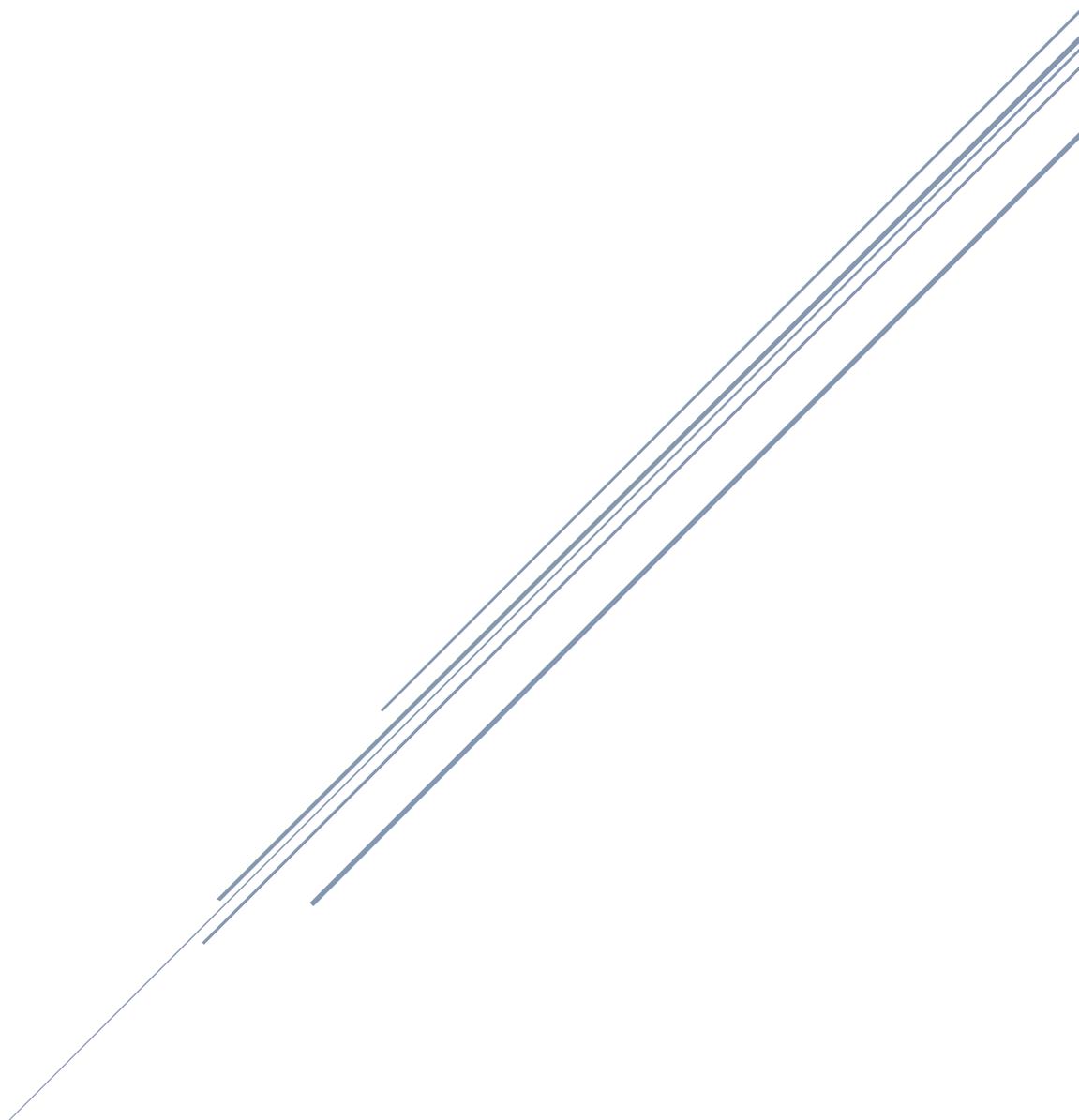


# Recursos para Pacientes Renales



## Tabla de Contenido

Transporte .....	3
Programas de acceso a alimentos y comestibles .....	15
Asistencia de servicios públicos .....	22
Vivienda.....	24
Asistencia de beneficios.....	32
Legal .....	49
Directorio de Recursos .....	56

# Transporte



## Transporte de METROACCESS

***MetroAccess*** es un servicio de transporte médico proporcionado por la Autoridad de Transporte Metropolitano de la Capital, desde Austin, TX.

***MetroAccess*** puede recogerlo para llevarlo a la cita de elegibilidad.

Este programa ofrece paratránsito de costo reducido. Llame a la línea de *elegibilidad de MetroAccess* para programar una cita de elegibilidad, solicitar una solicitud o para obtener más información sobre el proceso de elegibilidad.

Teléfono: 512-389-7501 (departamento de elegibilidad)

Sitio web:

<https://www.capmetro.org/metroaccess/>

Días y Horarios:

8:00 AM - 5:00 PM Lunes a Viernes

Programación de viajes: 512-852-7272 (debe programar viajes a más tardar a las 5:00 p. m. del día anterior)

Elegibilidad: Debe tener verificación médica de su médico

Idiomas: Inglés, Español

Costo: \$1.75 por recogida

Cómo pagar: Los pasajeros pueden pagar con un pase mensual, un boleto impreso o pueden conectar una tarjeta de crédito para pagar y usar su aplicación.

Área de cobertura: Este programa cubre a los residentes de Austin, TX.

Documentos requeridos: Solicitud completada y verificación por un profesional médico.



## **Transporte de ElderWheels**

Asisten a la población mayor con deseos de ocio y necesidades de movilidad utilizando furgonetas accesibles, ya sea una cita médica o una actividad de ocio como la pesca.

Atendemos a todas las edades, los 7 días de la semana. Los fines de semana solo con cita previa, y algunas personas que hablan español pueden ayudar.

Teléfono:

### **Para clientes existentes**

Envíe un mensaje de texto o llame a Elsa al 512-779-8383

### **Para nuevos clientes**

Envíe un mensaje de texto o llame a Amy al  
512-850-6335

Sitio web: <https://www.elderwheels.care/>

Horario: 8:00 a.m. a 5:00 p.m. de lunes a  
viernes, el horario de transporte es 24/7

Programación de viajes: Llame el día anterior.

Elegibilidad: Sin requisitos

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Los precios varían según la ubicación,  
la hora del día y las condiciones del tráfico.

La mayoría de los viajes cuestan entre \$ 90 y \$  
95.

Para una opción de servicio completo para  
ayudar con las transferencias dentro o fuera  
de una cama o silla de ruedas, tomar notas o  
abogar, y programar asistencia en nombre de  
los pacientes. Llame para conocer las opciones  
de precios.

Para el servicio de alta de pacientes, las tarifas  
comienzan en \$110.

Área de cobertura: Cualquier lugar de Texas

Documentos requeridos: Ninguno



**modivcare**

## **Transporte de Modivcare**

Es una empresa que brinda servicios de transporte no urgente, cuidado personal en el hogar, atención al paciente en formatos virtuales y remotos, y servicios integrados de salud. Los servicios incluyen apoyo en la realización de servicios de transporte masivo (por ejemplo, autobús, tren, etcétera), así como apoyo al paciente en la búsqueda de reembolso de millaje/gasolina a través de su plan médico para el transporte de un miembro de la familia.

