

La Guía Popular de



**Asistencia
Social,
Servicios de
Salud, y otros
Servicios**



Introducción

La Guía Popular ofrece información práctica para obtener alimentos, dinero, vivienda, servicios médicos y otros tipos de asistencia y servicios de los programas gubernamentales y comunitarios a los que viven en Los Angeles y necesitan asistencia cuando la situación económica es crítica. No es necesario leer todo el folleto, simplemente busque el tema que le interesa en el índice de materias. Sin embargo, recuerde que las personas que tengan derecho a un tipo de ayuda a menudo tienen derecho a otros también.

La Guía Popular también ofrece consejos sobre lo que debe hacer si se le trata injustamente o no recibe lo que la ley garantiza.

Últimamente enormes recortes presupuestarios han resultado en una reducción de la ayuda para familias de bajos recursos, personas mayores y las que carecen de un hogar. Las agencias cuentan con menos empleados, se han cerrado clínicas y hospitales, los requisitos exigidos son ahora más rigurosos, se han reducido los beneficios, y en algunos programas, hay listas de espera para recibir la ayuda.

Algunos factores impiden el acceso a la red de seguridad social: los rumores e información incorrecta desaniman a las personas de siquiera tratar de obtener la ayuda que sus familias necesitan las personas desconocen los pasos a seguir para solicitar la ayuda, las barreras del idioma, se hacen sentir avergonzadas a las personas por el simple hecho de pedir la ayuda que necesitan.

La Guía Popular tiene como propósito ayudar a todas las personas a que salven las barreras que puedan encontrar al tratar de obtener ayuda. Todas las personas tienen derecho a tener suficientes alimentos, vivienda y servicios médicos. ¡Todo el mundo se beneficia cuando todos podemos satisfacer las necesidades básicas de la vida!

Usted puede ayudar al compartir esta información con otras personas que necesitan ayuda. Puede ser el defensor de los que necesitan ayuda, formar parte de su red de seguridad.

Hay otra manera importante en que puede ayudar. En Sacramento, Washington D.C. y a nivel del gobierno local y del condado, se debaten constantemente los programas y servicios descritos en la Guía Popular. Hay un gran conflicto sobre el financiamiento de estos servicios.

Su voz se necesitan en estos debates. Dígame a los políticos cómo estos programas ayudan o no ayudan y los problemas que usted enfrenta. Es necesario recordar a los funcionarios de las crisis trágicas, el dolor y la pérdida de oportunidades que sufren las personas que no pueden obtener alimentos, vivienda o servicios médicos.

Para obtener los nombres y direcciones de sus legisladores locales, estatales y federales, llame al 800-481-8683, el número del Secretario del Registro Civil, o conéctese al <http://regrec.co.la.ca.us/voter/roster.htm>.

Los políticos que quieren usar los fondos públicos para otros fines a menudo tratan de hacer que los programas de asistencia social y las personas necesitadas sean tan impopulares que el público los rechaza. Pero recuerde que las personas ricas y los negocios no se sienten mal cuando reciben subvenciones, subsidios y otra "asistencia social" del gobierno. Cuando los ricos se hacen mucho más ricos y los pobres se empobrecen más, la brecha que se crea tiene efectos muy negativos en toda la sociedad.

Usted puede ayudar a restablecer el equilibrio y cerrar la brecha. No es necesario que sea un experto en política. Simplemente informe a las personas que tienen la autoridad cómo las reducciones presupuestarias le afectan a usted y a sus vecinos. Para informarse de cómo puede participar en esta labor, escribanos o llámenos.

La Coalición de Los Angeles para Terminar con el Hambre y Falta de Vivienda (LA Coalition to End Hunger and Homelessness) y nuestros miembros luchan por leyes y procedimientos que preserven y mejoren la red de seguridad social. Para informarse de los cambios en las políticas que afectan los programas descritos en este folleto, llame al 213-439-1070, extensión 111 ó 115. o visite el portal electrónico www.laceh.org.

Otras fuentes de información referente al patrocinio:

- ACORN** (213) 747-4211
- California Food Policy Advocates** (213) 482-8200
- Coalition for Humane Immigrant Rights of Los Angeles** (213)353-1333.
- Community Coalition** (323) 750-9087
- Community Health Councils** (323) 295-9372
- L.A. Alliance for a New Economy** (213) 486-9880
- L.A. Community Action Network** (213) 228-0024
- Legal Aid Foundation of Los Angeles** (800) 399-4LAW
- Maternal & Child Health Access Project** (213) 749-4261
- Mental Health Advocacy Services** (213) 484-1628
- Neighborhood Legal Services of Los Angeles** (800) 433-6251.
- Strategic Actions for a Just Economy** (213) 745-9961

Edición numero 31. La Guia Popular de Asistencia Social, Servicios de Salud y otros Servicios

©2005 The Los Angeles Coalition to End Hunger & Homelessness. 520 S. Virgil Ave #300, Los Angeles CA 90020. Se reservan todos los derechos de autor.

