

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL® ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS HOJA DE SUPERVIVENCIA #1 SERVICIOS DE CUIDADO EN CASA (IHSS)

¿Qué son los Servicios de Cuidado en Casa (IHSS)?

Servicios de Cuidado en Casa (In-Home Supportive Services, o IHSS, en inglés) es un programa estatal, administrado por los condados, que paga el sueldo de trabajadores que prestan cuidado personal en casa y/o ayuda con tareas domésticas a personas de tercera edad de bajos ingresos y a adultos discapacitados. Aparte de los quehaceres domésticos y el aseo personal, IHSS también cubre el acompañamiento de clientes a sus citas médicas.

¿Quién reúne los requisitos?

Personas que reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (Social Security Income, o SSI, en inglés) cumplen automáticamente con los requisitos financieros de IHSS.

Personas de 65 años de edad o mayores, ciegas o discapacitadas, que satisfacen los requisitos de bajos recursos de SSI pero cuyos ingresos exceden los límites de SSI, podrían obtener prestaciones de IHSS pagando una Parte del Costo (consulte la Hoja de Supervivencia # 10).

Individuos discapacitados quienes trabajan también podrían tener derecho a prestaciones de IHSS.

¿Cómo lo solicito?

Llame a la Unidad IHSS del Departamento de Servicios para Adultos y Personas de Tercera Edad (Department of Aging and Adult Services, o DAAS, en inglés) al (415) 557-5251 y programe una cita para que un trabajador social lo visite en su hogar y evalúe sus necesidades.

¿Cuánta ayuda puedo recibir?

Un trabajador social de IHSS preparará una evaluación personal que determinará los tipos y el nivel de servicios que IHSS deberá proveer, a base de las guías y fórmulas estatales y la declaración de necesidades del cliente.

Los servicios podrían incluir el aseo personal (baños, alimentación, cambios de posición o lugar, ayuda para usar el escusado, etc.), tareas domésticas (limpieza, compras, lavado de ropa, etc.) y ciertos servicios paramédicos. Las personas quienes requieren servicios de cuidado personal pueden recibir hasta 283 horas por mes de estos, pero la mayoría de clientes son autorizados para recibir un promedio de 20 horas por semana.

¿Quién presta los servicios?

PROVEEDORES INDEPENDIENTES

Bajo el programa IHSS, el consumidor puede elegir un trabajador de cuidado en casa de su preferencia, inclusive a un familiar o conocido. El consumidor es considerado el empleador para propósitos del contrato, la supervisión y, si llega a ser necesario, el despido del trabajador. El trabajador y el consumidor rellenan hojas de servicio bimensualmente, y el trabajador los entrega a la Unidad IHSS del condado.

Consumidores que ocupan ayuda para encontrar un trabajador de cuidado en casa pueden comunicarse con el Registro Central de la Autoridad Pública de IHSS para obtener una lista de trabajadores aprobados para prestar tales servicios. Servicios están disponibles en inglés, español, ruso, cantonés y mandarín, tanto como en otros idiomas, a petición. El Registro Central presta Servicios de Guardia a consumidores que requieren ayuda inmediata con el cuidado personal cuando no tienen ningún trabajador regular, cuando su proveedor está enfermo, o cuando son clientes nuevos de IHSS y/o los están dando de alto de un hospital. Los Servicios de Guardia están disponibles durante las horas hábiles tanto como en las noches y los fines de semana. El Registro Central también presta servicio a consumidores particulares. La Autoridad Pública provee clases gratis de cuidado en casa, primeros auxilios y reanimación cardiopulmonar (CPR, por sus siglas en inglés) a trabajadores de cuidado en casa. Para ayuda, por favor llame a un consejero de servicios de apoyo al (415) 243-4477.

Las agencias siguientes también pueden ayudarle a encontrar un trabajador de cuidado en casa:

Seniors at Home Program
Jewish Family and Children Services
(415) 449-3777

Employment and Training Program
Self Help for the Elderly
(415) 982-9171

PROVEEDORES POR CONTRATO

El Departamento de Servicios para Adultos y Personas de Tercera Edad (the Department of Aging and Adult Services, o DAAS, en inglés) de San Francisco recomienda proveedores por contrato basado en su disponibilidad de horas y si el cliente requiere ayuda con la supervisión de su trabajador.

DAAS contrata al Homebridge (antes Consorcio de IHSS) para emplear y asignar trabajadores aprobados por DAAS, tanto como para proveer capacitación para los trabajadores y supervisión intensiva para los clientes. Para más información, llame a la línea de inscripción del Consorcio IHSS al (415) 255-2079. Se hablan los siguientes idiomas: inglés, español, ruso, cantonés, mandarín y tagalo.

¿Cómo puedo mejorar el sistema de cuidado en el hogar de IHSS?

El proyecto Senior and Disability Action SDA tiene un Grupo de Trabajo IHSS cuyo objetivo es mejorar los servicios del cuidado en casa para personas de tercera edad y adultos discapacitados. Para información sobre sus actividades o la fecha de su próxima reunión, llame al (415) 546-1333.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS

HOJA DE SUPERVIVENCIA #2

EL SERVICIO DE PARATRÁNSITO

¿Qué es el Servicio de Paratrásito?

El Servicio de Paratrásito es un programa público de la Ciudad y el Condado de San Francisco que provee modos alternativos de transportación a personas discapacitadas quienes no pueden utilizar las rutas fijas de MUNI. Este es un servicio especializado provisto por MUNI para personas discapacitadas quienes reúnen los requisitos bajo la Ley para Personas con Discapacidades (Americans with Disabilities Act, o ADA, en inglés).

La oficina del Administrador de Paratrásito se encuentra en 68 12th St., San Francisco, CA 94103. La oficina está abierta de 9 a.m. a 4:45 p.m., y el número de teléfono es (415) 351-7000. Su sitio Web es www.sfparatransit.com

¿Cómo lo solicito?

Solicitudes están disponibles en la Oficina del Administrador de Paratrásito. Llame al (415) 351-7000 para pedir que le manden una solicitud por correo, o imprímela del sitio Web. Para satisfacer los requisitos para recibir servicios de Paratrásito, uno debe padecer de una discapacidad que no le permite aprovechar las rutas fijas del transporte público que provee MUNI – nunca, o solamente de vez en cuando – sin la ayuda de otra persona. Los requisitos son establecidos por ADA. Usted puede tener derecho al Servicio de Paratrásito si no puede abordar, viajar por o descender de un vehículo de MUNI, o si no puede llegar a la parada del autobús o a la estación del tren. El procesamiento de su solicitud no debe demorarse más de 21 días.

➤ ¿Qué clase de servicios de transportación proporcionan?

TAXI

El Servicio de Paratrásito de taxi es el servicio público general de puerta a puerta. Actualmente, el servicio de taxi no está disponible para la mayoría de clientes nuevos. Se hacen algunas excepciones para personas quienes andan en sillas de ruedas, individuos que requieren diálisis y pasajeros de 80 años de edad o mayores.

La cantidad de Vales que uno puede comprar es determinada por sus necesidades de transportación y los criterios establecidos por ADA. El valor está añadido a su tarjeta debito de Paratrásito.

Para usar un taxi, llame a cualesquier de las compañías de taxi que participan en el programa, y siga los mismos procedimientos como si fuese a pagar en efectivo. Si usa silla de ruedas, no se olvide de mencionar que necesita un taxi con rampa cuando llama para solicitar el servicio. Los Vales de Taxi solamente pueden usarse dentro de San Francisco y la zona norte de Daly City en el Condado de San Mateo.