Teléfono: 1-866-427-6607 (debe llamar a su seguro y preguntar si trabajan con **Modivcare**)

1-866-528-0441 (Línea de reservas)

UnitedHealthcare Community Plan Texas  
Medicare y Medicaid con doble elegibilidad  
(MMP): 1-866-427-6607

UnitedHealthcare Medicare Nacional:

1-866-418-9812

Sitio web: <https://www.modivcare.com/>

Sitio web de Medicaid:

<https://www.modivcare.com/who-we-serve/medicaid-plans-state-agencies/>

Aplicación web:

<https://www.mymodivcare.com/>

Días y horarios: 9:00 a.m. – 5:00 p.m. de lunes a viernes (para llamar).

Programación de viajes: Debe programar su viaje 2 días hábiles antes de su cita programada. Los servicios pueden variar según el tipo de seguro médico que tengas.

Elegibilidad: Después de llamar a los servicios para miembros de su proveedor de seguro médico, confirme con ellos a través de quién están recibiendo los beneficios de transporte y si aceptan **a Modivcare** como una compañía de transporte médico.

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Cubiertos en su totalidad por el proveedor de seguros.

Área de cobertura: Hasta 75 millas de ida. Para más de 75 millas, se requeriría un formulario de autorización previa.

Documentos necesarios para la solicitud: nombre y apellido, fecha de nacimiento, número de teléfono, domicilio, plan de atención médica y número de identificación de miembro, fecha y hora de su cita, dirección de la cita y nombre del centro, motivo general de la cita, dirección de entrega del paciente, nivel de servicio requerido (por ejemplo, ¿silla de ruedas?) e instrucciones especiales (por ejemplo, ¿equipo médico?).



## **Transporte de The Country Bus**

Disfrute de la comodidad de que un autobús CARTS lo recoja en su hogar, lo lleve a su destino y luego lo regrese a casa. Ideal para personas discapacitadas u otras personas que requieren asistencia especial, el servicio de Tránsito Comunitario proporciona transporte de acera a acera en todo el centro de Texas.

Teléfono: 512-478-7433

Sitio web: <https://www.ridecarts.com/routes/>

Horario: El horario de atención es de 7:30 a.m. a 5:30 p.m.

Programación de viajes: Para programar su viaje, llame al 1-800-456-RIDE (7433). Los viajes están programados de lunes a viernes, de 7:00 a.m. a 4:00 p.m. Se recomienda avisar con 24 horas de anticipación. Las reservas para el mismo día se pueden hacer según la disponibilidad.

Elegibilidad: Debe vivir en el área de servicio, tener una discapacidad / tener 65+ años.

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Los viajes cuestan \$ 6 ida y vuelta

Cómo pagar: Los pasajeros pueden pagar en efectivo o pueden conectar una tarjeta de crédito para pagar en la aplicación.

Área de cobertura: Bastrop, Lockhart, Marble Falls y Taylor City Limits

Documentos requeridos: Descargue y devuelva el formulario de elegibilidad para descuentos que se encuentra aquí en <https://www.ridecarts.com/disability/>



## **Programa de Transporte Médico de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas (HHSC)**

**Medicaid** ofrece viajes gratuitos en Texas a pacientes elegibles que no tienen otros medios para llegar a un chequeo o examen de atención médica médicamente necesario cubierto por Medicaid.

Los viajes gratuitos también están disponibles cuando un paciente necesita ir a otro proveedor de Medicaid, como médicos, dentistas, hospitales o farmacias.

Los servicios de transporte médico que no son de emergencia (NEMT) están disponibles para:

- Niños y jóvenes desde el nacimiento hasta los 20 años que están inscritos en Pasos Sanos de Texas.
- Personas inscritas en el Programa de Servicios para Niños con Necesidades Especiales de Salud (CSHCN, por sus

siglas en inglés) y Transporte para Pacientes Indigentes con Cáncer.

- La mayoría de los demás que son elegibles para los servicios médicos y dentales de Medicaid.

Teléfono: Si no está inscrito en un plan de salud de Medicaid, llame a la línea directa gratuita del Programa de Transporte Médico (MTP) al 877-633-8747 (877-MED-TRIP).

Para aquellos que tienen QMB (Beneficiario Calificado de Medicare) o Medicare, llame al 800-633-4227.

Solicite Medicaid en [YourTexasBenefits.com](http://YourTexasBenefits.com), o descargue su aplicación **YourTexasBenefits** para su teléfono (usar la aplicación es la forma más fácil y rápida).

Sitio web: Para obtener información general, visite

<https://www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/medical-transportation-program>

Para comunicarse con el recurso de transporte designado de su plan de salud, vaya a

<https://www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/medical-transportation-program/health-plan-contact-information>

Días y horarios: 5:00 a.m. -7:00 p.m. de lunes a sábado.

Programación de viajes: Los viajes locales deben programarse al menos **dos días hábiles** antes, los viajes anteriores requieren tres días antes.

Elegibilidad: Aquellos que califican para transporte bajo Texas Medicaid, Tickle QMB, SSI/QMB y QMB con exenciones.

Idiomas: Inglés, Español

Costo: Gratis

Área de cobertura: Todo Texas

Documentos requeridos: Medicaid o número de Seguro Social.

### **Transporte de Best Neighbor Transportation**

Best Neighbor Transportation ofrece servicios de transporte médico que no sea de emergencia, que son confiables y compasivos para clientes ambulatorios y en sillas de ruedas. Nuestro compromiso con la puntualidad y la seguridad nos ha construido una trayectoria estelar. Nos aseguramos de que todos los viajes a las citas médicas sean accesibles y sin estrés. Con nosotros, eres más que un pasajero, eres un miembro valioso de nuestra comunidad.

Teléfono: 512-551-0214 o 512-669-3951.

Sitio web:

<https://www.bestneighbortransportation.com>



Días y Horarios

Programación de viajes:

Elegibilidad:

Idiomas: Inglés, Español

Costo: Gratis

Área de cobertura: Todo Texas

Documentos requeridos: Medicaid o número de Seguro Social.

Cómo solicitar los servicios de transporte:

*"Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre los servicios de transporte médico que ofrece su organización. ¿Podría decirme cómo puedo organizar el transporte hacia y desde mis citas de diálisis, citas con el médico o hasta el supermercado?"*

## Consejos para procesar su solicitud de Medicaid y obtener servicios de transporte:

Si tiene alguna pregunta sobre Medicaid, llame al #211 y un agente lo dirigirá a alguien que pueda ayudarlo en inglés o español.

Después de haber presentado una solicitud de Medicaid (que puede tardar hasta 45 días), haga lo siguiente para intentar escalar su solicitud de Medicaid exactamente como se indica a continuación:

1. Llame al 211
2. Cuando la grabación de voz le pregunte por su preferencia de idioma, presione la opción 1 para continuar en inglés o presione 2 para español.
3. La grabación de voz le pedirá que presione un número para cada uno de sus servicios, presione 2 para Medicaid.
4. La grabación de voz dirá: *"Soy tu agente virtual y puedo ayudarte con ciertas tareas"*.
5. Di *"Agente"* hasta que digan *"Déjame transferirte a un agente en vivo"*.
6. Un agente de elegibilidad de Medicaid llamará por teléfono.
7. Proporcióneles su número de Seguro Social o el número de caso de la Comisión de Salud y Servicios Humanos (HHSC, por sus siglas en inglés). Esto le fue entregado por correo de la Comisión de Salud y Servicios Humanos. Si no encuentra la HHSC, puede ir a su cuenta de [www.YourTexasBenefits.com](http://www.YourTexasBenefits.com) para obtener este número.
8. Pida que lo transfieran a Medicaid.
9. Dígale al representante de Medicaid que usted es un paciente de diálisis y que necesita transporte urgente para su cita en la silla el **[digamos los días y la hora de la consulta]**. Pregúnteles qué otras opciones de transporte están disponibles para ir a sus citas de diálisis hasta que se apruebe su solicitud de Medicaid. Pregunte por

los programas de la ciudad o el condado que puedan proporcionarle transporte para su diálisis. Se le proporcionarán opciones gratuitas o de bajo costo.

