.
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • St. Athanasius en Mountain View sirve a los códigos postales 94039, 94043 y 94040. • St. Cyprian en Sunnyvale sirve al código postal 94086. • St. Joseph en Mountain View sirve al código postal 94041. • St. Lawrence en Santa Clara sirve a los códigos postales 95051 y 95050. • St. Martin en Sunnyvale sirve a los códigos postales 94086, 94087 y 94089. • St. Simon en Los Altos sirve a los códigos postales 94024 y 94040. • St. Thomas Aquinas en Palo Alto sirve a los códigos postales 94301 y 94306. • Holy Korean Martyrs en Sunnyvale sirve al código postal 94089.
Servicios para la zona: centro del Santa Clara County	<ul style="list-style-type: none"> • Queen of Apostles en San Jose sirve a los códigos postales 95117 y 95129. • Sacred Heart en Saratoga sirve al código postal 95070. • St. Clare en Santa Clara sirve al código postal 95050. • St. Frances Cabrini en San Jose sirve al código postal 95124. • St. Leo en San Jose sirve a los códigos postales 95126 y 95128. • St. Lucy en Campbell sirve al código postal 95008. • St. Martin of Tours en San Jose sirve a los códigos postales 95128 y 95126. • St. Mary en Los Gatos sirve a los códigos postales 95030 y 95032.
Servicios para la zona: sur/este del condado de Santa Clara	<ul style="list-style-type: none"> • Christ the King en San Jose sirve a los códigos postales 95111 y 95138. • Holy Family en San Jose sirve al código postal 95136. • St. Catherine en Morgan Hill sirve al código postal 95037. • St. Elizabeth en Milpitas sirve al código postal 95035. • St. John Vianney en San Jose sirve a los códigos postales 95127 y 95148. • St. Victor en San Jose sirve a los códigos postales 95132 y 95131.
Comida para llevar	
Recurso	Información
Silicon Valley Strong	Recurso en línea para encontrar lugares de acceso a comida por código postal. Visite https://siliconvalleystrong.org/ .
Recogida de comida escolar	Para estudiantes que necesitan encontrar un lugar cercano donde recoger la comida escolar. Llame al sitio donde recogerá la comida para confirmar horarios y disponibilidad: https://bit.ly/3azB5vt
Second Harvest of Silicon Valley	Para familias de bajos ingresos que necesiten comida, comuníquese con Second Harvest of Silicon Valley al 1-800-984-3663 o envíe GETFOOD por mensaje de texto al 1-408-455-5181 para pedir ayuda.

	<ul style="list-style-type: none"> • Horario de atención: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.
<p>Silicon Valley Independent Living Center (SVILC)</p>	<p>Para recoger artículos empaquetados del banco de comida, pida una cita en SVILC.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comuníquese con SVILC: <ul style="list-style-type: none"> ○ Teléfono: 1-408-894-9041 ○ Correo electrónico: info@svilc.org ○ Visite el sitio web de SVILC: https://www.svilc.org/ • ACTUALIZACIÓN: A partir del 8 de junio de 2020: Horario de atención para recoger artículos empaquetados del banco de comida: <ul style="list-style-type: none"> ○ San Jose: lunes, miércoles y viernes, de 11 a.m. a 12 p.m. ○ Gilroy: martes y jueves, de 11 a.m. a 12 p.m. • SVILC exige que quienes recojan la comida usen una mascarilla y que llamen por teléfono o envíen un correo electrónico antes para mantener un distanciamiento social seguro.
<p>Catholic Charities of Santa Clara County</p>	<p>Catholic Charities of Santa Clara County ofrece distribuciones semanales de comida desde los vehículos en las iglesias locales. No es necesario registrarse y se hará en el lugar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iglesias que participan: <ul style="list-style-type: none"> ○ Our Lady of Peace Dirección: 2800 Mission College Blvd, Santa Clara, CA 95054 Horario: Todos los lunes (a partir del 04/13/20). El horario aún no está confirmado. ○ Our Lady of Refuge Dirección: 2165 Lucretia Ave, San Jose, CA 95122 Horario: Todos los martes (a partir del 03/31/20) de 5:00 p. m. a 7:00 p. m. ○ Most Holy Trinity Dirección: 2040 Nassau Dr, San Jose, CA 95122 Horario: Todos los martes (a partir del 04/14/20). El horario aún no está confirmado. ○ St. Martin of Tours Dirección: 200 O'Connor Dr, San Jose, CA 95128 Horario: Todos los miércoles (a partir del 04/01/20). El horario aún no está confirmado. ○ St. John Vianney Dirección: 4600 Hyland Ave, San Jose, CA 95127 Horario: Todos los jueves (a partir del 04/02/20) de 1:00 p. m. a 4:00 p. m. ○ St. Lucy's Campbell Dirección: 2350 S Winchester Blvd, Campbell, CA 95008 Todos los viernes (a partir del 04/10/20) de 10:00 a. m. a 12:00 p. m. ○ Santa Teresa Parish Dirección: 794 Calero Ave, San Jose, CA 95123

	<p>Horario: Todos los sábados (a partir del 04/4/20) de 12:00 p. m. a 2:00 p. m.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para obtener más información visite: https://www.catholiccharitiesscc.org/new-events/food-distribution-weekly-drive-thru-at-church-locations
Loaves and Fishes	<p>Loaves and Fishes ofrece comidas para llevar sin costo para los residentes de Santa Clara county.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los sitios que participan son: <ul style="list-style-type: none"> ○ Goodwill Industries Dirección: 1080 N 7th St, San Jose, CA 95112 Horario: De lunes a viernes de 3:30 p. m. a 4:30 p. m. ○ SJ Vietnamese Seventh Day Adventist Church 1066 S 2nd St, San Jose, CA 95112 Dirección: 1080 N 7th St, San Jose, CA 95112 Horario: De lunes a viernes de 4:30 p. m. a 5:00 p. m. • Para obtener más información visite: www.loavesfishes.org o llame al 1-408-922-9085.
<p>Lugares de compras prioritarias designados para miembros de la comunidad de alto riesgo (personas de la tercera edad, discapacitadas, embarazadas o inmunocomprometidas)</p>	
99 Ranch Market	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 9:00 a. m.
Albertsons	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: Martes y jueves de 7:00 a. m. a 9:00 a. m.
Lunardi's Markets	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: Martes y jueves de 7:00 a. m. a 8:00 a. m.
New Seasons Market	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 9:00 a. m.
Nob Hill Foods (Raley's)	<ul style="list-style-type: none"> • Los miembros de la comunidad de alto riesgo podrán comprar bolsas esenciales (bolsas preparadas con productos esenciales de supermercado) tanto en la puerta como en la tienda. • Se puede programar la recogida de recetas en la puerta de su farmacia.
Safeway	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: Martes y jueves de 7:00 a. m. a 9:00 a. m.
Target	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: Miércoles de 8:00 a. m. a 9:00 a. m.
Trader Joe's	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: De lunes a domingo de 8:00 a. m. a 9:00 a. m.
Smart & Final	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: De lunes a domingo de 7:30 a. m. a 8:00 a. m.
Walgreens	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: *solo para personas de la tercera edad* martes de 8:00 a. m. a 9:00 a. m.
Walmart	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: *solo para personas de la tercera edad* martes de 6:00 a. m. a 7:00 a. m.
Whole Foods	<ul style="list-style-type: none"> • Horario especial: *solo para personas de la tercera edad* de lunes a domingo de 8:00 a. m. a 9:00 a. m. •