Las compañías de taxi participantes (desde 1/15) son:

En San Francisco:

In San Francisco:

American Cab*	(415) 614-2000
Arrow Checker*	(415) 285-3800
Alliance Cab*	
Comfort Cab*	
Eco-Taxi	
Gold Star Cab*	
San Francisco Taxi*	
Vina Cab	
Citywide Dispatch	(415) 920-0700
Big Dog City Cab	
Crown Cab	
Green Cab	
Metro Cab	
Royal Cab*	
USA Cab	
Flywheel*	(415) 970-1300
Fog City Cab*	(415) 682-9988
San Francisco	
Super Cab	
Luxor*	(415) 282-4141
National Cab*	(415) 648-4444
Veterans Cab	
Regents Cab*	(415) 487-1004
Best Cab*	
Lucky Cab	
Town Taxi*	(415) 401-8900
ABC Taxicab	
Max Cab	
Yellow Cab Co-op*	(415) 333-3333

In northern San Mateo County:

Serra Cab* (650) 991-3881

- operan taxis con rampa

ADA ACCESS y LIFT VAN

ADA Access provee servicios puerta a puerta en camioneta compartida a personas con discapacidades que no pueden usar las rutas fijas de MUNI. Lift Van, un servicio de camioneta con ascensor, provee el mismo tipo de servicio que ADA Access para personas que usan sillas de ruedas. Uno debe llamar con por lo menos un día de antelación para programar un viaje. Se aceptan reservaciones de 7 a.m. a 6 p.m. a través de Mobility Plus al (415) 285-6945. La tarifa es \$2.25 por viaje.

¿Puedo llevar un amigo?

Uno puede llevar a un ayudante o un acompañante consigo cuando viaja por ADA Access o Lift Van. El acompañante que le presta cuidado personal puede viajar con usted gratis. También tiene derecho a llevar a un invitado consigo, quien pagará la misma tarifa que usted, pero debe reservarle un lugar cuando programa su viaje. En un taxi puede llevar tantos amigos como quepan siempre que no supere la cantidad límite de seguridad.

¿Dónde puedo presentar una queja o un cumplido?

Para presentar una queja formal o un cumplido sobre cualquier aspecto del Servicio de Paratransito, escriba a:

San Francisco Paratransit
Service Quality Department
68 12th St.
San Francisco, CA 94103

También hay tarjetas de queja/cumplido disponibles en la sala de recepción de la Oficina de Paratransito que puede usar.

Además, puede presentar una queja o cumplido llamando al (415) 351-7052 o enviando un correo electrónico a sfparatransit@veoliatransdev.com. Debe incluir la mayor cantidad de información posible sobre el viaje, tal como la fecha, hora, número del taxi o vehículo, etc. La Oficina de Paratransito debe responder a cualquier queja dentro de 14 días.

¿Qué sucede si necesito ayuda para costear el Servicio de Paratransito?

El fondo Helping Wheels proporciona apoyo limitado para cubrir las tarifas de Lift Van, ADA Access o servicios de taxi para usuarios de Paratransito que afrontan emergencias repentinas. Para reunir los requisitos, uno debe tener bajos ingresos y encontrarse en una situación de emergencia repentina, tal como con la necesidad de un tratamiento para el cáncer o de la diálisis para el riñón, u otra necesidad seria. Para obtener más información sobre el fondo Helping Wheels,

llame a la Oficina del Administrador de San Francisco Paratransit al (415) 351-7070.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email: sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS
HOJA DE SUPERVIVENCIA # 3
PRESTACIONES PARA BENEFICIARIOS CALIFICADOS DE
MEDICARE (QMB's) Y CIERTOS BENEFICIARIOS MEDICARE
DE BAJOS INGRESOS (SLMB's)

¿Qué son los programas Beneficiario Calificado de Medicare (QMB) y Beneficiario Medicare de Bajos Ingresos (SLMB)?

El Beneficiario Calificado de Medicare (Qualified Medicare Beneficiary, o QMB, en inglés) y el Beneficiario Medicare de Bajos Ingresos (Specified Low-Income Medicare Beneficiary, o SLMB, en inglés) son programas de ahorro de Medicare. Estos programas ayudan a personas de bajos ingresos con el pago de algunos de los costos de Medicare y forman parte del programa Medi-Cal.

¿Con cuáles gastos pueden ayudar los programas QMB y SLMB?

El programa Beneficiario Calificado de Medicare (QMB) ayuda a pagar por los siguientes costos de Medicare:

- **Prima de Medicare Parte A**

Las personas quienes han contribuido al Seguro Social por 40 trimestres (lo equivalente a 10 años de trabajo de tiempo completo) automáticamente reciben la Parte A gratis. Sin embargo, aquellos que no han contribuido un total de por lo menos 40 trimestres al Seguro Social deberán pagar una prima por la Parte A basada en el número de trimestres en que contribuyeron a la Seguridad Social. En 2015, por ejemplo, los que contribuyeron al Seguro Social por un total de entre 30 y 39 trimestres pagan una prima mensual de \$224 por la Parte A.

- **Prima de Medicare Parte B**

La prima de la Parte B es \$104.90 por mes para 2015.

- **Deducibles para ambas Partes A y B**

El deducible para la Parte A, para 2015, es \$1,260 para el periodo del beneficio, para una estadía de uno hasta 60 días, y el deducible para la Parte B es \$147 por año.

- **El co-seguro bajo ambas Partes A y B**

Para una estadía en el hospital en 2015, por ejemplo, conforme a la Parte A, QMB paga el deducible de \$1,216 para el primer día hasta el día 60 de la

estadía, más \$315 por día para los días 61 a 90, y \$630 por día para los 60 días de reserva en el hospital.

La Parte B cubre el 80% de los gastos para los médicos y los servicios para pacientes ambulatorios, y QMB paga el 20% restante, *siempre que la persona vea a médicos y proveedores que aceptan Medi-Cal.*

El programa Beneficiario Medicare de Bajos Ingresos (SLMB) es un programa que ayuda a personas de bajos ingresos a pagar sus primas de la Parte B (\$104.90 por mes en 2015). De lo contrario, esa prima les sería deducida mensualmente de sus cheques de Seguro Social.

➤ **¿Quién reúne los requisitos?**

Para QMB, su ingreso mensual no debe exceder \$1001 si es soltero. Si es casado, el ingreso mensual de la pareja no debe exceder \$1,348. Para SLMB, su ingreso mensual no debe exceder \$1,197 si es soltero, o \$1,613 para la pareja si es casado.

Para ambas QMB y SLMB, sus bienes personales (dinero en efectivo, dinero en el banco, acciones, bonos, etc.) no deben exceder \$7280 para un individuo o \$10,930 para una pareja casada. Las exclusiones permitidas incluyen a una casa, bienes domésticos y pertenencias personales, un automóvil, una póliza de seguro de vida con valor nominal de \$1,500 por persona, un plan prepago de entierro (ilimitado si es irrevocable; hasta \$1,500 si se puede cancelar) y una parcela funeraria. También se excluyen las prestaciones retroactivas de Seguro Social o SSI por seis meses después de recibir QMB y/o SLMB. Su valor no viene calculado en el límite de bienes personales.

➤ **¿Cómo se solicitan?**

Para inscribirse en QMB o SLMB, usted debe reunir los requisitos para recibir Partes A y B de Medicare. Si ya está inscrito en Medicare, comuníquese con Medi-Cal Health Connections al (415) 558-1855 para solicitar los beneficios de QMB o SLMB.