# Programas de acceso a alimentos y comestibles



## **Banco de Alimentos del Centro de Texas: Directorio Encuentre Alimentos Ahora**

Comer los alimentos adecuados ayuda a los riñones a hacer su trabajo de limpiar la sangre. Al igual que el uso de combustible limpio ayuda a que un automóvil funcione mejor, una dieta saludable mantiene los riñones fuertes y previene el daño. Esto significa menos enfermedades y sentirse mejor en general.

Central Texas Food Bank (CTFB) es un programa comunitario que ofrece una variedad de servicios, incluyendo ayuda con la solicitud de SNAP, clases de cocina, despensa de alimentos y alimentos frescos como verduras. CTFB se asocia con organizaciones comunitarias sin fines de lucro para tener despensas móviles en el centro de Texas y diferentes condados. Algunos hispanohablantes están disponibles aquí en esta organización y en otros socios.

Sitio web: (Para buscar una despensa cerca de usted)

<https://www.centraltexasfoodbank.org/food-assistance/get-food-now>

Algunas despensas:

**La Iglesia Adventista del Séptimo Día en Español** de Austin es un ejemplo de la asociación con CTFB que nuestro paciente puede usar, la información se encuentra a continuación:

Dirección:

100 West Rundberg, Austin, TX 78753

Día y Horario: Miércoles de 12:00 PM - 5:00 PM

(solo día y hora en que esta despensa está abierta)

Idiomas: Inglés, Español

**La Despensa de Alimentos El Buen Samaritano** es otro socio de CTFB que los pacientes renales pueden utilizar.

Dirección:

7000 Woodhue Dr. Austin, TX 78745

Teléfono: 512-439-0733

Días y horarios: martes y jueves de 8:00 a.m. a 10:00 a.m. (solo abierto estos dos días)

Idiomas: Inglés, Español



## **Programa de entrega de comidas de Meals On Wheels of Central Texas (MOWCT)**

***Meals On Wheels*** es una organización que busca enriquecer y ayudar a las personas necesitadas a través de servicios que promuevan la dignidad y la vida independiente de la población mayor. Ofrecen varios servicios, como servicios de entrega de alimentos a domicilio para personas mayores y adultos con discapacidades; Programa de Opciones Saludables para Personas Mayores (HOPE, por sus siglas en inglés) entrega de comestibles nutricionales; y Comestibles para llevar para las personas que ya no pueden conducir.

### Dirección:

3227 East 5th Street Austin, TX 78702

Teléfono: 512-476-6325

### Sitio web:

[www.mealsonwheelscentraltexas.org/](http://www.mealsonwheelscentraltexas.org/)

### Elegibilidad:

- Debe estar principalmente confinado en casa.

- Debe ser incapaz de preparar fácilmente comidas nutritivas.
- Debe ser sin asistencia diurna constante.
- Debe ser capaz de aceptar comidas durante el plazo de entrega.
- Debe vivir en el área metropolitana de Austin.

Idiomas: Inglés, Español



### **Mom's Meals**

Mom's Meals atiende a clientes que están cubiertos por planes Medicare Advantage, planes de Medicaid, programas de Servicios y Apoyos a Largo Plazo (LTSS) o la Ley de Estadounidenses Mayores, y a personas o sus cuidadores que buscan un programa de pago por cuenta propia. Ofrecen muchas opciones saludables de alimentos preenvasados, incluidas comidas aptas para renales. Pueden pedir de 10 a 21 comidas por pedido.

Medicaid y los beneficiarios de la Ley de Estadounidenses Mayores:

Mom's Meals ofrece comidas a los beneficiarios de ciertos programas de Medicaid y de la Ley de Estadounidenses Mayores. La elegibilidad para las comidas varía según el estado y el programa. Si tiene un administrador de casos, él o ella podrá decirle

si las comidas a domicilio son parte de sus beneficios. Si no conoce o no tiene un administrador de casos asignado, puede ponerse en contacto con su Agencia de Área para Adultos Mayores local, que puede ayudarlo.

**Beneficiarios de Medicare Advantage:**  
Muchos planes de Medicare Advantage ofrecen comidas como parte de sus programas de apoyo para el cuidado crónico o después del alta. Para ver si el suyo lo hace, consulte los materiales de su plan o llame al número de teléfono que figura en el reverso de su tarjeta de seguro.

**Individuos que pagan por cuenta propia:**  
Mom's Meals ofrece un programa de pago por cuenta propia para aquellos que no tienen un plan de salud elegible o que no califican para la asistencia del gobierno, pero aún desean la comodidad de las comidas a domicilio para ellos o un ser querido. Este programa ofrece nueve menús para condiciones de salud con una variedad de opciones de comidas. Tú eliges cada comida, cada entrega.

**Teléfono:** 877-508-6667

**Sitio web:** [www.momsmeals.com](http://www.momsmeals.com)

**Días y horarios:** de lunes a viernes de 8 a 18 horas

Elegibilidad: Esto está determinado por su seguro médico, o puede comprar comidas directamente.

Costo: Gratis, Costo reducido, Las personas que pagan por cuenta propia pagan \$ 7.99 / comida, las comidas aptas para renales, puré y sin gluten cuestan \$ 8.99 / comida. Se aplica una tarifa plana de envío de \$ 14.95.

Cómo pagar: Para pago privado, llame a la línea de pago privada al 1-866-971-6667

Área de cobertura: Texas

Documentos requeridos: Ninguno

Idiomas: Inglés, Español

Proceso para que Medicare financie las entregas de comidas a través de Mom's Meals:

1. Llame a Medicaid llamando al 211 o a la línea de ayuda de Medicaid al 800-335-8957 para ver si califica para los beneficios de comidas entregadas a domicilio
2. Si califica, Medicaid o Medicare Advantage enviarán una autorización a Mom's Meals, informándoles que tiene un beneficio de comida a domicilio.
3. Esta autorización será procesada por Mom's Meals dentro de las 72 horas, y alguien de Mom's Meals se comunicará con usted dentro de aproximadamente 1

semana desde el momento en que la compañía de seguros haya enviado la autorización.

4. ¿Qué le dice esta autorización a Mom's Meals?

- a. Que el beneficio salga
- b. Cuántas comidas recibirá
- c. Con qué frecuencia recibiría este beneficio
- d. Les proporciona su información demográfica
- e. Necesidades dietéticas, alergias alimentarias o restricciones dietéticas

Se configurará una cuenta para usted y un representante lo llamará para programar la entrega de comidas.

Cómo solicitar servicios de entrega de alimentos: *"Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre los servicios de entrega de alimentos que ofrece su organización. ¿Podría proporcionarme información sobre cómo puedo inscribirme y qué tipos de comidas están disponibles? ¿Tienen comidas aptas para renales?"*

## Asistencia de servicios públicos



### **Programa de Apoyo Financiero Plus 1 de los Servicios Públicos de la Ciudad de Austin**

Este servicio ayuda a pagar sus facturas de servicios públicos. El fondo Plus 1 proporciona ayuda financiera de emergencia si tiene dificultades temporales para pagar las facturas de servicios públicos debido a problemas como una enfermedad grave, una pérdida reciente del trabajo u otras emergencias.