Entrega de comida a domicilio

Great Plates Delivered: formulario de admisión mediante Sourcewise

Great Plates Delivered es el programa de comida de emergencia de California anunciado por el gobernador Newsom. El propósito de este programa de comida de emergencia de California es garantizar que los adultos mayores californianos que reúnan los requisitos de elegibilidad estén conectados con restaurantes locales para recibir comidas preparadas a domicilio mientras estén cumpliendo la orden de permanecer en casa.

Requisitos de elegibilidad:

- Personas mayores de 65 años o de entre 60 y 64 años con alto riesgo, según lo definido por Centers for Disease Control and Prevention (CDC), incluyendo:
 - Personas que hayan obtenido un resultado positivo en la prueba de COVID-19 (según lo documentado por un funcionario de salud pública estatal/local o por un profesional de la salud)
 - Personas que hayan estado expuestas al COVID-19 (según lo documentado por un funcionario de salud pública estatal/local o por un profesional de la salud), o personas con una condición subyacente.
- Las personas deben vivir solas o con otro adulto que cumpla con los requisitos de este programa.
- Los participantes no deben recibir actualmente ninguna ayuda de otros programas de asistencia nutricional estatales o federales. Los ingresos anuales de las personas deben estar entre estos intervalos: entre \$24,981 y \$74,940 (personas que viven solas), o entre \$33,821 y \$101,460 (grupos familiares de dos personas).
- Las personas deben demostrar su incapacidad para preparar u obtener comidas.

Actualmente, Sourcewise está comprobando la elegibilidad y está recibiendo formularios de admisión mediante su sitio web en <http://www.mysourcewise.com>. Las personas pueden esperar una respuesta entre las 24 y 72 horas posteriores.

Para obtener más información, llame al **1-408-350-3230**.

- Seleccione la opción 1 para elegibilidad.

Seleccione la opción 2 para participantes existentes.

Los **adultos de más de 60 años** que buscan comidas preparadas deben buscar un lugar cercano de comida para llevar. Esto es parte del Senior Nutrition Program de Santa Clara County (<https://www.sccgov.org/sites/ssa/daas/snp/Pages/snp.aspx>). Asegúrese de llamar al sitio de comida para llevar para confirmar horarios y disponibilidad: <https://bit.ly/2KwLYav>

Los residentes, adultos mayores y personas con discapacidades o condiciones médicas de Santa Clara County que necesiten más ayuda con la comida deben comunicarse con [The Health Trust](#).

- Teléfono: **1-408-961-9870** (línea gratuita: **1-800-505-3367**)
- Sitio web: <https://healthtrust.org/provider/food/>
- Correo electrónico: MOW@healthtrust.org

ACTUALIZACIÓN: El programa Meals on Wheels de The Health Trust actualmente está funcionando al límite de su capacidad ofreciendo asistencia alimentaria de emergencia durante la pandemia del COVID-19. Los miembros pueden remitirse a sí mismos usando la lista de espera de Google para recibir asistencia alimentaria de emergencia en <https://bit.ly/2X6eLpG>. No hay una fecha de finalización para esta lista de espera. Sin embargo, no se puede garantizar que se agreguen clientes para recibir estos servicios en este momento.

También puede comunicarse con Senior Nutrition Program de Santa Clara County para que lo evalúen o para inscribirse.

- Llame a Senior Nutrition Program al **1-408-755-7680**.
 - Para inscribirse, llame a un coordinador de Nutrición de Sourcewise al **1-408-350-3246**.

Six Food Hug ofrece compras en línea con entrega a las ciudades de Santa Clara, Sunnyvale y Cupertino. Los miembros de la comunidad que no pueden comprar comida, pueden usar el sitio web para pedir productos como huevos, frutas y verduras, lácteos, pastas, granos, productos esenciales para hornear, papel higiénico, entre otros. Los pedidos en línea están listos en menos de 48 horas, de lunes a viernes. Las entregas sin contacto son gratis si los miembros son referidos por Nextdoor, de lo contrario, se cobra una tarifa de \$8. Los artículos que no están en el sitio web se pueden pedir en un pedido especial en la página de inicio de Six Foot Hug.

- Visite <https://www.sixfoothug.com>

South Bay Pantry by Sikh y varias organizaciones comunitarias y voluntarios

South Bay Pantry ofrece comida para recoger o para ser entregada a domicilio sin costo para las personas de bajos ingresos, discapacitadas, ancianos o que de otra manera no pueden hacer sus compras de comida.

- Para pedirla, llene el formulario Pantry en www.tinyurl.com/sfp-santaclara o comuníquese con Bhatia o Gurvinder Singh al **1-408-459-9945**.

Comida para llevar, para recoger en la puerta o para envío a domicilio

Encuentre una lista de restaurantes en San Jose que trabajan con comida para llevar, para recoger en la puerta o para enviar a domicilio: <https://www.diningatadistance.com/san-jose>

Envío a domicilio y recogida de recetas médicas y compras de comida, y atención virtual

Regístrese para que se le asigne un voluntario local que pueda ayudarlo a recoger los productos esenciales y que se comunique con usted de forma virtual para ver cómo está:

- Visite: <https://www.scchelpinghands.com/>
- Correo electrónico: santaclaracountyhelpinghands@gmail.com

Comida para mascotas

Recurso	Información
Senior Nutrition Program y Department of Animal Services de Santa Clara County	<p>El Senior Nutrition Program y el Department of Animal Services de Santa Clara County se asocian para entregar gratis a domicilio comida para mascotas y artículos esenciales relacionados con las necesidades de las mascotas, como arena para gatos, a los participantes del programa y a los participantes de Meals on Wheels.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si participa en alguno de estos programas, tiene más de 60 años y necesita comida o suministros para su mascota, llame al 1-408-686-3900.