Si no recibe Medicare actualmente, solicite Medicare Parte A y/o Parte B primero en una Oficina de Seguro Social y declare por escrito que está solicitando el Medicare Condicional bajo alguno de los programas mencionados arriba. “Medicare Condicional” significa que usted sólo desea inscribirse en Medicare con la condición de que un Programa de Ahorros Medicare (MSP) pague las primas. Después de entregar su solicitud, usted debe comunicarse con la Oficina de Medi-Cal para verificar el estatus de su solicitud y para solicitar los beneficios de QMB o SLMB.

Si tiene alguna pregunta o desea programar una cita con un consejador, llame al Programa de Consejería y Abogacía de Seguros de Salud de California (California Health Insurance Counseling and Advocacy Program, o HICAP, en inglés) al 1(800)434-0222.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECOS DE ANCIANOS

HOJA DE SOBREVIVENCIA #4

GÁNELE A LA BUROCRACIA

➤ **Definición:**

Burocracia significa, administración caracterizada por una jerarquía rígida, regulaciones sin importancia y uso excesivo de documentos y rutinas

Contrariamente a la creencia popular, la burocracia no sólo existe en el gobierno. La burocracia crece en compañías de seguros, hospitales, compañías de servicios, compañías de teléfono y la mayoría de las grandes organizaciones.

Le damos la bienvenida al juego de la burocracia. Las personas que trabajan en burocracias tienen que atenerse a las múltiples reglas usadas para determinar la elegibilidad, necesidad y cantidad de dinero se va a otorgar y los servicios que se deben proveer. Es muy raro que estén familiarizados con todas las reglas y formularios de sus organizaciones. Debe ser su tarea, si usted decide aceptarla, averiguar quién tiene lo que usted necesita y cómo obtenerlo. Es muy fácil frustrarse y darse por vencido, pero entonces no se consigue nada.

➤ **A continuación figuran algunas sugerencias de la Escuela de Sobrevivencia para Ancianos de como ganarle a la burocracia:**

Sepa lo quiere preguntar, pero no sienta que tiene que saber todo.

Averigüe todo lo pertinente al asunto antes de llamar. Hable con sus amigos. Llame a grupos de apoyo para obtener la información que tienen y conozca sus derechos.

Llame temprano por la mañana. Tendrá una mayor probabilidad de encontrar a la persona que puede ayudarle. Ésta tendrá más tiempo para informarse sobre sus preguntas y contestarle ese mismo día.

Siempre obtenga el nombre de la persona con la que habló y su número de teléfono. Es posible que lo transfieran varias veces antes de que pueda hablar con la persona que puede ayudarle, y si se cortara la comunicación, usted no quiere tener que empezar el proceso nuevamente con el primer número que llamó. Proporcione su nombre y número de teléfono así lo reconocerán cuando llame de nuevo y podrán comunicarse con usted si lo necesitan. Al intercambiar nombres se establece una relación más personal.

Si responde una máquina contestadora deje un mensaje.

¡Sea persistente! Llame una y otra vez hasta que consiga hablar con la persona que pueda contestarle sus preguntas.

Mantenga anotaciones sobre el camino burocrático que ha recorrido. Estas anotaciones deben incluir los nombres y números telefónicos de todas las personas

con las que ha hablado. También pueden incluir lo que cada una de esas personas ha hecho por usted. Esta información será muy útil a medida que vaya subiendo en la línea de comando o si necesita la ayuda de su legislador. De esa manera también tendrá una lista de las personas que le fueron realmente útiles y podrá llamarlas directamente la próxima vez que necesite ayuda.

¡No se dé por vencido! Recuerde, las burocracias están formadas por personas, muchas de la cuales quieren ser útiles. Lo que usted necesita es encontrar a la persona que tiene el conocimiento y la autoridad para ocuparse de su problema.

Si está solo, puede sentirse aislado y sin poder. Encuentre una organización que esté trabajando en ese mismo problema e incorpórese. Si no existe un grupo que comparta su problema, encuentre otras personas con ese problema y organice un grupo. Las burocracias están más dispuestas a escuchar y responder a las preocupaciones de una organización que a la voz de un solo individuo. En la unidad, su poder aumenta y tiene más posibilidades de que su problema se convierta en el problema de ellos.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECHOS DE ANCIANOS

HOJA DE SOBREVIVENCIA # 5

SEGURIDAD DE LOS PEATONES

Caminar es una gran forma para recorrer el vecindario, pero puede ser peligrosa. Cautela es lo que se les recomienda a todos aquellos que salen a desafiar a los automóviles en su territorio.

Si bien en la mayor parte de los casos, los automóviles, camiones y autobuses se encuentran generalmente en las calles, no están limitados a ese lugar. Los automovilistas se suben a las aceras para entrar o salir de los garajes o lotes de estacionamiento. Incluso es posible encontrar un automóvil estacionado en la acera. Esto implica que no tiene que aventurarse a la calle para ser un peatón en peligro.

¡DEBE ESTAR ALERTA CUANDO CRUZA EN LAS INTERSECCIONES! La mayoría de los accidentes peatonales que involucran ancianos ocurren en las intersecciones en las que giran los automovilistas. Asegúrese de que mira los vehículos que giran antes de pisar la calle especialmente las calles de una mano en la Ciudad Central.

➤ **A continuación figuran algunos consejos para aumentar su seguridad como peatón:**

Sea un peatón siempre a la defensiva. No asuma que los motoristas lo ven y toman precauciones por usted.

Vista colores brillantes durante el día. Por la noche vístase de blanco y lleve una linterna o vista ropa fosforescente.

Cruce únicamente por los pasos peatonales, preferiblemente en los que haya semáforo.

Recuerde que es más seguro cuando hay más cantidad de gente. Si es posible, cruce con un grupo de personas. Siempre es más fácil ver a un grupo que a una persona sola.

Esté alerta para ver los automóviles que giran. Mire a los ojos del conductor y asegúrese de que lo ve antes de cruzar delante del vehículo.

Siempre es muy peligroso cruzar la calle entre dos automóviles o por detrás de un automóvil.

Cuando espera que cambie el semáforo para cruzar, espere en la acera. Comience a caminar recién cuando aparece la señal WALK.

No asuma que todos los automóviles van a parar en la luz roja o en una señal STOP (Parar). Siempre mire antes de cruzar.

Es muy importante ser un peatón cuidadoso, pero también se pueden hacer ciertas cosas para que el vecindario sea más seguro para sus peatones. No importa cuán cuidadoso uno es, si los semáforos cambian demasiado rápido y no le dan tiempo para cruzar la calle, usted puede quedar atrapado a media calle o en una esquina.

Si desea sugerir cambios en las señales o signos de tránsito de su vecindario, debe hacer una petición por escrito dirigida o llame a (415) 701-4500 a:

City Traffic Engineer
Municipal Transportation Agency
Department of Parking and Traffic
1 South Van Ness Avenue, Suite 7th Floor
San Francisco, CA 94103

ORGANIZACIONES QUE TRABAJAN POR LA SEGURIDAD DE LOS PEATONES

Walk San Francisco
995 Market Street #1450
San Francisco, CA 94103
(415) 431-WALK (phone)
Email: peds@walksf.org
www.walksf.org

Senior and Disability Action
1360 Mission Street #400
(415) 546-1333 x303
Email: srira@sdaction.org

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA PRO-DERECHOS DE ANCIANOS
HOJA DE SOBREVIVENCIA #7
CUPONES DE ALIMENTOS/CalFresh

➤ **Descripción**

El programa de cupones de alimentos (ahora se llama Cal Fresh en California) es un programa federal financiado por el Departamento de Alimentos Agrícolas y Servicio de Nutrición (Department of Agriculture's Food and Nutrition Service) y administrado por el Departamento de Servicios Humanos del Condado. Es un programa de ayuda diseñado para complementar el subsidio alimenticio mensual del beneficiario.