Teléfono: 512-494-9400

Si tiene dificultades para ponerse en contacto con una agencia asociada de Plus 1 o tiene alguna inquietud o queja, comuníquese con [billhelp@austinenergy.com](mailto:billhelp@austinenergy.com)

Sitio web:

<https://www.financialsupportplus1.com>

Días y horarios: Lunes a viernes de 7:00 a.m. a 9:00 p.m., y sábados de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.

Elegibilidad: La elegibilidad del programa es determinada por las organizaciones comunitarias enumeradas en el sitio web anterior. Para obtener información adicional, haga clic en el siguiente enlace [Agencias del programa Apoyo Financiero Plus 1](#) y comuníquese directamente con las agencias.

Idiomas: Inglés, Español

Cómo solicitar asistencia para los servicios públicos:

*"Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre el apoyo de asistencia de servicios públicos que ofrece su organización. ¿Podría explicarme cómo puedo solicitar asistencia y qué tipos de apoyo están disponibles?"*

# Vivienda



## **Cuidado Familiar de Ancianos**

Tener un hogar seguro y estable te ayuda a mantener un buen hogar. Al igual que necesitas un lugar tranquilo para descansar y sentirte bien, tus riñones necesitan una vida estable para funcionar mejor. Esto significa que puede mantenerse más saludable y sentirse mejor.

El programa de Inscripción de Beneficios para el Cuidado Familiar de Ancianos brinda educación y asistencia para la solicitud de beneficios públicos para aumentar la estabilidad relacionada con la alimentación, la vivienda, el transporte y la salud.

### Servicios:

- Inscripción en beneficios, administración de beneficios (este servicio se llama Rep Pay), prevención

de personas sin hogar y realojamiento rápido para adultos mayores

Teléfono:

Teléfono: 512-450-0844

Admisión y referencias: 512-483-3580

Correo electrónico: [info@familyeldercare.org](mailto:info@familyeldercare.org)

Sitio web: [www.familyeldercare.org](http://www.familyeldercare.org)

Días y Horarios:

Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:00 p.m.

Dirección: 1700 Rutherford Lane, Austin, TX 78754

Elegibilidad para el programa Rep Pay:

- Los clientes elegibles para **los servicios de Rep Pay** deben ser ancianos o adultos con discapacidades
- Debe ser de bajos ingresos (igual o inferior al 200% del Índice Federal de Pobreza),
- Debe ser incapaz de realizar las tareas por sí mismo y sin nadie disponible o apropiado para ayudarlo.

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Costos reducidos

Área de cobertura: Condado de Travis y Condado de Williamson, TX

Documentos: Comprobante de ingresos



Affordable Housing  
Online Search Tool

## Herramienta de búsqueda en línea de viviendas asequibles (AHOST)

Si está buscando una vivienda de alquiler asequible en la ciudad de Austin, busque en la Herramienta de búsqueda en línea de vivienda asequible (AHOST) ingresando los ingresos de su hogar y el tamaño del hogar en el sitio web donde dice "Buscar vivienda asequible" para ver propiedades de alquiler asequibles.

<https://www.austintexas.gov/department/affordable-housing-online-search-tool-ahost>



## Comunidades de la Fundación

Foundation Communities posee y opera 28 comunidades de apartamentos asequibles, 20 para familias en Austin y el norte de Texas, y ocho comunidades de estudio de eficiencia para adultos solteros en Austin.

Servicios: Asistencia gratuita con beneficios, preparación de impuestos, asesoramiento financiero, navegación universitaria y ayuda con la cobertura de salud. Programe una cita en línea o por teléfono.

Dirección:

Norte: 5900 Airport Blvd, Austin, TX 78752

Sur: 2900 S I-35 Frontage Rd, Austin, TX 78704

Teléfono:

- Número general 737-717-4000
- Para apartamentos familiares, comuníquese con cada propiedad para conocer la disponibilidad o llame al Navegador de Viviendas de Apartamentos Familiares al 512-610-7392.
- Para estudios para adultos solteros, consulte la página de información de la lista de espera o llame al Navegador de Vivienda de Apoyo al 512-610-4010.
- Para información general sobre la vivienda: Housing Navigator al 512-610-4010
- Para obtener asistencia adicional, puede llamar al 512-447-2026.

Sitio web:

Para postularse, seleccione "Ver nuestras comunidades de Austin" en su sitio web <https://foundcom.org/housing/>

Días y Horarios: De lunes a viernes de 9:00 a.m. a 5:00 p.m. y miércoles de 12:00 p.m. a 5:00 p.m. (norte)

Elegibilidad: Para vivir en una propiedad de Foundation Communities, usted debe:

1. Cumplir con las pautas de ingresos específicas
2. Pasar verificaciones penales y de crédito

### 3. Tener un buen historial de alquiler

Los apartamentos y dúplex son perfectos para individuos y familias con ingresos bajos a moderados. Los requisitos de ingresos mínimos y máximos varían según la ubicación.

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Costos reducidos

Área de cobertura: Condado de Travis y Condado de Williamson, TX.

Documentos requeridos:

- Cédula de identidad (Licencia de conducir
- Cédula de identidad del Estado)
- Comprobante de ingresos (últimos 60 días)
- Solicitud completada
- Tarjeta de Seguro Social
- Dos años de historial residencial verificable  
O un mínimo de dos referencias personales
- Condición de persona sin hogar
- Verificación de antecedentes
- Verificación del historial de alquiler
- Verificación de antecedentes crediticios



## **Programa Sunrise Homeless Navigation Center-Way Finder**

Pregunte sobre el programa Way Finder en Sunrise Navigation para obtener más información sobre cómo pagar la tarifa de solicitud de su apartamento y el depósito de seguridad.

Teléfono: 512-522-1097

Correo electrónico:

wayfinder@sunriseaustin.org

Sitio web: <https://sunrisenavigationcenter.org/>

Días y horarios: lunes a viernes de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.

Dirección: 4430 Menchaca Rd., Austin, TX 78745.

Elegibilidad: Este programa atiende a residentes sin hogar y poblaciones de bajos ingresos del Condado de Travis.

Idiomas: Inglés, Español

Costo: Gratis

Área de cobertura: Este programa cubre a los residentes de Austin, TX.

Documentos requeridos: Complete la Lista de verificación de la propiedad DRE (Desvío / Salida rápida) (esta solicitud debe recogerse en Sunrise Navigation).



## **Centro de Recursos de Austin para Personas sin Hogar de Urban Alchemy (Arch) Refugio para personas sin hogar**

El Centro de Recursos para las Personas sin Hogar de Austin (ARCH, por sus siglas en inglés) proporciona refugio nocturno a 130 hombres adultos sin hogar que actualmente se dedican a la administración de casos para encontrar vivienda.

Dirección: 500 East 7th Street, Austin, TX 78701

Teléfono: 512-881-8951

Sitio web: <https://urban-alchemy.us/>

Día y horario: De lunes a viernes de 8 a 5 p.m. CDT, las visitas sin cita previa son de lunes a viernes a las 8:00 a.m.

Servicios: Alojamiento para pasar la noche, Gestión de casos, Comidas, Duchas

Costo: Gratis

Elegibilidad: Abierto a todos

Área de cobertura: Este programa cubre a los residentes de los siguientes condados: Condado de Travis, TX.