Director ejecutivo: Robert Erlenbusch.
Jefe de redacción: Frank Tamborello
Comite de redacción y contribuidores: Nancy Berlin (jefe de comite), Elena Ackel, Yolanda Arias, Tanya Broder, Laura Calderon, Nancy Cervantes, Yuan Chen, Barbara Frankel, Veronika Geronimo, Valerie Grab, Aileen Harper, Lynn Kersey, Vanessa Lee, Dora Lopez,

Abby McClelland, Kate Meiss, Garrick Ruiz, Barbara Schultz, Matt Sharp, Kathy Sheffield, Marjorie Shelvy, Leepi Shimkhada, Theresa Vela, Program Staff of LA County Department of Social Services, Staff of L.A. Homeless Services Authority, Staff of SEE-LA

Otros Contribuidores y Fundadores: California Nutrition Network, MAZON, Liberty Hill Foundation, California Endowment, Share Our Strength, Kaiser Permanente, Evangelical Lutheran Church in America, United Latino Fund, LA County Government Agencies. Impreso por servicio comunitario por Washington Mutual.

Índice de materias

► **Ingresos, Empleos, Educación y Capacitación:**

CalWORKs.....4

Dinero en efectivo y otros tipos de asistencia para familias con niños menores de 19 años

Capacitación para el empleo19

Para conseguir un empleo o aprender un oficio

Derechos laborales y desempleo.....20

Desempleo, derechos del trabajador y asistencia si quede incapacitado temporalmente

Créditos impositivos23

Dinero adicional para trabajadores e inquilinos

Cuidado de niños y educación24

Para madres que trabajan

"Foster Care"27

Para proteger y servir a los niños

Seguro social.....28

Para personas jubiladas, las personas a su cargo y personas discapacitadas

SSI y CAPI.....29

Para personas que están discapacitadas, ciegas o son mayores de 65 años

Ayuda General.....33

Asistencia en efectivo para los que no tienen personas a su cargo

Transporte.....36

Pases de autobús y seguro de carro a bajo costo

► **Alimentos:**

Estampillas de comida....38

Para comprar más alimentos

Alimentos gratuitos o a bajo costo43

Dispensas de alimentos, mercados de agricultores, jardines comunitarios

WIC.....44

Para mejorar la nutrición de madres, bebés y niños

Nutrición infantil.....45

Para obtener más alimentos para niños

Alimentos para personas mayores y discapacitadas46

Para comidas y compañía

► **Cuidado de la salud:**

Medi-Cal.....47

Asistencia médica para familias, personas mayores y discapacitados

Servicios médicos para niños.....55

Servicios médicos gratuitos y a bajo costo.....57

Si no tiene derecho a Medi-Cal, más cuidado de la salud mental, centros regionales, servicios de salud para veteranos de guerra

Medicare.....61

Para jubilados, las personas a su cargo y personas discapacitadas

► **Vivienda:**

Vivienda.....62

Vivienda a bajo costo, asistencia de alquiler para personas mayores, derechos de los inquilinos

► **Guías para obtener ayuda adicional:**

Guía para personas que no son ciudadanas.....66

Para personas documentadas e indocumentadas

Audiencias y quejas formales.....70

Para obtener los beneficios a los que tiene derecho

Buenos consejos.....72

Para conseguir ayuda cuando tiene una crisis y para obtener información adicional

Oficinas de asistencia social.....74

INFO LINE: Llame 211 En El Condado de Los Angeles

INFO-LINE es un servicio de información telefónica y de remisión a otras agencias que está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Las operadoras ofrecen servicios en muchos idiomas. Pueden ayudarlo a conseguir alimentos y albergue de emergencia, asistencia legal y económica, orientación personal y muchos otros recursos. **INFO-LINE** es un servicio muy solicitado, pero atienden muy bien a las personas que llaman. Deje que suene bastante el teléfono cuando llame. Llame 211 o uno de los numeros que siguen:

Número general 800-339-6993

Los Angeles (323) 686-0950

Valle de San Fernando (818) 501-4447

West Los Angeles (310) 551-2929

Zona del aeropuerto de L.A. (310) 671-7464

Valle de San Gabriel (626) 350-6833

Burbank/Glendale (818) 956-1100

Long Beach/South Bay(562) 603 8962

Línea TDD 800-660-4026