➤ **Criterio de elegibilidad para personas de 60 años o mayores, o personas incapacitadas:**

Una renta alta, altos gastos en utilidades o cuentas médicas de más de \$35 por mes pueden ayudar para que una persona con un ingreso de hasta \$935 por mes (bruto) califique.

Un individuo que recibe SSDI (Seguridad Social por Incapacidad), Medi-Cal debido a una incapacidad o una pensión de la Administración de Veteranos puede ser elegible con un ingreso mayor que el límite regular de \$931 por mes.

En California, los beneficiarios del programa SSI no son elegibles para recibir Cal Fresh.

El límite de recursos para personas mayores de sesenta años es \$3.250.

Debe ser ciudadano Americano o residente permanente legal.

Desde 1 de Abril 2015, ellos con una convicción felonía de drogas están elegible.

➤ **Aplicación**

Los interesados en aplicar deben llamar a la línea directa del alcance comunitario de Cal Fresh al (415) 558-1001 y solicitar un formulario o aplicar en persona en 1235 Mission Street, de lunes a viernes de 8 a.m. - 5 p.m. Ancianos y adultos con incapacidades también pueden aplicar en la oficina de 1440 Harrison St. Después que complete y entregue su aplicación, un/a trabajador/a de Cupones de alimentos fijará una cita para tener una entrevista personal con usted. Aquellas personas incapacitadas que no pueden salir de su casa y asistir

a la entrevista pueden enviar un representante a la cita, o pueden aplicar por correo y se los entrevistará en su casa o por teléfono. Los cupones de alimentos se pueden enviar a su casa por correo.

Se deberán verificar los datos siguientes:

Identidad

Ciudadanía o estado de residencia permanente legal

Ingreso (salario, seguridad social, pensión)

Cuentas bancarias

Gastos para cuidado médico y doméstico que paga de su bolsillo

Facturas del pago de los servicios públicos y renta; los propietarios deben traer las facturas de pago de la hipoteca y propiedad

➤ **Sus derechos**

Usted tiene los derechos siguientes:

Recibir una aplicación el mismo día que la solicita.

Que le acepten la aplicación inmediatamente.

Que un adulto aplique por usted si no puede ir personalmente a la oficina de cupones de alimentos.

Tener la entrevista en su casa o por teléfono si es mayor de 60 o incapacitado.

Si es elegible, recibir los cupones de alimentos dentro de los 30 días siguientes a la aplicación.

Si su necesidad es inmediata, recibir los cupones de alimentos en un lapso de tres días.

Recibir un trato justo e igualitario.

Recibir notificación previa a la reducción de beneficios en caso de que las circunstancias hayan cambiado.

Examinar el archivo de su caso y obtener una copia del reglamento de cupones de alimentos.

Tener una apelación justa si no está de acuerdo con una acción tomada en su caso.

Las organizaciones siguientes pueden ayudarle con las solicitudes para Cal Fresh o pueden recomendarle otros grupos de asistencia e información:

General Assistance Advocacy Project (GAAP), 276 Golden Gate Avenue, SF, CA 94102, (415) 928-8191.

Bay Area Legal Aid, 1035 Market, 6th Floor, SF, CA 94103, (415) 982-1300.

Debido a la ley de Asistencia Social de 1996 (Welfare Law), el programa de Cal Fresh opera bajo regulaciones de elegibilidad en constante cambio. Llame a la oficina de Cupones de alimentos para obtener la información más reciente (415) 558-4186.

www.sdaction.org

*Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344
Email: sarah@sdaction.org*

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS
HOJA DE SUPERVIVENCIA # 8
LA AUTORIDAD PÚBLICA Y EL REGISTRO CENTRAL DE
IHSS

➤ **¿Qué es la Autoridad Pública de IHSS?**

La Autoridad Pública de los Servicios de Cuidado en Casa (In-Home Supportive Services, o IHSS, en inglés) se estableció en 1995 con la aprobación de la Ordenanza no. 185-95 por la Junta de Supervisores de San Francisco. Fue la tercera autoridad pública en California y el primero administrado por una entidad o junta gubernamental independiente.

El Consejo de Administración de la Autoridad Pública es compuesto de 13 miembros. Siete de estos deben ser, o haber sido, consumidores de servicios de cuidado personal. Uno debe ser trabajador o proveedor independiente de cuidado médico en casa, y otro debe ser representante de los Trabajadores Unidos de Servicios Medicos – Oeste del Sindicato Internacional de Empleados de Servicios (SEIU 2015, por sus siglas en inglés). Cada una de las siguientes organizaciones recomienda uno de los cuatro miembros que restan: la Comisión sobre el Envejecimiento (Commission on Aging), la Comisión de Salud Pública (Public Health Commission), la Comisión de Servicios Humanos (Human Services Comisión) y el Consejo de Discapacitados del Alcalde (Mayor's Disability Council). El Consejo de Administración de la Autoridad Pública establece la política de la entidad y toma decisiones legalmente vinculantes en su nombre.

El personal ejecutivo, administrativo, de funcionamiento y de programas de la Autoridad Pública operan el Registro Central, suministran sus asuntos fiscales, monitorean las pólizas estatales y locales que afectan los Servicios de Cuidado en Casa (IHSS), y colaboran con otras organizaciones para mejorar IHSS para sus consumidores y proveedores en San Francisco. El estado paga a los trabajadores directamente después de descontarles sus contribuciones para el seguro de Indemnización al Trabajador (Worker's Compensation) y los impuestos obligatorios. Los consumidores tienen derecho a contratar, despedir y supervisar las actividades diarias del proveedor. La Autoridad Pública figura como el empleador representante con el propósito de negociar salarios y prestaciones con SEIU-UHW-West, el sindicato que representa a los trabajadores que proveen cuidado en casa.

La misión declarada de la Autoridad Pública de IHSS de San Francisco es proveer y promover un modelo de reparto de servicios de apoyo en casa que sea dirigido por el consumidor y que aumente la capacidad de personas de tercera edad y de personas discapacitadas para vivir independientemente y participar en sus comunidades.

➤ **¿Qué es el Registro Central?**

El Registro Central ayuda a personas con IHSS tanto como a consumidores particulares para encontrar trabajadores aprobados de cuidado en casa y así mantener su independencia. El Registro presta servicios a hablantes del inglés, cantonés, mandarín, español, ruso y vietnamita. Se pueden hacer arreglos para prestar servicios en otros idiomas.

Cuando un consumidor llama al Registro, un consejero bilingüe realiza una entrevista breve para evaluar las necesidades y preferencias del consumidor. El consejero emplea una base de datos computarizada para encontrar un ayudante para el consumidor basado en su ubicación, idioma, la clase de cuidado doméstico o personal que requiere, horas de trabajo, y otras preferencias relacionadas con el puesto. Cada consumidor recibe una lista de seis a nueve trabajadores quienes mejor cumplen con sus requisitos. El consumidor – no el Registro – es el empleador quien entrevista, contrata, y supervisa al trabajador seleccionado de la lista de referencias. Los consejeros asesoran a los consumidores sobre cómo programar entrevistas con los trabajadores disponibles y contratar a uno. También proveen información a ambos consumidores y trabajadores sobre recursos comunitarios y, si es necesario, ayudan a resolver disputas entre consumidores, trabajadores y/o IHSS.

Servicios de Guardia

El programa de Servicios de Guardia es diseñado para ayudar a consumidores con una necesidad urgente de cuidado personal cuando sus proveedores regulares no están disponibles, cuando están solicitando IHSS por primera vez, o cuando se los están dando de alto de un hospital. Después de que se pide la ayuda inmediata, un consejero de servicios de apoyo mandará a un trabajador de guardia para ayudarlo.