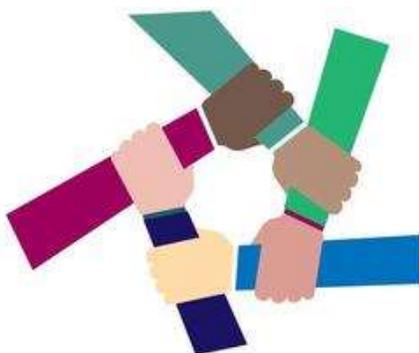
Idiomas: Inglés

### Cómo solicitar apoyo para vivienda asequible:

*Para viviendas asequibles: "Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre los servicios de vivienda asequible que ofrece su organización. ¿Podría explicarme cómo puedo obtener ayuda para encontrar una vivienda asequible o para pagar mi depósito de seguridad y qué implica el proceso de solicitud?"*

*Para un refugio de emergencia: "Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre su refugio de emergencia. ¿Podría explicarme cómo puedo obtener ayuda para encontrar refugio de emergencia y qué implica el proceso de solicitud?"*

# Asistencia de beneficios



## **CommUnityCare: Centro de Salud y Bienestar del Sureste y Clínica Ambulatoria**

**CommUnity Care** ofrece servicios de atención primaria sin cita previa a los residentes del condado de Travis sin seguro o con seguro insuficiente, de 6 meses de edad en adelante. Los médicos del programa se desempeñan como miembros clave del equipo de atención médica de su paciente y ayudan a coordinar la atención del paciente, todo en un solo lugar.

Servicios: Medicina Familiar, Pediatría, Salud de la Mujer, Medicina Interna, Medicina Interna, Atención del VIH, Odontología, Atención Ambulatoria, Salud Conductual, Nutrición, Farmacia, Laboratorio, Radiología incluyendo radiografías y mamografías de detección, Neumología, Cardiología, Endocrinología, Gastroenterología, Reumatología, Audiología, Dermatología y otros servicios integrados.

También brindan soporte para la aplicación de MAP sin cita previa si los pacientes están sin hogar.

Teléfono:

Servicios de Atención Primaria: 512-978-9500

Servicios Dentales: 512-978-9865

Servicios de VIH: 512-978-9100

Clínica Ambulatoria: 512-978-9960

Sitio web: <https://communitycaretx.org/all-locations/southeast-health-and-wellness-center-walk-in-clinic/>

Días y Horarios:

**Horario de la clínica sin cita previa**

Lunes a sábado de 7:15 AM a 8:00 AM

**Horario de Atención Primaria**

Lunes a viernes de 7:20 AM a 6:00 p.m.

**Clínica de Agudos**

Sábados solo con cita previa

De 8:00 a.m. a 4:30 p.m.

**Horario de farmacia**

Lunes a viernes de 8:00 a.m. a 6:00 p.m.

**Horas de laboratorio**

Lunes a Viernes de 7:00 AM a 7:00 PM

Sábados de 9:00 AM a 4:00 PM

**Horario dental**

Lunes a viernes de 7:15 AM a 6:00 PM

Dirección: 2901 Montopolis Dr, Austin, TX 78741

Elegibilidad: Este programa atiende a pacientes pediátricos de 6 meses o más y a pacientes adultos por orden de llegada.

Idiomas: Inglés, Español

Costos: Escala móvil

Área de cobertura: Condado de Travis, Condado de Bastrop, Condado de Caldwell, Condado de Hays y Condado de Williamson, TX.



### **CommUnityCare: Atención sin cita previa de Hancock**

CommUnity Care ofrece servicios de atención primaria sin cita previa a los residentes del condado de Travis sin seguro o con seguro insuficiente, de 6 meses de edad en adelante. Los médicos del programa se desempeñan como miembros clave del equipo de atención médica de su paciente y ayudan a coordinar la atención del paciente, todo en un solo lugar.

Servicios: Medicina Familiar, Atención Ambulatoria

Teléfono: 512-978-9940.

Sitio web: <https://communitycaretx.org/all-locations/hancock-walk-in-care/>

Dirección: 1000 E. 41st St., Suite 925  
Austin, TX 78751

Horas:

Horario de la clínica

Lunes a domingo: 7:00 a.m. a 8:00 p.m.

El horario incluye días festivos

Horas de laboratorio

Lunes a jueves de 8:00 a.m. a 7:00 p.m.

Elegibilidad: Este programa atiende a pacientes pediátricos de 6 meses o más y a pacientes adultos.

Idiomas: Lenguaje de señas americano, inglés, servicios de interpretación disponibles, español

Costo: Escala móvil

Área de cobertura: Este programa cubre a los residentes de los siguientes condados: Condado de Travis, TX, Condado de Bastrop, TX, Condado de Caldwell, TX, Condado de Hays, TX y Condado de Williamson, TX.



### **Centro de la Trinidad**

Trinity Center es una organización basada en la fe que lleva a cabo programas que atienden las necesidades espirituales, emocionales y físicas de los pobres y las personas sin hogar en Austin.

Servicios: Comidas, beneficios de alimentos del gobierno, ayuda para encontrar vivienda, ropa, ayuda para pagar el tránsito, transporte, seguro médico, asistencia financiera, ayuda para pagar gastos de trabajo, servicios de apoyo comunitario, acceso a computadora o Internet, navegar por el sistema, apoyo personalizado, notario

Teléfono: (512) 610-3520

Sitio web: <https://www.trinitycenteraustin.org/>

Dirección: 304 E. 7th St, Austin, TX 78701

### Días y Horarios:

Este programa proporciona:

Desayuno: todos los días de 9:00 a.m. a 9:30 a.m., debe ir a las puertas a lo largo de Trinity Street.

Servicio de correo: su dirección se puede utilizar como su dirección postal. Los cheques de correo se realizan de lunes a viernes entre las 9:30 a.m. y la 1:00 p.m. El correo se devolverá al centro después de 30 días.

Ayuda con recetas: Trinity pagará hasta \$35 en costos de recetas. Es preferible comprar medicamentos recetados en CVS, Wal-Mart o HEB.

Horario:

A continuación se muestra el horario actual de Trinity Center:

Servicios del lunes - Día de la Mujer (solo se permite el ingreso de mujeres para los servicios)

- Armario de ropa de mujer - Comienza a las 10:00 a.m.
- Un teléfono fijo está disponible para llamadas dentro y fuera del estado disponibles- Comienza a las 9 AM
- El uso de la computadora pública está disponible- Comienza a las 9 a.m. - Límite de 20 minutos por uso - Impresión disponible (límite de 10 hojas)

Servicios de los martes

- Asistencia de identificación: las primeras 12-15 personas que se alinean en Trinity Porch. Capaz de ayudar con identificaciones de Texas, licencias de conducir, certificados de nacimiento dentro y fuera del estado y permisos de manipulador de alimentos. El programa comienza a las 9:30 a.m., asegúrese de hacer fila afuera en el porche a las 8:30 a.m.
- Alcance de Seguros - *Programa de Acceso Médico Seguro (MAP)* - Un representante está presente para reemplazar, renovar o ayudar a los solicitantes por primera vez a solicitar una tarjeta MAP. El representante suele estar en Trinity Center entre las 9:00 a.m. y las 12:30 p.m. El personal de Trinity debe tener un horario que enumere otras ubicaciones para encontrar representantes de MAP.
- Un teléfono fijo está disponible para llamadas dentro y fuera del estado disponibles- Comienza a las 9 AM
- El uso de la computadora pública está disponible- Comienza a las 9 a.m. - Límite de 20 minutos por uso - Impresión disponible (límite de 10 hojas)

### Servicios de los miércoles

- Distribución de pases de autobús de 7 días: por orden de llegada para las primeras 50

personas en la fila. Las puertas se abren a las 8:15 AM.