	La línea funciona de lunes a viernes, de 8 a.m. a 6 p.m., y los fines de semana, de 8 a.m. a 5 p.m.
Humane Society Silicon Valley	<p>El Pet Pantry Program de Humane Society Silicon Valley da comida para mascotas a todas las familias de Santa Clara County que no tengan dinero para alimentarlas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si quiere formar parte de Pet Pantry Program, complete una solicitud en línea en https://www.hssv.org/pet-pantry/. <p>Para obtener más información sobre Pet Pantry Program, envíe un correo electrónico a petpantry@hssv.org o llame al 1-408-262-2133, ext. 110</p>
Traslado	
Recurso	Información
Valley Transportation Authority (VTA) Paratransit	<p>Traslados gratis para personas con discapacidades que no puedan usar el autobús/tren ligero.</p> <p>1-408-321-2300 SERVICIOS DE TRANSPORTE; cuenta con ayuda para idiomas en inglés, español, vietnamita.</p> <p>Servicio para todo el condado.</p>
Servicios públicos	
California Alternate Rates for Energy (CARE)	<ul style="list-style-type: none"> • Las familias de bajos ingresos o quienes perdieron su trabajo hace poco por el COVID-19 son elegibles para inscribirse en el programa California Alternate Rates for Energy (CARE). • Los clientes además podrán ser elegibles para CARE si están inscritos en programas de ayuda pública como Medi-Cal. • Si califican, los clientes pueden recibir un descuento del 30 al 35 por ciento en su factura de electricidad y un descuento del 20 por ciento en su factura de gas natural. • Para obtener más información o pedir un formulario, visite el sitio web de PG&E en https://www.pge.com/en_US/residential/save-energy-money/help-paying-your-bill/longer-term-assistance/care/care.page o llame al 1-866-743-2273.
PG&E Medical Baseline Allowance	<p>El Medical Baseline Program, también conocido como Medical Baseline Allowance, es un programa de ayuda que ofrece tarifas más bajas en las facturas mensuales de energía eléctrica para los clientes que tengan necesidades especiales por condiciones médicas habilitantes.</p> <p>Los clientes elegibles para Medical Baseline reciben una asignación extra de electricidad o gas por mes a una tarifa más baja para el consumo de los dispositivos médicos que califiquen. Durante el COVID-19, puede autocertificar la solicitud para Medical Baseline.</p> <p>Para obtener más información o ayuda con la solicitud:</p>

	Llame a PG&E al 1-800-743-500 o a SVILC al 1-408-894-9041 . Visite https://bit.ly/PGE_MB .
--	---

Recursos para cuidadores

Visite el sitio web de Family Caregiver Alliance sobre recursos para cuidadores de familias con el coronavirus (COVID-19): <https://www.caregiver.org/coronavirus-covid-19-resources-and-articles-family-caregivers>. O llame sin cargo al **1-800-445-8106** para obtener ayuda con los servicios de atención.

Artículos ilustrativos:

- Cómo atenderse a UNO MISMO: cuidado personal para quienes cuidan de la familia: <https://www.caregiver.org/Taking-care-you-self-care-family-caregivers>
- Relajación para las personas encargadas del cuidado, una serie de ejercicios de relajación para reducir el estrés: <https://www.caregiver.org/relaxation-caregivers-series-english>

Cómo hablarles a los niños sobre el COVID-19

Estos recursos ofrecen orientación sobre cómo darles a los niños información objetiva sobre el COVID-19 según su edad:

- La mente de un niño: Cómo hablarles a los niños sobre el coronavirus: <https://childmind.org/article/talking-to-kids-about-the-coronavirus/>
- Solo para niños, un cómic explora el nuevo coronavirus en la National Public Radio: <https://n.pr/2VywJAo>
- Cómo responder las preguntas de su hijo durante el coronavirus, edades de cero a tres años <https://bit.ly/2S1n1EA>
<https://bit.ly/2XYqp74>

Recursos informativos sobre el COVID-19

AARP organizará un Tele-Town Hall de información sobre el coronavirus en vivo todos los jueves a las 10:00 a. m. PDT. Participe con AARP todas las semanas para obtener la información más reciente sobre el coronavirus, llamando sin cargo al: **1-855-274-9507**. Se tratarán diferentes temas cada semana.

Escuchar los Tele-Town Halls anteriores:

- 19 de marzo – Permanecer a salvo: Proteja su salud, su bienestar y a sus seres queridos: <https://bit.ly/3aB1rOU>
- 10 de marzo – Síntomas del COVID-19, cómo protegerse y lo que implica para los adultos mayores y las personas encargadas del cuidado: <https://bit.ly/2yDHGb8>

Servicios de apoyo en la casa (IHSS)

Recurso	Información
Urgent Care Registry	El Urgent Care Registry (UCR) es la red de seguridad para los consumidores de IHSS elegibles cuyo proveedor independiente (IP) no pueda dar la atención necesaria debido a una emergencia personal o enfermedad, y que no cuenten con un familiar u otro recurso al que recurrir. Un consumidor IHSS generalmente califica para recibir ayuda

	<p>de UCR si IHSS le ha aprobado más de 50 horas al mes. Tenga en cuenta que las “50 horas” son una referencia, y el personal de UCR evaluará cada pedido en función de las necesidades y circunstancias. UCR no dará servicios domésticos generales ni transporte. Las vacaciones de IP no están cubiertas por UCR. UCR ayudará con estos tipos de tareas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • baños; • higiene personal; • preparación de las comidas; • lavado de ropa. <p>Comuníquese con UCR al 1-408-590-0834, los siete días de la semana, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. Deje su nombre y número de teléfono y alguien le devolverá la llamada.</p>
<p>Santa Clara County Public Authority</p>	<p>Si un consumidor de IHSS prefiere que su amigo o familiar sea su cuidador, remita al consumidor a Public Authority para que complete el registro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-350-3252. Deje su nombre y número de teléfono y alguien le devolverá la llamada. <p>Visite: www.ihss.pascc.org</p>