Se puede pedir Servicios de Guardia durante horarios habituales de trabajo tanto como en las tardes, los fines de semana y los días feriados. Un miembro del personal de la Autoridad Pública llamará la línea de recados de emergencia de la Autoridad Pública de IHSS para recuperar todas las peticiones conforme al siguiente horario:

Cada tarde, siete días por semana, a las 8:00 p.m.

Cada mañana de los fines de semana y los días feriados, a las 9:00 a.m.

¿Qué más hace la Autoridad Pública?

Además de reclutar y mantener una fuerza de trabajadores de cuidados en casa, la Autoridad Pública también pretende proveerles oportunidades para su capacitación. La Autoridad Pública colabora con consumidores para crear materiales para programas educativos sobre los procedimientos para contratar y supervisar trabajadores, resolver conflictos y solicitar servicios adicionales. La Autoridad Pública también aboga por los derechos de los trabajadores y consumidores de IHSS a nivel estatal y local, y monitorea las propuestas legislativas que los podrían impactar.

La Autoridad Pública ofrece una capacitación de 48 horas a trabajadores aprobados por IHSS sobre las técnicas para prestar servicios de cuidado en casa. Se ofrece capacitación en inglés, español, ruso y cantonés. Los participantes son instruidos en un rango de tareas de cuidado domiciliario y reciben acreditación en RCP (CPR, por sus siglas en inglés) y primeros auxilios. Si a usted o a alguien que conoce le interesa asistir a clases de capacitación para el cuidado en casa, llame la línea de capacitación para el trabajador al (888) 42-TAPCA.

¿Cómo puedo participar?

El Consejo de Administración de la Autoridad Pública se reúne el segundo martes de cada mes de numeración impar, de 1 a 3 p.m. La reunión está abierta al público, y animamos a que asistien y participen todos a los que les interesa. Las oficinas de la Autoridad Pública se encuentran en 832 Folsom Street (edificio del Salvation Army), 9th Floor (9° piso), San Francisco, CA 94107 (entre las calles 4ª y 5ª). Las reuniones de la Junta Directiva usualmente toman lugar en el Área de Conferencias del 5° piso. Llame al funcionario de enlace para el personal y la junta, Patrick Hoctel, al (415) 593-8117 para más información o para averiguar sobre las fechas y horas de las reuniones.

El Grupo de Trabajo IHSS de Planificación para Personas Mayores en la Ciudad Central es una coalición de representantes de agencias, trabajadores de cuidado médico en casa, representantes de sindicatos y consumidores de asistencia médica en casa. Aboga a favor del programa IHSS y ayudan a informar y movilizar al público sobre los asuntos legislativos actuales a nivel local y estatal. Para obtener más información, por favor llame a Senior and Disability Action al (415) 546-1333.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS

HOJA DE SUPERVIVENCIA # 9

SERVICIOS DIURNOS PARA ADULTOS

¿Qué son los Servicios Diurnos para Adultos?

Los Servicios Diurnos para Adultos son programas comunitarios que operan durante el día y son diseñados para cumplir con las necesidades únicas de los ancianos y adultos físicamente débiles quienes ocupan ayuda con actividades cotidianas. Existen dos tipos de Servicios Diurnos para Adultos: los que se dedican a actividades sociales y los que se dedican al cuidado médico.

Los tipos sociales de Servicios Diurnos para Adultos son programas comunitarios de grupo que proveen planes individuales de cuidado. Estos programas proporcionan una variedad de actividades sociales, educativas, y recreacionales (incluso el ejercicio físico) en un ambiente seguro y amable, generalmente por al menos cuatro horas por día.

El Cuidado Diurno de Salud para Adultos incorpora a servicios de salud para personas con impedimentos físicos además de todos los servicios antes mencionados ofrecidos en los centros sociales de Servicios Diurnos para Adultos. Los dos tipos de Servicios Diurnos para Adultos – el social tanto como el de la salud – pueden ayudar a personas con impedimentos mentales. Algunos Servicios Diurnos para Adultos también disponen de centros de recursos exclusivamente para personas que padecen de Alzheimer o la demencia, donde estos reciben cuidado especializado. Todos los Servicios Diurnos para Adultos en San Francisco proporcionan transporte y comida. Los Servicios Diurnos para Adultos permiten que personas de tercera edad y adultos discapacitados permanezcan viviendo seguramente en sus hogares y comunidades.

¿Quiénes reúnen los requisitos?

Todo adulto mayor de 18 años de edad con un impedimento mental o físico que requiere tratamiento o servicios de rehabilitación prescritos por un médico o un psiquiatra.

¿Qué clase de servicios proporcionan?

Los Servicios Diurnos para Adultos, tipo social, comprenden actividades recreativas y sociales, acceso a trabajadores sociales, una comida caliente, transporte de ida y vuelta al centro, y periodos de descanso para los ayudantes. Los Centros Diurnos de Salud para Adultos proporcionan servicios parecidos, además de la enfermería especializada, terapia física, ocupacional y de habla, y la asesoría de una especialista en dietética. Algunos de los Centros Diurnos de Salud proveen

servicios adicionales tales como: podólogo, cuidado dental, referencias psiquiátricas y grupos de apoyo y consejería para proveedores y familiares.

¿Cómo los solicito?

Los clientes vienen referidos por alguna de las siguientes fuentes: médicos, trabajadores sociales, planificadores de alta de de los hospitales, familiares o amigos. Usted puede llamar al centro comunitario de su vecindario para programar una cita con un trabajador social para que le visite en su casa, evalúe sus necesidades y determine si le pueden ayudar. También puede llamar al 211 desde cualquier línea telefónica terrestre y una especialista en recursos le proporcionará información sobre los Servicios Diurnos para Adultos disponibles en su región.

¿Cuánto cuesta?

Los Servicios Diurnos para Adultos se ofrecen por una escala móvil de tarifas. Si usted reúne los requisitos para Medi-Cal o para prestaciones para veteranos, usted puede aprovechar de ellos para cubrir los servicios diurnos de salud que ocupa. Si recibe Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI, por sus siglas en inglés), Medi-Cal cubrirá sus servicios de cuidado médico por completo. Algunas pólizas de seguro privado para el cuidado a plazo largo también pueden costear estos servicios.

¿Cómo llego al centro después de que me aprueban?

Cada centro provee traslado de puerta a puerta, en camionetas accesibles para sillas de rueda, sin costo alguno para el cliente.

¿Dónde están ubicados los centros?

Existen nueve agencias que ofrecen Servicios Diurnos para Adultos en San Francisco. También hay tres instalaciones de servicios de cuidado diurno social que ofrecen actividades estructuradas para personas de tercera edad que son físicamente débiles y los adultos discapacitados. Para obtener más información sobre estos programas y encontrar el centro que sirve a su vecindario, por favor llame a la línea de ayuda de United Way (United Way HELPLINK, en inglés) al 211.