- Asistencia de identificación: las primeras 12-15 personas que se alinean en Trinity Porch. Capaz de ayudar con identificaciones de Texas, licencias de conducir, certificados de nacimiento dentro y fuera del estado y permisos de manipulador de alimentos. El programa comienza a las 9:30 a.m., asegúrese de hacer fila afuera en el porche a las 8:30 a.m
- Un teléfono fijo está disponible para llamadas dentro y fuera del estado disponibles- Comienza a las 9 AM
- El uso de la computadora pública está disponible- Comienza a las 9 a.m. - Límite de 20 minutos por uso - Impresión disponible (límite de 10 hojas)

#### Servicios de los jueves

- Ministerio de Duchas para Hombres (10-12 individuos identificados como hombres)
- Un teléfono fijo está disponible para llamadas dentro y fuera del estado disponibles- Comienza a las 9 AM
- El uso de la computadora pública está disponible- Comienza a las 9 a.m. - Límite de 20 minutos por uso - Impresión disponible (límite de 10 hojas)

#### Servicios de los viernes

- Asistencia de SNAP - El representante del banco de alimentos está disponible todos los viernes para solicitar, actualizar y renovar sus beneficios de EBT de cupones de alimentos
- 10-15 plazas disponibles para asistencia.
- Armario de ropa de hombre
- Un teléfono fijo está disponible para llamadas dentro y fuera del estado disponibles- Comienza a las 9 AM
- El uso de la computadora pública está disponible- Comienza a las 9 a.m. - Límite de 20 minutos por uso - Impresión disponible (límite de 10 hojas)

#### Servicios varios durante toda la semana

- Servicios de administración de casos: abiertos en diferentes épocas del año. Pida más información a un miembro del personal.
- Referencias de recursos (para ropa, asistencia financiera, transporte, etcétera).
- Pruebas gratuitas de VIH, pruebas de ETS y educación sexual (quincenal)

#### Todos los días

- Servicios notariales disponibles todos los días Boletos de autobús de larga distancia para personas sin hogar solo si su situación deseada saca a una persona de su situación sin hogar - Deberá proporcionar

prueba de que tiene a alguien con quien quedarse. Trinity Center se pondrá en contacto con la persona con la que planean quedarse. Este es un programa de reunificación que hace que las personas se reúnan con un amigo o un familiar.

Idiomas: Inglés, Español

Costo: Gratis

Área de cobertura: Condado de Travis, TX



### **Cuidado Integral**

Las clínicas de Atención Integral brindan atención de salud mental y atención primaria de salud para adultos que viven con enfermedades mentales, una discapacidad intelectual y/o del desarrollo, y/o usan drogas o alcohol. Los servicios de salud mental incluyen apoyo emocional individual y grupal, programas de ejercicio y nutrición, medicamentos y administración de casos. Los servicios de atención primaria de la salud incluyen exámenes físicos, visitas por enfermedad y tratamiento para problemas de salud a largo plazo como enfermedades cardíacas y diabetes. Un socio in situ proporciona servicios de atención primaria de la salud en las clínicas.

Servicios: Atención primaria, atención de salud mental, terapia de grupo, asesoramiento

individual, navegación por el sistema, apoyo personalizado.

Teléfono: Llame al 512-472-4357 para programar una cita.

Sitio web: <https://integralcare.org/en/home/>

Dirección:

**Clínica Stonegate (ubicación sur)**

2501 West William Cannon Drive

Edificio 4

Austin, TX 78745

Días y Horarios:

M-T-W-TH-F: 8:00 AM - 5:00 PM

Sábado y Domingo: Cerrado

**East 2nd Street Clinic (Ubicación central)**

1631 East 2nd Street

Austin, TX 78702

Días y Horarios:

M-T-W-TH-F: 8:00 AM - 5:00 PM

Sábado y Domingo: Cerrado

**Clínica St. Johns (ubicación norte)**

6937 Interestatal Norte-35 (2º piso)

Austin, TX 78752

Días y horarios:

M-T-W-JUE-F: 8:00 AM - 3:00 PM

Sábado y Domingo: Cerrado

**Oak Springs Clinic (Ubicación central)**

3000 Oak Springs Drive  
Austin, TX 78702

Días y Horarios:

M-T-W-TH-F: 8:00 AM - 3:00 PM

Sábado y Domingo: Cerrado

*Esta ubicación es solo por referencia y se determina durante la admisión.*

*Esta clínica se especializa en salud mental y abuso de sustancias.*

Elegibilidad:

Este programa atiende a adultos que viven con enfermedades mentales y que han tenido hospitalizaciones relacionadas con la salud mental, corren el riesgo de ser hospitalizados o tienen un trastorno concurrente por uso de sustancias y/o discapacidad del desarrollo.

Idiomas: alemán, chino, chino, español, francés, gujarati, hindi, japonés, nepalí, ruso, tagalo, urdu, vietnamita

Costos: La escala varía y depende de los servicios, el seguro y los ingresos.

Área de cobertura: Condado de Travis, TX

Documentos: Identificación con foto, comprobante de ingresos (si los hay), comprobante de domicilio (si lo hay), tarjeta de seguro médico (si la hay)

## YourTexasBenefits

***Sus beneficios de Texas*** le brindan una manera conveniente de solicitar y administrar sus beneficios, como SNAP (ayuda a las familias a comprar alimentos), Medicaid (salud, vida, cuidadores y cuidado mental), CHIP y TANF (pagos en efectivo para ayudar a las familias con niños menores de 18 años con alimentos, vivienda y otros elementos esenciales).

Servicios: Acceso para administrar beneficios a través de ***Your Texas Benefits***, para que usted:

- Solicitar beneficios
- Subir documentos
- Verifique el estado de su caso

Tendrás que responder preguntas sobre todos los miembros de tu familia y estar preparado para compartir documentación sobre tus ingresos. Puede usar una computadora o un teléfono para acceder y ver si califica para alguno de los servicios.

Teléfono: 211

Sitio web:

<https://www.yourtexasbenefits.com/Learn/Home>

Horario:

M-T-W-TH-FY: 8:00 AM - 5:00 PM Sábado y Domingo: Cerrado

Elegibilidad: Llamar 2-1-1 Para obtener más información sobre la elegibilidad, obtenga

ayuda para solicitar beneficios y haga cualquier pregunta adicional.

Idiomas: Inglés

Costo: Gratis

Área de cobertura: Este programa cubre a los residentes del estado de Texas.



### **Programa de Acceso Médico (MAP, por sus siglas en inglés) de Central Health**

Si vive en el condado de Travis y no tiene seguro, pueden ayudarlo a obtener acceso a médicos, especialistas y farmacias locales a través del Programa de Acceso Médico (MAP) o MAP Basic de Central Health, o uno de nuestros socios de atención médica.

Servicios: Ayuda para pagar la atención médica, el seguro médico, la asistencia con los medicamentos recetados

Teléfono: Llamar 512-978-8130 para programar una cita.

Sitio web: <https://www.centralhealth.net/map/>

Días y Horarios:

M-T-W-JUE-V: 08:00 AM - 05:00 PM

Sábado y Domingo: Cerrado

Elegibilidad:

- Debe ser residente del condado de Travis.

- Este programa ayuda a las personas con ingresos iguales o inferiores al 200% de las pautas federales de pobreza.
- No debe ser elegible ni estar inscrito en Medicaid o Medicare, y no tener seguro privado.

Idiomas: Lenguaje de señas americano, inglés, español

Costo: Gratis

Área de cobertura: Residentes del condado de Travis, TX.