Alzheimer's Association

Para las personas que tienen demencia, el aumento de la confusión suele ser el primer síntoma de cualquier enfermedad. Si una persona con demencia muestra un aumento rápido de la confusión, encuentre aquí algunas recomendaciones:

- Póngase en contacto con su proveedor de atención médica para obtener ayuda.
- Dele más recordatorios por escrito para ayudarla a recordar prácticas higiénicas diarias importantes.
- Coloque letreros en el baño para recordarle que se lave las manos con jabón durante 20 segundos. También puede mostrarle cómo lavarse bien las manos.
 - Si la persona no puede lavarse las manos sin dificultad o llegar al fregadero, use un desinfectante para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Pregúntele al farmacéutico o al médico sobre el servicio de pedidos de recetas por correo.
- Haga planes alternativos en caso de que se modifique o cancele el cuidado de día para adultos, los servicios de relevo y otros servicios o centros en respuesta al COVID-19.
- Haga planes alternativos para la administración de la atención en caso de que el cuidador principal se enferme.

Comuníquese con la línea de ayuda de la Association 24/7 al **1-800-272-3900** para obtener ayuda y más información o visite <https://alz.org/>.

Servicios de apoyo a la salud mental

Recurso	Información
<p>Santa Clara County Behavioral Health Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hay asesores para intervenciones telefónicas y apoyo emocional para ayudar a las personas que tienen una crisis, angustia emocional o circunstancial; que necesitan apoyo continuo o más

	<p>información o referencias; o que tienen enfermedades mentales. Comuníquese con Suicide and Crisis Hotline 24/7 al 1-855-278-4204 o envíe RENEW por un mensaje de texto al 741741.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para acceder a servicios de salud mental y referencias a servicios comunitarios, llame 24/7 al 1-800-704-0900 (TTY: 711). • Servicios para el alcoholismo y la drogadicción, llame al 1-800-488-9919 • Visite: https://www.sccgov.org/sites/bhd/Pages/home.aspx
<p>NAMI Warmline/ Centro de ayuda</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-453-0400 (opción 1) • Horario de atención: De lunes a viernes de 10:00 a. m. a 6:00 p. m. • Visite: https://namisantaclara.org/classes/warmline/
<p>Apoyo emocional que no sea de emergencia de NAMI</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 7 cups es un sitio web en línea y una aplicación móvil que ofrece soporte gratis a las personas que sufran de angustia emocional conectándolas con oyentes no profesionales capacitados en escucha activa. También ofrecen terapeutas profesionales en línea. Visite: https://www.7cups.com/ • Envíe NAMI por mensaje de texto al 741741 para recibir apoyo emocional y apoyo ante una crisis gratis 24/7 del Centro Nacional de Ayuda de NAMI para personas que se enfrentan a un problema de salud mental. Comuníquese por mensaje de texto al 741741 desde cualquier lugar de los EE. UU. para hablar con una persona de apoyo capacitada del servicio nacional de NAMI. • Si es familiar o amigo de una persona con un problema de salud mental que necesite apoyo después del horario de atención, llame a la línea de apoyo familiar después del horario de atención de NAMI al 1-408-453-0400 (opción 4) y deje un mensaje. Un miembro de NAMI le devolverá la llamada lo antes posible. <ul style="list-style-type: none"> ○ Horario de atención: De lunes a viernes de 6:00 p. m. a 9:00 p. m.; sábados y domingos de 12:00 p. m. a 6:00 p. m. • Para obtener más recursos de apoyo emocional, llame a la línea telefónica de ayuda de NAMI al 1-800-950-6264. <ul style="list-style-type: none"> ○ Horario de atención: De lunes a viernes de 7:00 a. m. a 3:00 p. m.
<p>Línea telefónica directa nacional para víctimas de violencia doméstica, 24/7</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-800-799-7233 (TTY: 1-800-787-3224) • Envíe LOVEIS por mensaje de texto al 22522 • Converse en línea en https://www.thehotline.org/help/
<p>Línea telefónica de ayuda nacional 24/7 de la Substance Abuse and Mental Health Services Administration</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-800-662-4357 (TTY: 1-800-487-4889) • Visite: https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline
<p>Línea telefónica de ayuda de socorro en la catástrofe de la</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-800-985-5990 (TTY: 1-800-846-8517) • Envíe TalkWithUs por mensaje de texto al 66746

<p>Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 24/7</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline
<p>Centro de atención telefónica de Substance Use Services (antes conocido como el centro de atención telefónica de Gateway)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Quienes llamen serán derivados a los servicios de desintoxicación y tratamiento residencial y a un programa comunitario para pacientes ambulatorios. • Llame al 1-800-488-9919 <ul style="list-style-type: none"> ○ Horario de atención: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. ○ Las llamadas fuera del horario de atención se derivarán al proveedor residencial para su atención.
<p>Equipo móvil para crisis de Uplift Family Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece intervención las 24 horas a niños y adolescentes de la comunidad con crisis psicológica aguda. • Teléfono: 1-408-379-9085 (gratis 1-877-412-7474)
<p>Mental Health Urgent Care</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Clínica sin cita previa de pacientes ambulatorios para los residentes de Santa Clara County que están teniendo crisis de salud conductual y necesitan ayuda. • Dirección: 871 Enborg Court, Unit 100, San Jose, CA • Horario de atención: Todos los días de 8:00 a. m. a 10:00 p. m.
<p>Mobile Crisis Response Teams (MCRTs)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Examina y evalúa situaciones de crisis por teléfono y ofrece servicios de intervención en caso de crisis en muchos lugares de Santa Clara County • Teléfono: 1-800-704-0900 (opción 2) • Horario de atención: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.
<p>Institute on Aging Friendship Line</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Friendship Line es una línea telefónica certificada de ayuda en casos de crisis para personas mayores de 60 y adultos con discapacidades. • Ofrece regularmente llamadas de apoyo a adultos mayores solos. • Teléfono: 1-800-971-0016 • Horario de atención: Línea telefónica gratis las 24 horas
<p>Saratoga Area Senior Coordinating Council (SASCC)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • SASCC conecta a los adultos mayores con el apoyo que necesitan durante el brote del COVID-19. • Ofrecen una línea telefónica de ayuda para personas mayores de 65 años, sus familias y sus cuidadores. Una voz cálida con quien hablar sobre cómo se sienten y la oportunidad de pedir apoyo en cuestiones como entrega a domicilio de comestibles y suministros, servicios sociales, atención de relevo, ayuda legal, ayuda financiera y cualquier cosa que necesiten. • Teléfono: 1-408-621-7526 • Horario de atención: De lunes a viernes de 8:00 a. m. a 4:00 p. m.