- **Centros Diurnos de Salud para Adultos:**

Bayview Hunter's Point Adult Day Health
1250 La Salle Avenue
San Francisco, CA 94124
(415) 826-4774
www.bhpadhc.org

Stepping Stone
Stepping Stone Adult Day Health-Golden Gate
350 Golden Gate Street

San Francisco, CA 94102
(415) 359-9210
www.steppingstonehealth.org

Jewish Family & Children's Services
L'Chaim Adult Day Health Center
2534 Judah Street
San Francisco, CA 94122
(415) 449-2900
www.jfcs.org

Stepping Stone Adult Day Health
Mission Creek Center
930 Fourth St, 2nd Floor
San Francisco, CA 94158
(415) 974-6784
www.steppingstonehealth.org

Stepping Stone Adult Day Health
Mabini Adult Day Health Center
55 Mabini Street
San Francisco, CA 94107
(415) 882-7301
www.steppingstonehealth.org

Stepping Stone Adult Day Health
Presentation Adult Day Health Center
301 Ellis Street
San Francisco, CA 94102
(415) 923-0245
www.steppingstonehealth.org

Self-Help for the Elderly Adult Day Services
408 – 22nd Avenue
San Francisco, CA 94121
(415) 677-7600
www.selfhelpelderly.org

St. Mary's Adult Day Health
35 Onondaga Avenue
San Francisco, CA 94112
(415) 334-4000
www.stmarysmedicalcenter.org

- **Centros de Servicios Diurnos para Adultos, tipo social:**

Catholic Charities
San Francisco, Adult Day Support Program
50 Broad Street
San Francisco, CA 94112
(415) 452-3500
www.cccyo.org/programs/aging.php

Hayes Valley Care
601 Laguna Street
San Francisco, CA. 94102
(415) 252-1128

Kimochi, Inc.
1531 Sutter Street
San Francisco, CA 94109
(415) 922-9972
www.kimochi-inc.org/programs/daycare.html

Janet Pomeroy Center
207 Skyline Boulevard
San Francisco, CA 94132
(415) 665-4100

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email: sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS
HOJA DE SUPERVIVENCIA #10
REPARTO DEL COSTO DE IHSS

➤ **¿Cómo se reparte el costo de los Servicios de Cuidado en Casa (In-Home Supportive Services- IHSS en inglés)?**

El programa de Servicios de Cuidado en Casa (IHSS) provee asistencia con cuidado personal y/o tareas domésticas para que personas discapacitadas y de la tercera edad puedan permanecer seguros en sus hogares. Los individuos que reciben Seguridad de Ingreso Suplementario (Social Security Income- SSI) automáticamente cumplen con los criterios financieros de IHSS. Individuos o parejas casadas cuyos ingresos son mayores que los niveles de SSI, pero que aún se consideran de bajos ingresos, pueden reunir los requisitos para recibir IHSS, a menudo pagando Parte del Costo de los servicios. En esta situación, el receptor de IHSS debe pagar una parte del costo de los servicios y el gobierno pagará el resto hasta una cantidad autorizada. Desde el 1º de enero de 2001, muchas más personas pueden recibir servicios sin tener que pagar una Porción del Costo gracias al programa de Nivel de Pobreza Federal para Individuos de la Tercera Edad y Discapacitados (A&D FPL por sus siglas en inglés).

➤ **¿Quién puede gozar de este programa?**

Requisitos generales

Cualquier persona de 65 años de edad o mayor, o cualquier persona con menos de 65 años de edad que esta ciega o discapacitada, que el Departamento de Servicios Humanos (Department of Human Services- DHS) haya determinado que necesita cuidado personal y/o asistencia con las tareas domésticas para permanecer en su casa, cumple con los requisitos generales.

Requisitos financieros

Usted reúne los requisitos para este programa si satisface los niveles de recursos e ingresos siguientes:

Máximo de recursos/bienes permitidos

Individuos: \$2.000
Parejas casadas: \$3.000

Recursos/bienes exentos

Casa y automóvil
Seguro de vida de menos de \$1.500

Los recursos/bienes no exentos incluyen dinero que tenga en cuentas de ahorro o en forma de cheques, dinero en efectivo, acciones en la bolsa de valores o bonos, objetos personales tales como joyas o muebles, etc. que valgan hasta \$2.000.

El máximo ingreso contable: El máximo ingreso contable usando las reglas de Medi-Cal no puede exceder \$1.211 para una persona o \$1.638 para una pareja casada (hasta 2015). Si sus ingresos son menores que esas sumas, puede cumplir los requisitos necesarios para recibir IHSS gratis, incluyendo cuidado personal, domestico, y/u otros servicios relacionados. Aun cuando sus ingresos exceden este limite, puede reunir los requisitos si tiene otros gastos médicos necesarios por mes. Debe presentar recibos de sus gastos mensuales de bolsillo a su Consejero de Requisitos de Medi-Cal, que los puede descontar cuando determine sus ingresos contables netos.

Una vez que se haya determinado el Reparto de Costo, se le requerirá que pague su porción cada mes, por completo, hacia su Proveedor de IHSS y/o los gastos de Medi-Cal. Cuando su proveedor haya presentado una hoja de tiempos incurridos o una porción de su reparto de costo sea descontado del sueldo de su proveedor, ambos recibirán una carta notificándoles cuanto tendrá que pagarle a su proveedor ese mes.

Si usted cumple con su porción del costo mensual con proveedor(es) de Medi-Cal antes de que su proveedor de IHSS haya presentado una hoja de tiempos incurridos, entonces usted no será obligado a pagar su proveedor. El Programa de IHSS le pagará a su proveedor directamente.

➤ **¿Cómo funciona?**

Para poder solicitar participación y ser aceptado a IHSS, también debe solicitar participación y ser aceptado a Medi-Cal.

Aplique a IHSS por teléfono al Departamento de Servicios a Adultos y Personas de la Tercera Edad de San Francisco (Department of Aging and Adult Services, DAAS en inglés) / IHSS al (415) 355-6700. El horario de oficina es de lunes a viernes de 8:00 AM a 5:00 PM. Si el/la trabajador/a de IHSS determina que usted cumple los requisitos, le asignará un número de horas de acuerdo a las reglas de IHSS y por sus necesidades de servicios.

El cuadro siguiente demuestra como funciona el Reparto de Costo en el programa de IHSS bajo las reglas de Medi-Cal A&D FPL usando como ejemplo el caso de la Srta. Wong. En las dos posibilidades sus ingresos difieren por solo un dólar.

	Escenario 1: \$1.371 en Ingresos o MENOS	Escenario 2: Ingresos de MAS de \$1.371
<i>El total de los ingresos contables mensuales de la Srta. Wong</i>	\$1.371 -\$20 (deducción fija) -230 (ingresos omitidos) = 1211	\$1.372 -\$20 (deducción fija) -230 (ingresos omitidos) = \$1212
<i>Esta la Srta. Wong dentro de los ingresos permisibles?</i>	Si	No
<i>Reparto de Costo?</i>	Ningún Reparto de Costo. En este caso, la Srta. Wong no tiene que pagar Parte del Costo dado que sus ingresos están dentro del limite permisible.	Reparto de Costo. La Srta. Wong gana \$1 mas del limite permisible en ingresos, y por lo tanto, debe pagar una porción de costo.
<i>Como determinar el Reparto de Costo: Substraer el nivel de pago de Medi-Cal de los ingresos mensuales de la Srta. Wong</i>	\$ 0 No tiene que pagar nada para recibir Medi-Cal y IHSS porque sus ingresos están dentro del limite permisible.	\$1.372 (ingresos contables) - \$600 Medi-Cal (nivel de pago para un adulto soltero) -20 (ingresos omitidos) = \$792 (la cantidad que la Srta. Wong tendrá que pagar cada mes por IHSS y/o Medi-Cal

La Srta. Wong tiene la responsabilidad de pagar en completo su Porción del Costo en el Escenario 2 a través del pago de IHSS a su proveedor o por otros gastos médicos necesarios cada mes (Medi-Cal).

(Si no cumple los requisitos para el programa A&D, puede reunir los requisitos para otro programa de Medi-Cal con un Reparto de Costo.