Documentos:

- Identificación (identificación con foto de todos los adultos en su hogar. Esto puede incluir una licencia de conducir emitida por el estado, una identificación extranjera, un documento de USCIS o un pasaporte).
- Comprobante de ingresos (talones de cheques, carta de contribución en efectivo, carta de jubilación o beneficios del Seguro Social, carta de beneficios por desempleo, carta de pago de manutención de los hijos, declaración de trabajo por cuenta propia, declaración de residencia y/o apoyo financiero de MAP o formulario de verificación de empleo de MAP).
- Comprobante de residencia (licencia de conducir actual de Texas, factura de

servicios públicos o correo con matasellos de los últimos 30 días)

- Documentos de los miembros del hogar (se requiere identificación con foto)
- Otros documentos (prueba de ciudadanía o residencia estadounidense, si corresponde, esto puede incluir certificado de nacimiento, tarjeta de residente permanente legal, pasaporte u otros documentos de USCIS, prueba de que es el padre o tutor legal de todos los niños en su hogar. Esto puede incluir certificados de nacimiento, documentos de adopción, documentos de tutela legal o documentos judiciales. Comprobante de cualquier otro beneficio de atención médica para el cual haya sido aprobado, se le haya denegado o tenga una solicitud pendiente).



### **Centro de Navegación para Personas sin Hogar de Sunrise**

El Centro de Navegación para Personas sin Hogar de Sunrise ofrece un centro de recursos diurno para poblaciones sin hogar, que brinda ayuda humanitaria como un puente hacia las conversaciones que ayudan a que las personas tengan vivienda.

#### Servicios:

- Duchas (8:30 AM - 12:00 PM)
- Evaluaciones coordinadas de vivienda

- Navegación gratuita de clínicas y atención médica de CommUnityCare (jueves)
- Pruebas de VIH/ETS con AIDS Health Foundation (martes)
- Inscripciones MAP (jueves)
- Consultas de atención integral (generalmente martes y jueves)
- Referencias para el tratamiento de drogas y alcohol (días de semana)
- Solicitudes virtuales de SNAP (viernes)
- Lavandería móvil (misión cumplida los lunes)
- Armario de ropa (martes y jueves)
- Recorrido virtual y solicitud de Community First Village (1er y 3er miércoles a las 9:00 AM)

Llame para confirmar los horarios, ya que cambian con frecuencia. No se requieren documentos para los servicios, pero se pueden solicitar para las evaluaciones de vivienda.

Teléfono: 512-522-1097

Sitio web: <https://sunrisenavigationcenter.org/>

Días y Horarios: Lunes a Viernes de 9:00 AM a 1:00 PM

Dirección: 4430 Menchaca Rd., Austin, TX 78745.

Elegibilidad: Este programa atiende a los residentes sin hogar del condado de Travis, TX.

Idiomas: Inglés, Español

Costo: Gratis

Cómo solicitar ayuda para solicitar asistencia de beneficios:

*"Hola, mi nombre es [Su nombre] y soy paciente de diálisis. Me gustaría preguntar sobre cómo solicitar los beneficios del estado de Texas. ¿Podría explicarme cómo puedo solicitar beneficios y qué tipos de asistencia están disponibles para ayudar con el proceso de solicitud?"*

## Legal



# TEXAS LEGAL SERVICES CENTER

### Área Capital de Soluciones para la Fuerza Laboral

El Centro de Servicios Legales de Texas es una organización estatal sin fines de lucro cuya misión es proporcionar representación legal de alta calidad, asesoramiento, defensa y educación sin costo alguno a personas desatendidas en todo el estado. Con más de una docena de áreas de práctica, su trabajo toca casi todos los aspectos del derecho civil que afecta a los tejanos de bajos ingresos.

Para recibir servicios, visite su sitio web y complete la Admisión en línea. Completar la admisión les ayudará a emparejarlo con uno de sus abogados. Si no califica para nuestros servicios, le informan de inmediato y le indican otros programas, organizaciones y recursos gratuitos que pueden ayudarlo.

Teléfono: 512-477-6000

Sitio web: <https://www.tlsc.org/>

Día y horario: Lunes a viernes de 9 a 5 p.m. CDT

Servicios:

- Acceso a beneficios públicos, como SNAP, Medicaid, Medicare, SSI, SSDI y TANF
- Eliminación de Antecedentes Penales o Licencia de Conducir Ocupacional
- Vivienda, cobro de deudas, bancarrota, embargo, daño a la propiedad o ejecución hipotecaria
- Derecho de la tercera edad, planes de jubilación, planificación patrimonial o atención a largo plazo
- Divorcio, CPS, Custodia de los Hijos, Derechos de Visita, Paternidad, Manutención de los Hijos o Cambios de Nombre
- Servicio militar y beneficios
- Protección contra la violencia, el abuso físico o el acoso
- Representarse a sí mismo en la corte

Elegibilidad: Solicite en línea para ver si califica u obtenga más información sobre nuestros servicios a continuación

Costos: Todos sus servicios son gratuitos, pero tienen requisitos de elegibilidad

Área de cobertura: Para residentes de Texas

Idiomas: Inglés, Español

Cómo solicitar asistencia laboral:

*"Hola, mi nombre es [Su nombre] y necesito asistencia legal. ¿Podría proporcionar información sobre cómo puedo programar una consulta y en qué áreas del derecho se especializa? ¿Tiene experiencia en [tema legal específico, por ejemplo, derecho de familia, derechos de los inquilinos, etcétera]?"*

# Estas son algunas preguntas que debe hacerse para determinar si está listo para vivir de forma independiente

**Para cada pregunta, marque con un círculo "Sí" o "No". Si tiene más "No" que "Sí", es un indicador de que necesita más asistencia y probablemente más apoyo en sus actividades de la vida diaria.**

## **Preguntas relacionadas con sus Actividades de la Vida Diaria (AVD):**

### 1. Higiene personal:

- ¿Puedo bañarme o ducharme solo? Sí/No
- ¿Soy capaz de vestirme y desvestirme sin ayuda? Sí/No
- ¿Puedo manejar mi aseo, como cepillarme los dientes y peinarme? Sí/No

### 2. Movilidad:

- ¿Puedo moverme por mi casa de forma segura y sin ayuda? Sí/No
- ¿Puedo meterme y levantarme de la cama o de una silla por mi cuenta? Sí/No
- ¿Puedo subir escaleras u otros obstáculos en mi casa? Sí/No

### 3. Aseo personal:

- ¿Puedo usar el baño de forma independiente? Sí/No
- ¿Soy capaz de controlar mis intestinos y vejiga? Sí/No

### 4. Comer:

- ¿Puedo preparar mis comidas saludables dietéticas de tres diálisis todos los días? Sí/No
- ¿Soy capaz de alimentarme sin ayuda? Sí/No

## 5. Gestión de la medicación:

- ¿Puedo recordar tomar mis medicamentos a tiempo y en las dosis correctas? Sí/No
- ¿Puedo manejar mis tratamientos de diálisis y cualquier equipo relacionado? Sí/No
- ¿Soy capaz de manejar algún tratamiento médico de co-ocurrencia, como diabetes, presión arterial alta, medicamentos para la salud mental y cualquier equipo relacionado? Sí/No
- ¿Puedo acordarme de llamar al farmacéutico, a los médicos o a cualquier otro personal médico relacionado para volver a pedir mis medicamentos y recogerlos o pedir que se los entreguen? Sí/No

## Preguntas relacionadas con sus finanzas:

### 1. Ingresos y Gastos:

- ¿Tengo una fuente estable de ingresos para cubrir mis gastos de manutención? Sí/No
- ¿Puedo crear y seguir un presupuesto para administrar mis finanzas? Sí/No
- ¿Puedo ahorrar el 10% de mis ingresos para cualquier emergencia que pueda ocurrir? Sí/No