Recursos de apoyo para duelo en Santa Clara County	
Recurso	Información
Centre for Living with Dying	<ul style="list-style-type: none"> • El Centre for Living with Dying ofrece apoyo emocional individual y en grupos reducidos a niños y adultos que tienen enfermedades potencialmente mortales o que se enfrentan al trauma de la muerte de un ser querido. Las tarifas varían según los ingresos. • Teléfono: 1-408-243-0222
BWC Centre for Living with Dying	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece talleres, consejería individual y grupal para las personas que se enfrentan a enfermedad terminal, muerte, duelo, pérdida y cambios, y para sus familias. Las tarifas varían según el servicio. No se rechaza a nadie por falta de fondos. • Teléfono: 1-408-243-0222 Se ofrece ayuda en inglés, griego y español. • Dirección: 1671 The Alameda, Ste 201, San Jose, CA 95126
Hospice of the Valley	<ul style="list-style-type: none"> • El Hospice of the Valley Center for Grief and Loss ofrece un programa de consejería para duelo coordinado por terapeutas con licencia. Las tarifas varían según los ingresos. • Teléfono: 1-408-559-5600 • Correo electrónico: info@hospicevalley.org
KARA	<ul style="list-style-type: none"> • Ubicado en North Bay Palo Alto, KARA ofrece apoyo a adultos, niños y organizaciones que anticipan una muerte o están en duelo por una muerte. Los servicios grupales y personalizados de apoyo de pares de KARA's funcionan gracias a donaciones y los servicios de terapia de KARA's se ofrecen a un costo razonable. • Teléfono: 1-650-321-5272 • Fax: 1-650-473-1828 • Envíe el formulario por correo postal a: 457 Kingsley Ave, Palo Alto, CA 94301
Pathways Hospice	<ul style="list-style-type: none"> • Pathways abre su variedad de servicios por duelo a cualquier persona de la comunidad que necesite este apoyo, más allá de si recibieron atención en un hospicio o no. Aunque el apoyo por duelo es gratis, Pathways acepta donaciones. • Teléfono: 1-888-755-7855 • Correo electrónico: bereavement@pathwayshealth.org
GriefShare	<ul style="list-style-type: none"> • GriefShare ofrece apoyo cristiano a quienes están en duelo por la pérdida de un ser querido. Los grupos de apoyo se reúnen semanalmente e incluyen tres elementos: seminarios en video de expertos, debates grupales y estudio personal para reflexionar. • Teléfono: 1-800-395-5755 • Correo electrónico: info@griefshare.org • Sitio web: https://www.griefshare.org/countries/us/states/ca/cities/san_jose

<p>The Compassionate Friends of Santa Clara County</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Los familiares y amigos que hayan sufrido la muerte de un niño pueden recibir ayuda en The Compassionate Friends. • Teléfono: 1-408-249-9570 • Correo electrónico: judy@lombardodrilling.com • Sitio web: http://www.compassionatefriends.org
<p>Discovery Counseling Center</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Teléfono: 1-408-778-5120 • Dirección: 16275 Monterey Road Suite C, Morgan Hill, CA 95037
<p>Helping After Neonatal Death (HAND)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las reuniones del grupo de apoyo de HAND para Santa Clara County se hacen el primer y el tercer jueves de cada mes, a partir de las 7:30 p. m., en Columbia Mission Oaks Hospital: 15891 Los Gatos-Almaden Road, Los Gatos, California 95032-3742. • Teléfono: 1-888-908-HAND (4263) para dejar un mensaje de voz confidencial. Un voluntario de HAND, que también es un padre que perdió a un hijo, intentará llamarlo en un plazo de 24 a 72 horas.

Recursos en línea de apoyo para duelo

Recurso	Información
<p>Helpguide.org – Coping with Grief and Loss</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Un artículo completo para comprender el proceso de duelo. Describe el duelo y los síntomas más habituales, los mitos y los hechos, consejos para sobrellevar el duelo y cuándo buscar ayuda. • Visite: http://www.helpguide.org/articles/grief-loss/coping-with-grief-and-loss.htm
<p>The Grief Toolbox</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Un recurso completo para personas que están atravesando un duelo. Artículos, otros recursos y una galería de arte en línea para apoyar a quienes están atravesando un proceso de duelo. The Grief Toolbox también ofrece un localizador de grupos de apoyo. • Visite: http://thegriefftoolbox.com/
<p>University of Texas Counseling and Mental Health Center – Life after Loss: Dealing with Grief</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Guía para sobrellevar el duelo y la pérdida, incluyendo las reacciones normales que puede esperar al atravesar un duelo. • Visite: http://cmhc.utexas.edu/griefloss.html
<p>American Cancer Society – Major Depression and Complicated Grief</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Detalla los signos y síntomas de alerta que sugieren que el duelo se ha convertido en una depresión importante o un duelo complicado. • Sitio web: https://www.cancer.org/treatment/end-of-life-care/grief-and-loss/depression-and-complicated-grief.html
<p>Recover From Grief</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece información valiosa sobre el proceso de duelo y también estrategias para sobrellevarlo. Quienes visiten el sitio pueden ver una “guía completa sobre el duelo” y participar en un curso virtual sobre duelo de siete partes.