➤ **¿Qué sucede si no puedo pagar mi Porción del Costo?**

Si tiene problemas en pagar su Porción del Costo, comuníquese con el/la asistente/a social de IHSS para discutir su situación. También puede llamar a alguna de las agencias apuntadas más abajo. Esas agencias no le pueden ayudar

a pagar su Porción del Costo, pero el personal puede aconsejarle sobre estrategias que otras personas usan en situaciones similares.

Las siguientes organizaciones le pueden dar información y ayuda con IHSS:

Department of Aging and Adult Services (Departamento de Servicios a Adultos y Personas de la Tercera Edad)
(415) 355-6700

Senior and Disability Action (Acción de los Mayores y Personas con Discapacidades)
(415) 546-1333

Bay Area Legal Aid (Asesoramiento Legal en el Área de la Bahía)
(415) 982-1300

Independent Living Resource Center (Centro de Recursos para la Vida Independiente)
(415) 543-6222

IHSS Public Authority & Central Registry (Autoridad Pública y Registro Central de IHSS)
(415) 243-4477

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email: sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS
HOJA DE SUPERVIVENCIA # 11
CÓMO PRESENTAR UNA QUEJA SOBRE LOS SERVICIOS
MÉDICOS

El objetivo de esta hoja es ayudar a los consumidores de servicios médicos a presentar en forma efectiva sus quejas a las personas y organizaciones que pueden resolver sus problemas. Siéntase orgulloso de sus quejas. Sus quejas pueden ayudar a mejorar las cosas para otros.

El procedimiento para iniciar una queja depende en parte del proveedor de su seguro médico.

➤ **¿Como me quejo de Medicare y Administradoras de Seguros de Salud (Health Maintenance Organization- HMO en inglés)?**

Todo beneficiario de Medicare tiene derecho a:

- Todos los servicios que le corresponde a través de Medicare.
- Recibir el cuidado de salud apropiado para su condición.
- Tener acceso a cuidado médico cuando lo necesite.
- Recibir cuidado médico de buena calidad.
- Ser dado de alta sólo cuando esté médicamente apto para abandonar el hospital.

Si le niegan sus derechos, pídale a su médico y al HMO que resuelvan el problema. Si el HMO no lo resuelve, presente su queja a LIVANTA. LIVANTA es responsable por defender a los beneficiarios de Medicare y sin costo alguno para usted. Llame a la línea de asistencia de LIVANTA para Información y Asistencia para la Salud (Health Information and Assistance Helpline) al 877-588-1123, TDD (800) 881-5980. También puede presentar quejas en el Departamento de Administración del Cuidado de la Salud de California (California Department of Managed Health Care) al (888) HMO-2219 o TDD (877) 688-9891. También puede ponerse en contacto con la Oficina de California para Protección al Paciente (California Office of the Patient Advocate) al (866) HMO-8900

Los asesores del Programa de Consejería y Abogacía de Seguros de Salud (Health Insurance Counseling and Advocacy Program - HICAP) pueden ayudarle con sus quejas. HICAP provee servicios gratuitos orientados a la ayuda de personas mayores con problemas relacionados con Medicare, selección de pólizas médicas complementarias adecuadas, demandas al seguro médico, facturas y provisión para el cuidado a largo plazo. HICAP también le puede ayudar si usted cree que le

han negado injustamente un pedido o si tiene alguna queja sobre los servicios de un proveedor médico o aparatos de ayuda médica, tal como sillas de ruedas. El número de HICAP es (800) 434-0222.

Las personas mayores pueden obtener asistencia legal o recomendaciones de Asistencia Legal para Personas Mayores (Legal Assistance to the Elderly) llamando al (415) 538-3333 o a Ayuda Legal (Bay Area Legal Aid) al (415) 354-6360. Los consumidores que presentan quejas de buena fe acerca de la calidad inapropiada del cuidado prestado por un proveedor o una dependencia serán protegidas contra acciones y/o represalias legales.

➤ **¿Como me quejo de Compañías de Seguro Médico?**

El Departamento de Seguros de California (California Department of Insurance) revisa y aprueba la estructura corporativa, amplitud de beneficios, sistemas de prestación médica, viabilidad financiera y documentación del consumidor para indemnización o cuota por los planes de servicios médicos. El Departamento de Administración del Cuidado de la Salud (Department of Managed Health Care) regula los planes pre-pagos, sobretodo los HMO y las organizaciones de Blue Cross/Blue Shield. Esto incluye el 94% de los planes médicos de California.

Las quejas de los consumidores con respecto a un HMO (mencionado anteriormente), o algunas Organizaciones de Proveedores Preferidos (Preferred Provider Organizations-PPO's) deben realizarse directamente a el Departamento de Corporaciones de los Servicios al Consumidor de HMO (Department of Corporations HMO Consumer Services) al (800) 927-0815 o a la Administración Financiera del Cuidado de la Salud (Health Care Financing Administration - HCFA) al (415) 744-3617.

El Departamento de Seguros regula a los aseguradores de California que ofrecen el Seguro Complementario de Medicare (Medicare Supplemental Insurance). Para obtener asistencia con violaciones al código de seguros llame a la línea directa del Departamento de Información y Asistencia de Seguros (Department of Insurance Information and Assistance) al (800) 927-4357.

➤ **Como apelo las denegaciones de Medi-Cal**

Medi-Cal es un programa estatal y federal que cubre los costos del cuidado médico para las personas de escasos recursos. Usted puede tener derecho a este programa si satisface algunos de los criterios de las personas con cobertura de Medi-Cal. Éstas incluyen personas de 65 años de edad o mayor, de 21 años de edad o menor, si esta ciego/a, discapacitado/a, embarazada o son padres de familia que cumple o puede cumplir con los requisitos para recibir Asistencia

Temporal para Familias Necesitadas (Temporal Assistance for Needy Families-TANF).

El Departamento de Servicios para la Salud de California (California Department of Health Services) administra Medi-Cal. Para aplicar presente una solicitud en el Departamento de Servicios Sociales de su condado. En San Francisco debe aplicar al Departamento de Servicios Humanos (Department of Human Services), ubicado en 1440 Harrison Street. Esta oficina debe decidir su elegibilidad en un plazo de 45 días (o hasta 90 días, salvo en circunstancias muy limitadas, si hay un problema de discapacidad). Si se aprueba su pedido, sus beneficios son retroactivos a la fecha de su solicitud y lo mismo si tiene facturas médicas de antes de la fecha en que presentó su solicitud y hasta 90 días antes de la fecha de la solicitud. Si quiere que le cubran gastos anteriores a la fecha de solicitud, no se olvide de mencionarlo en la solicitud en la sección donde le preguntan si tiene facturas médicas que no ha pagado.

Si le niegan Medi-Cal, tiene 90 días para apelar. Para su apelación puede conseguir asistencia legal. Para obtener información sobre asistencia legal con reclamos de Medi-Cal, llame a Ayuda Legal (Bay Area Legal Aid) al (415) 354-6360 o Asistencia Legal para Personas Mayores (Legal Assistance for the Elderly) al (415) 538-3333.

➤ **¿Como denuncio sospechas de fraude de Medicare?**

Asegúrese de examinar cuidadosamente su factura para verificar que los servicios que aparecen apuntados son servicios que usted ha recibido. Sea cuidadoso con su número de Medicare y no se lo dé a nadie. Si piensa que hay algo por lo que Medicare no debería haber pagado, llame al número 800 que figura en la parte inferior del aviso de pago de Medicare. También puede llamar a la línea directa de la Oficina de Fraude y Abuso de Personas Mayores de Medi-Cal (Bureau of Medi-Cal Fraud and Elder Abuse) al (800) 722-0432 ó a HICAP al (800) 434-0222.