### 2. Pago de facturas:

- ¿Puedo pagar mis facturas a tiempo, incluyendo el alquiler/hipoteca, los servicios públicos, el teléfono, el transporte y los gastos médicos? Sí/No
- ¿Sé cómo acceder a programas de asistencia financiera si es necesario? Sí/No

### 3. Planificación financiera:

- ¿He planeado gastos inesperados, como emergencias médicas?  
Sí/No
- ¿Tengo ahorros o un plan para la estabilidad financiera a largo plazo? Sí/No

### 4. Seguros y beneficios:

- ¿Tengo seguro médico para cubrir mis necesidades médicas, incluidos los tratamientos de diálisis, y las condiciones coincidentes, como diabetes, presión arterial alta y/o apoyo mental y medicamentos? Sí/No
- ¿Estoy al tanto de algún beneficio o programa de asistencia para el que pueda calificar y estoy solicitándolo? Sí/No
- ¿Sé cómo renovar mi seguro en cualquier momento que sea necesario? Sí/No

### 5. Gestión de documentos financieros:

- ¿Puedo llevar un registro de documentos financieros importantes, como estados de cuenta bancarios, facturas y pólizas de seguro? Sí/No
- ¿Sé cómo buscar ayuda si necesito ayuda para administrar mis finanzas? Sí/No

### **Pregunta relacionada con la vivienda:**

#### 1. Gestión del mantenimiento relacionado con la vivienda

- ¿Puedo limpiar la casa o el apartamento todas las semanas? Sí/No
- ¿Puedo pagar la limpieza o el mantenimiento en el lugar donde vivo? Sí/No

## Preguntas relacionadas con el manejo de su salud:

### 1. Sistema de apoyo:

- ¿Cuento con un sistema de apoyo confiable de familiares, amigos o servicios comunitarios para ayudar si necesito ayuda? Sí/No
- ¿Me siento cómodo pidiendo ayuda cuando la necesito? Sí/No

### 2. Gestión de la salud:

- ¿Puedo llevar un registro de mis citas médicas y el transporte hacia y desde los tratamientos de diálisis? Sí/No
- ¿Puedo comunicarme de manera efectiva con mis proveedores de atención médica? Sí/No

Si descubres que no puedes responder "sí" a muchas de estas preguntas, es importante que recuerdes que no estás solo y que hay recursos disponibles para ayudarte. Consulte con su fisioterapeuta o terapeuta ocupacional para obtener una evaluación profesional de su capacidad para realizar las Actividades de la Vida Diaria (AVD). Pueden proporcionar orientación y apoyo valiosos para ayudarlo a administrar sus actividades diarias.

Además, si no puede encontrar el apoyo necesario en las áreas en las que necesita ayuda, considere explorar arreglos de vivienda donde pueda recibir una asistencia más completa. Esto podría incluir centros de vida asistida o servicios de atención en el hogar que pueden brindarle el apoyo que necesita para mantener una buena calidad de vida.

Su bienestar es la prioridad más importante, y hay muchas personas y recursos disponibles para apoyarlo en este proceso.

## Directorio de Recursos

Categoría	Nombre	Teléfono #	Sitio web
Transporte	Departamento de elegibilidad de MetroAccess	512-389-7501	<a href="http://www.Capmetro.org/metroaccess">www.Capmetro.org/metroaccess</a>
	ElderWheels para nuevos clientes	512-850-6335	<a href="http://www.Elderwheels.care">www. Elderwheels.care</a>
	Línea de reservas de Modivcare	866-528-0441	<a href="http://www.modivcare.com">www.modivcare.com</a>
	El Autobús Rural	512-478-7433	<a href="http://www.ridecarts.com/routes/">www.ridecarts.com/routes/</a>
	Programa de Transporte Médico de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas (HHSC)	877-633-8747 877-MED-TRIP	<a href="http://www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/medical-transportation-program">www.hhs.texas.gov/services/health/medicaid-chip/medicaid-chip-members/medical-transportation-program</a>

	El mejor transporte del vecino	512-588-9454	<a href="https://www.bestneighbortransportation.com">https://www.bestneighbortransportation.com</a>
Programas de acceso a alimentos y comestibles	Banco de Alimentos del Centro de Texas: Directorio Encuentre Alimentos Ahora	512-282-2111	<a href="https://www.centraltexasfoodbank.org/food-assistance/get-food-now">https://www.centraltexasfoodbank.org/food-assistance/get-food-now</a>
	Comidas sobre ruedas en el centro de Texas	512-476-6325	<a href="https://www.mealsonwheelscentraltexas.org">https://www.mealsonwheelscentraltexas.org</a>
	Comidas de mamá	877-508-6667	<a href="http://www.momsmeals.com">www.momsmeals.com</a>
Asistencia de servicios públicos	Programa de Apoyo Financiero Plus 1 de los Servicios Públicos de la	512-494-9400	<a href="https://www.financialsupportplus1.com">https://www.financialsupportplus1.com</a>

	Ciudad de Austin		
Vivienda	Cuidado Familiar de Ancianos	512-483-3580	<a href="http://www.familyeldercare.org">www.familyeldercare.org</a>
	Herramienta de búsqueda en línea de viviendas asequibles (AHOST)		<a href="https://www.austintexas.gov/department/affordable-housing-online-search-tool-ahost">https://www.austintexas.gov/department/affordable-housing-online-search-tool-ahost</a>
	Comunidades de la Fundación	737-717-4000	<a href="https://foundcom.org/housing/">https://foundcom.org/housing/</a>
	Programa Sunrise Homeless Navigation Center-Way Finder	512-522-1097	<a href="https://sunrisenavigationcenter.org/">https://sunrisenavigationcenter.org/</a>
	Centro de Recursos de	512-881-8951	<a href="https://urban-alchemy.us/">https://urban-alchemy.us/</a>

	Austin para Personas sin Hogar de Urban Alchemy (Arch) Refugio para personas sin hogar		
Asistencia de beneficios	Centro de Salud y Bienestar del Sureste y Clínica Ambulatoria de CommUnityCare	512-978-9500	<a href="https://communitycaretx.org/all-locations/southeast-health-and-wellness-center-walk-in-clinic/">https://communitycaretx.org/all-locations/southeast-health-and-wellness-center-walk-in-clinic/</a>
	CommUnityCare Hancock Atención sin cita previa	512-978-9940	<a href="https://communitycaretx.org/all-locations/hancock-walk-in-care/">https://communitycaretx.org/all-locations/hancock-walk-in-care/</a>
	Centro de la Trinidad	512-610-3520	<a href="https://www.trinitycenteraustin.org/">https://www.trinitycenteraustin.org/</a>
	IntegralCare: Clínica Stonegate, East 2nd Street, St.	512-472-4357	<a href="https://integralcare.org/en/home/">https://integralcare.org/en/home/</a>

	John's y Oak Springs		
	Usted Texas Beneficios	211	<a href="https://www.yourtexasbenefits.com/Learn/Home">https://www.yourtexasbenefits.com/Learn/Home</a>
	Programa de Acceso Médico (MAP, por sus siglas en inglés) de Central Health	512-978-8130	<a href="http://www.centralhealth.net/map/">www.centralhealth.net/map/</a>
	Centro de Navegación para Personas sin Hogar de Sunrise	512-522-1097	<a href="https://sunrisenavigationcenter.org/">https://sunrisenavigationcenter.org/</a>
Legal	Centro de Servicios Legales de Texas	512-477-6000	<a href="https://www.tlsc.org/">https://www.tlsc.org/</a>