	<ul style="list-style-type: none"> Recover From Grief también ofrece un espacio para rendir homenaje a los seres queridos o contar historias personales; y ofrece un programa de audio de “ayuda para el duelo”. Visite: http://www.recover-from-grief.com
The Compassionate Friends (TCF)	<ul style="list-style-type: none"> Una organización nacional sin fines de lucro, creada para apoyar y dar recursos a las familias que están sobrellevando la muerte de un hijo. Además de la riqueza de información sobre sobrellevar el duelo, TCF organiza conferencias nacionales y regionales, facilita los grupos de apoyo en línea y en persona para las familias que están atravesando un duelo y emite una serie semanal en radio por Internet. Visite: http://www.compassionatefriends.org/
National Alliance for Grieving Children	<ul style="list-style-type: none"> Una plataforma nacional que conecta a profesionales, consumidores y voluntarios cuya misión es apoyar a niños y adolescentes a través del proceso de duelo. NAGC ofrece educación en línea y una base de datos para búsqueda de grupos de apoyo en línea, además de organizar un simposio anual sobre el duelo infantil. Visite: http://childrengrieve.org/
Bereaved Parents of the USA	<ul style="list-style-type: none"> Es un grupo que conecta a padres que están atravesando un duelo con otros padres, abuelos y hermanos que sufrieron una pérdida para dar apoyo personalizado. El sitio ofrece un boletín de noticias, artículos y poemas, y muchos recursos y enlaces para guiar a las familias que sufrieron una pérdida a atravesar el duelo. También organiza una reunión anual donde los padres que sufrieron la pérdida de un hijo pueden compartir sus experiencias con los demás y participar en talleres sobre duelo. Visite: http://www.bereavedparentsusa.org/
AARP: A Guide for the Newly Widowed	<ul style="list-style-type: none"> Encontrará una serie completa de artículos sobre la pérdida y el duelo que ofrecen consejos prácticos y psicológicos. Visite: http://www.aarp.org/relationships/grief-loss/info-2005/newly_widowed.html
American Foundation for Suicide Prevention	<ul style="list-style-type: none"> Es un grupo nacional que financia investigaciones, ofrece programas educativos, defiende políticas públicas y apoya a personas que hayan sido afectadas por el suicidio. Visite: https://www.afsp.org/
Grieving Alone and Together: Responding to the loss of your loved one during the COVID-19 pandemic, folleto electrónico	<ul style="list-style-type: none"> El folleto trata sobre los retos del duelo por la muerte de un ser querido durante la pandemia del COVID-19. También resalta la importancia de hablar con los niños sobre la muerte y las dificultades de separarse de un ser querido en el momento de su muerte. Para leer el folleto electrónico, visite https://adobe.ly/36Bx6Ox.

Recursos de apoyo posparto	
Recurso	Información
Postpartum Support International	<p>Postpartum Support International (PSI) es una organización que promueve la conciencia, la prevención y el tratamiento de problemas de salud mental relacionados con el parto en todos los países, a nivel mundial.</p> <ul style="list-style-type: none"> • PSI ofrece una línea de ayuda para situaciones que no son emergencia, los siete días de la semana, para dar ayuda, información y derivaciones a proveedores especializados en salud mental posparto. • El sitio web de PSI ofrece reuniones en línea de grupos de apoyo y la posibilidad de conversar con un experto. • Teléfono: 1-800-944-4773 • Envíe un mensaje de texto al: 1-503-894-9453 (inglés) o 1-971-420-0294 (español) Deje un mensaje confidencial en cualquier momento y un voluntario le devolverá el llamado o el mensaje de texto lo antes posible. • Visite: https://www.postpartum.net
The American College of Obstetricians and Gynecologists	<p>The American College of Obstetricians and Gynecologists publicó unas preguntas frecuentes para mujeres embarazadas y madres lactantes durante esta pandemia de COVID-19.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visite: https://www.acog.org/patient-resources/faqs/pregnancy/coronavirus-pregnancy-and-breastfeeding#Resources
Información sobre el COVID-19 para mujeres, bebés y niños (WIC)	
<p>Debido al COVID-19, las oficinas locales de WIC están cerradas para citas. No obstante, WIC sigue ofreciendo servicios por teléfono y en línea.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si su oficina local de WIC está cerrada, los beneficios del WIC se pueden agregar a su tarjeta de manera remota. El personal de WIC puede llamar o enviarle un mensaje de texto para confirmar la información sobre su cuenta. • Si NO tiene una tarjeta del WIC de California, puede pedir que le envíen una por correo postal. • Si está sin trabajo debido al COVID-19, WIC está aceptando actualmente solicitudes de familias, que pueden incluir también a padres, abuelos y padres de acogida que cuidan niños elegibles. • Para pedir los beneficios de WIC, visite: https://m.wic.ca.gov/Eligibility/EligibilityAssessment.aspx • Por el momento, el programa County of Santa Clara Public Health Department WIC Program solamente recibe nuevas solicitudes por teléfono. <ul style="list-style-type: none"> ○ Teléfono: 1-408 792 5101 ○ Horario de atención: una línea está disponible de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 4:30 p. m. • California Department of Public Health WIC Division State Headquarters 	

- Teléfono: **1-800-852-5770**
- Correo electrónico: WIC@cdph.ca.gov

¿Qué puedo hacer si no hay productos de WIC en el supermercado?

- Visite: <https://m.wic.ca.gov/Grocers/GrocerSearch.aspx> para encontrar otras tiendas autorizadas por WIC.
- Descargue gratis la aplicación de California WIC desde la Google Play Store o la Apple App Store.
 - Todos los días se agregan productos de WIC recién autorizados. Puede usar la aplicación de WIC para escanear los códigos de barra en la tienda y ver si los productos están autorizados por WIC.

Para obtener fórmula terapéutica, llame a la oficina local de WIC o envíe un mensaje de correo electrónico a formula@cdph.ca.gov y envíe una copia de su formulario de derivación pediátrica.

Consejos para encontrar fórmula autorizada por WIC

- Llame antes de comprar para preguntar si la tienda tiene la fórmula que usted necesita.
- Llame a su oficina local de WIC para recibir ayuda para encontrar una tienda con el producto.
- Llame al consultorio de su médico y pregúntele si tiene muestras de la empresa que hace la fórmula.
- Llame al **211** para conseguir información sobre bancos de comida en su área.

Pídale a familiares o amigos si pueden pedir una pequeña cantidad de fórmula en línea y que se la envíen directamente a usted. Aunque no puede usar los beneficios del WIC en línea, una pequeña cantidad podría ser útil hasta que encuentre la fórmula en la tienda.

Acceso a Internet asequible para estudiantes y maestros

- Dropbox ofrece suscripciones a Dropbox y HelloSign gratis por un período de tres meses para organizaciones sin fines de lucro y NGO que estén enfocadas a combatir el COVID-19 y para maestros de kindergarten hasta 12.º grado que estén facilitando el aprendizaje remoto. Cuando termina el plazo de tres meses, el usuario puede optar por cancelar o pasar a un tipo de cuenta diferente, lo que puede tener un costo. Regístrese en: <https://go.dropbox.com/en-us/covid19-donation-program>
- Xfinity Internet Essentials es un programa para familias y otros grupos familiares de bajos ingresos que no tienen Internet en casa. Puede calificar si es elegible para recibir programas de asistencia pública como National School Lunch Program, Housing Assistance, Medicaid, SNAP, SSI y otros. Para obtener más información o para hacer una solicitud, visite: www.internetessentials.com.
 - Llame al servicio al cliente de Xfinity para recibir ayuda para solicitar Internet Essentials: **1-855-846-8376**.
 - Horario de atención: Los siete días de la semana, de 5:00 a. m. a 9:00 p. m.

Recursos para el desarrollo saludable de los niños

FIRST 5 Santa Clara County

First 5 Santa Clara County ofrece información y recursos que apoyan el desarrollo saludable de los niños y sus familias, incluyendo actualizaciones y consejos para sobrellevar el COVID-19 y otros desafíos.

- Para obtener más información, llame al **1-408-260-3700**. Se ofrece ayuda en inglés, español y vietnamita.
- Abajo encontrará una lista de centros de recursos familiares de First 5 y socios que pueden darle comida, pañales, toallitas húmedas para bebé y kits de actividades, y conectarlo con recursos de la comunidad.

Recurso	Información
Rebekah Children's Services: Adelante y Morgan Hill FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.rcskids.org/services/frc • Teléfono: 1-408-846-2460. Hay ayuda en los idiomas: inglés y español. • Presta servicios en los códigos postales: 95020, 95037 y 95038.
Catholic Charities FRC: Cureton, Dahl, Educare, Evergreen, Hubbard, Josephine Guerrero, Luther Burbank, San Miguel, Seven Trees, Sherman Oaks	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.educaresv.org/family-resource-center • Teléfono: 1-800-337-9136. Hay ayuda en los idiomas: inglés, español y vietnamita. • Presta servicios en los códigos postales: 95110, 95111, 95112, 95116, 95118, 95117, 95121, 95122, 95127, 95128, 95148, 95133, 95136, 95008, 95035 y 94085.
ConXion to Community: Generations FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.facebook.com/ConXi%C3%B3n-To-Community-144677078925927/ • Llame a 1-408-213-0961. Hay ayuda en los idiomas: inglés y español. • Presta servicios en los códigos postales: 95111, 95112, 95116, 95121 y 95122.
Roots Community Health Center, South Bay: Roots FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.rootsclinic.org/family-1st-navigation • Llame a 1-408-490-4710. Hay ayuda en los idiomas: inglés. • Presta servicios: todo el condado.
International Children Assistance Network: ICAN FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.ican2.org • Teléfono: 1-408-509-1958. Hay ayuda en los idiomas: inglés y vietnamita. • Presta servicios en los códigos postales: 95111, 95112, 95116, 95121 y 95122.
African American Community Service Agency FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.sjaacsa.com • Teléfono: 1-408-292-3167. Hay ayuda en los idiomas: inglés. • Presta servicios en los códigos postales: 95110, 95112, 95113, 95125 y 95126.
SOMOS Mayfair: Cesar Chavez & Painter FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.SOMOSmayfair.org • Teléfono: 1-408-251-8875. Hay ayuda en los idiomas: inglés y español. • Presta servicios en los códigos postales: 95112, 95116, 95121, 95122, 95127 y 95133.

<p>Gardner Health Services: Gardner FRC</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Visite: www.gardnerhealthservices.org • Teléfono: 1-408-893-1340. Hay ayuda en los idiomas: inglés y español. • Presta servicios en los códigos postales: 95110, 95112, 95113, 95125 y 95126.
<p>Recursos educativos remotos para niños de todas las edades</p>	
<p>Recurso</p>	<p>Información</p>
<p>Codeacademy</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece acceso gratis a lecciones básicas de programación y temas de STEM relacionados, con la opción de pagar cursos más avanzados.
<p>Coursera</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite que los estudiantes adquieran habilidades con cursos de universidades prestigiosas, como Yale, Michigan, Stanford y compañías líderes como Google e IBM. Muchos cursos son gratis.
<p>Khan Academy</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece clases gratis sobre una variedad de temas para estudiantes de todas las edades. También ofrece transmisiones en vivo para estudiantes, padres, madres y maestros que transitan los cierres.
<p>PBS Kids</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Es una opción de aprendizaje en línea para estudiantes desde kindergarten hasta 12.º grado que adoran el contenido interactivo, incluidos videos para cantar, series de TV, juegos, lecciones virtuales y más. Se puede descargar la aplicación Kids Video de PBS para ver la transmisión de TV en vivo.
<p>Prodigy Math</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Un programa sobre matemática gratis en línea que usa una divertida interfaz similar a un videojuego para motivar a los estudiantes. Los usuarios crean sus personajes y conquistan retos mientras practican matemática, según su nivel de habilidad, en línea con las competencias fundamentales.
<p>MysteryScience</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece lecciones de ciencia populares gratis para niños para fomentar el aprendizaje remoto. Los contenidos abarcan desde kindergarten hasta quinto grado, e incluyen actividades diseñadas para usar objetos simples que seguramente los padres ya tienen en la casa.
<p>National Geographic Kids</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ayuda a los estudiantes de todas las edades a disfrutar de experimentos científicos, cámaras de observación de animales y actividades para que participen durante el tiempo muerto.
<p>Scholastic Learn at Home</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrece cursos diarios para niños de pre-kindergarten hasta 6.º grado o más. Cada sección tiene el contenido para alrededor de una semana, y próximamente con 15 días más. El contenido de cada día incluye un video, un libro y una actividad. Todo el contenido del sitio web es gratis al registrarse y se puede acceder desde cualquier dispositivo.

Servicios legales y de protección

Adult Protective Services (APS)

Durante la pandemia del coronavirus/COVID-19, APS obedece las directrices estatales y prioriza las respuestas para la seguridad de todos. Para quienes tienen un mayor riesgo y están en peligro inminente, APS puede coordinar con las agencias encargadas del cumplimiento de la ley o con los servicios de emergencia según sea necesario.

La línea directa de APS disponible 24/7 continúa funcionando para aceptar denuncias de casos presuntos o confirmados de maltrato y abandono de adultos mayores y adultos dependientes.

- Teléfono: **1-408-975-4900** o **1-800-414-2002**

Santa Clara County (SCC) COVID-19 Eviction Moratorium

Santa Clara County's COVID-19 Eviction Moratorium protege de desahucio a los inquilinos y a los pequeños negocios que perdieron ingresos debido al COVID-19 hasta el 31 de mayo de 2020, con una posible extensión. Aunque la moratoria evita que los propietarios desahucien a los inquilinos, no exime el pago del alquiler ni permite que los propietarios rechacen el alquiler. Si los inquilinos no pueden pagar el alquiler, deberán presentar de inmediato la documentación al propietario para demostrar que sus ingresos se vieron afectados.

- Si de todas maneras el propietario presenta un aviso o amenaza con desahuciar al inquilino, llame a Law Foundation al **1-408-280-2424**.
- Horario de atención: De lunes a viernes de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

ACTUALIZACIÓN:

La eviction moratorium sin causa se extendió en Santa Clara County hasta el 31 de agosto de 2020, pero el estado aún tiene que aprobar la extensión del 31 de mayo de 2020. Si no puede pagar todo el alquiler o una parte por el COVID-19, tiene 120 días para pagar los alquileres atrasados.

Recomendamos que pague los alquileres atrasados en cuanto pueda para evitar una factura con una cantidad muy alta de alquiler atrasado cuando terminen los 120 días.

Alerta por estafas relacionadas con el coronavirus

California Health Advocates advierte a los consumidores que ya comenzaron a circular estafas relacionadas con pruebas del coronavirus. No dé su número de Medicare por teléfono ni a personas que se lo pidan puerta a puerta que le ofrezcan pruebas.

Visite www.cahealthadvocates.org, descargue el folleto informativo en nueve idiomas, o llame al **1-855-613-7080** para obtener más información.

Base de datos de recursos al número 211

Comuníquese con el número 211 para obtener más información actualizada sobre recursos como programas de servicios locales de salud, comida, vivienda y transporte:

- Teléfono: **211**
- Correo electrónico: 211BayArea@icfs.org
- Visite el sitio web del 211: www.211bayarea.org

AVISO DE NO DISCRIMINACIÓN

La discriminación es contraria a la ley. Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) cumple con las leyes federales de derechos civiles. SCFHP no discrimina, no excluye a las personas, ni las trata de forma diferente debido a la raza, el color de la piel, el país de origen, la edad, una discapacidad o el sexo.

SCFHP proporciona lo siguiente:

- Ayudas y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para ayudarlas a comunicarse mejor; por ejemplo:
 - intérpretes calificados de lenguaje de señas
 - información escrita en otros formatos (letra grande, audios, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)
- Servicios de idioma gratuitos a las personas cuyo idioma primario no sea el inglés; por ejemplo:
 - intérpretes calificados
 - información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, comuníquese con SCFHP de 8:30 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes llamando al **1-800-260-2055**. O bien, si tiene dificultades auditivas o del habla, llame al **1-800-735-2929** o al **711**.

CÓMO PRESENTAR UNA QUEJA

Si usted considera que Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) no ha proporcionado estos servicios o ha discriminado de alguna manera según la raza, el color de la piel, el país de origen, la edad, una discapacidad o el sexo, usted puede presentar una queja ante SCFHP. Puede presentar una queja por teléfono, por escrito, en persona o de forma electrónica:

- Por teléfono: Comuníquese con SCFHP de 8:30 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes llamando al **1-800-260-2055**. O bien, si tiene dificultades auditivas o del habla, llame al **1-800-735-2929** o al **711**.
- Por escrito: Llene un formulario de quejas o escriba una carta y envíela a:

**Attn: Appeals and Grievances Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Avenue
San Jose, CA 95119**

- En persona: Visite el consultorio de su médico o SCFHP e indique que desea presentar una queja.
- De forma electrónica: Visite el sitio web de SCFHP en www.scfhp.com.

OFICINA DE DERECHOS CIVILES

También puede presentar una queja de derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS) de EE. UU. por teléfono, por escrito o de forma electrónica:

- Por teléfono: Llame al **1-800-368-1019**. Si tiene dificultades del habla o auditivas, llame al TTY/TDD **1-800-537-7697**.
- Por escrito: Llene un formulario de quejas o envíe una carta a:

**U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201**

Los formularios de quejas están disponibles en
<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

- De forma electrónica: Visite el Portal de quejas de la Oficina de Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>.

Language Assistance Services

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-260-2055. (TTY: 1-800-735-2929 or 711).

Español (Spanish): ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 o 711).

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 hoặc 711).

Tagalog – Filipino (Tagalog): PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 o 711).

한국어 (Korean): 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 또는 711)번으로 전화해 주십시오.

中文 (Chinese): 注意：如果您说中文，将为您提供免费的语言服务。请致电 1-800-260-2055。(TTY：1-800-735-2929 或 711)。

Հայերեն (Armenian): ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ՝ եթե խոսում եք հայերեն, ապա ձեզ անվճար կարող են տրամադրվել լեզվական աջակցության ծառայություններ: Ջանգախարեք 1-800-260-2055 (TTY (հեռատիպ)՝ 1-800-735-2929 կամ 711)։

Русский (Russian): ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-260-2055 (телетайп: 1-800-735-2929 или 711).

فارسی (Persian, Farsi):

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، کمک در زمینه زبان به صورت رایگان در اختیارتان قرار خواهد گرفت. با 1-800-260-2055 (TTY 1-800-735-2929 یا 711) تماس بگیرید.

日本語 (Japanese): 注意事項：日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 または 711)まで、お電話にてご連絡ください。

Hmoob (Hmong): LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 los sis 711).

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi): ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 ਜਾਂ 711) ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

العربية (Arabic):

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 1-800-260-2055 (رقم الهاتف النصي: 1-800-735-2929 أو 711).

हिंदी (Hindi): ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं। 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 या 711) पर कॉल करें।

ภาษาไทย (Thai): เรียบน: ถ้าคุณพูดภาษาไทยคุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร 1-800-260-2055 (TTY: 1-800-735-2929 หรือ 711).

ខ្មែរ (Mon-Khmer, Cambodian): ប្រមូលកិច្ចការដាក់: ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ នោះលោកអ្នកអាចស្វែងរកសេវាជំនួយផ្នែកភាសា បានដោយឥតគិតថ្លៃ។ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-260-2055។ (TTY: 1-800-735-2929 ឬ 711)។

ພາສາລາວ (Lao): ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາບໍ່ເສຍຄ່າໃຫ້ແກ່ທ່ານ. ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055. (TTY: 1-800-735-2929 ຫຼື 711).