➤ **¿Cómo me quejo de algún médico en particular?**

El primer paso que debe tomar es discutir la queja con el médico en cuestión. Si no puede resolver el problema, póngase en contacto con la Unidad Central de Quejas del Consejo Médico de California (Central Complaint Unit of the Medical Board of California) llamando al (800) 633-3222. Para informarse si alguien más ha presentado una queja contra un médico específico, llame al Consejo Médico estatal al (916) 263-2382.

Si tiene dudas sobre la calidad de su cuidado médico, LIVANTA evaluará sus dudas y revisará el cuidado médico que usted ha recibido.

Para obtener información sobre proveedores de Medicare, puede llamar a LIVANTA, al 877-588-1123 o TDD (800) 881-5980.

➤ **¿Cómo me quejo del cuidado recibido en un hospital específico?**

Si usted siente que no ha recibido el cuidado adecuado y que ha sido tratado injustamente en el hospital y que su médico o enfermera no puede resolver el problema, presente la queja ante las autoridades del hospital. Algunos hospitales tienen personal especial que representa los derechos del paciente y podría ayudarle. Si no está satisfecho con la respuesta del hospital, presente una queja. Presente su caso por escrito tratando de ser lo más claro posible. Documentelo con información de su propio expediente y del expediente oficial del hospital.

Para presentar una queja sobre el cuidado recibido en un hospital, puede ponerse en contacto con:

El Departamento de Salud de California, División de Licencia y Certificación (California Department of Health Services, Licensing and Certification Division) al (916) 445-2070 o la Comisión Conjunta para Autorización de Organizaciones de Cuidado Médico (Joint Commission on Accreditation of Healthcare Organizations) al (630) 916-5800 y 1 Renaissance Blvd., Oakbrook, IL 60181.

Si usted recibe cuidado en un hospital a través de Medicare, puede presentar sus quejas cuestionando la calidad del servicio recibido poniéndose en contacto con LIVANTA al 877-588-1123.

Si una dependencia le informa que Medicare no cubre más su asistencia médica y que está listo para ser dado de alta, pero usted cree que todavía necesita cuidado médico, primero hable con el médico sobre su condición y necesidades de cuidado médico. Si eso no resuelve el problema, solicite que la dependencia expida un aviso por escrito de beneficios sin cobertura. También puede llamar a LIVANTA al 877-588-1123 y pedirles que revisen su caso. Si usted opta por apelar esa alta, debe hacerlo antes del mediodía del día siguiente que recibió su aviso de no cobertura (non-coverage notice).

➤ **¿Cómo me quejo de cuidado a largo plazo?**

Si usted vive en un hogar de ancianos o un lugar de cuidado a largo plazo, puede ponerse en contacto con el Programa de Servicios de Mediador para Cuidado a Largo Plazo de San Francisco (San Francisco Long-term Care Ombudsman Services Program) para presentar quejas tales como problemas dietéticos, problemas con visitas, ser dado de alta antes de tiempo, y pérdida o robo de artículos personales. En este programa, voluntarios capacitados investigan y resuelven quejas relacionadas con cuidado de residentes en dependencias de

cuidado a largo plazo. Usted puede llamar al Programa de Mediador (Ombudsman Program) al (415) 751-9788. Sus oficinas se encuentran en 6221 Geary Blvd. 3r piso, San Francisco, CA 94121

➤ **¿Cómo me quejo de Cuidado de Salud Mental?**

Para presentar quejas y resolver problemas relacionados con servicios locales de salud mental, póngase en contacto primero con el Director de su clínica local. Si el problema no se resuelve después de haber contactado la clínica local, llame a la oficina de Relaciones al Consumidor del Plan de Salud Mental de San Francisco (San Francisco Mental Health Plan's Consumer Relations) al (415) 255-3433. Si presenta una queja, ya sea con la clínica o el Plan, debe recibir una respuesta por escrito al término de treinta días.

El gobierno federal financia programas de Protección de Individuos con Discapacidad en todos los estados. Estos programas ofrecen recomendaciones e información sobre los derechos de las personas con discapacidades mentales y de desarrollo, responden a las preguntas sobre discriminación de vivienda o empleo, y se hace cargo de las quejas sobre abuso o negligencia en los lugares de cuidado de la salud mental.

El programa del estado de California para Derechos de Discapacidad se llama Derechos de Discapacidad California. Los puede encontrar al (800) 776-5746. Para obtener servicios en el Condado de San Francisco, también puede llamar a Defensores de Derechos de Clientes de Salud Mental (Mental Health Clients Rights Advocates), al (415) 552-8100 o (800) 729-7727.

➤ **¿Cómo puedo obtener mi expediente médico?**

La información que figura en sus expedientes médicos le pertenece. La mayoría de los pacientes en California tiene derecho al acceso ilimitado a sus expedientes médicos en posesión de su médico u hospital.

Para más información sobre cómo obtener su expediente médico consulte *Expedientes Médicos: Cómo obtenerlos (Medical Records: Getting Tours)*, publicado por Public Citizen. Este libro le dice por qué usted debe tener una copia de su expediente médico, cómo obtenerlo y cómo entender la información que contiene. Para ordenarlo envíe un cheque de \$12.50 (\$10.00 más 2.50 por envío y entrega) a Public Citizen, Publications Department, 2000 P Street, NW, Washington, DC 20036. También puede ordenarlo llamando a Public Citizen al (202) 588-1000.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103. Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS
HOJA DE SOBREVIVENCIA # 12
“SERVICIOS ADMINISTRADOS” DE MEDI-CAL

➤ **¿Si tengo Medi-Cal qué significa “Servicios Administrados” para mí?**

Servicios Administrados (Managed Care) es el nombre de una forma de pago del cuidado médico y los servicios de salud suministrados. En el pasado, los médicos recibían el pago generalmente después de cuidar al paciente. Bajo Servicios Administrados, ellos reciben una suma anticipada de dinero y deben proveer todos los servicios cubiertos por el seguro sin gastar más que esa cantidad asignada. Esto crea un incentivo para limitar el acceso del paciente a servicios.

En 2012, las personas mayores con Medicare y Medi-Cal van a necesitar a elegir formar parte del plan de salud de San Francisco o Blue Cross, que son los planes de salud de servicios administrados de Medi-Cal,.

Para decidir entre estos dos planes, tenga en cuenta las importantes consideraciones siguientes:

¿Pertenece su médico al plan?

¿Pertenece su hospital al plan?

¿Ofrece este plan especialistas para las necesidades del cuidado de su salud?

➤ **Planes de salud de Medicare**

Algunos planes de salud de Medicare, a menudo patrocinados por Organizaciones de Mantenimiento de la Salud (Health Maintenance Organizations-HMO's) pueden también ofrecerle a usted opciones para registrarse. Si tiene un médico regular que le gusta, asegúrese de que su médico pertenece a cualquiera de los planes que esté considerando. Si necesita ayuda para decidir qué plan es el mejor para usted, póngase en contacto con Programa de Consejería y Abogacía de Seguros de Salud (Health Insurance Counseling and Advocacy Program - HICAP) al [\(800\) 434-0222](tel:8004340222).

Nota: Los planes de salud probablemente se referirán a su médico como su "médico de cuidado primario" ("primary care physician").

Los servicios de cuidado a largo plazo no están cubiertos.

En la actualidad no hay ningún plan médico de servicios administrados que cubra los servicios de cuidado a largo plazo, salvo On Lok. Los planes de servicios administrados pagan por las visitas al médico, cuidado en la sala de emergencias, cuidado en el hospital y servicios relacionados. Ellos pagan mientras usted mejore de un episodio de enfermedad o accidente. Pero no pagan por servicio especializado de enfermería, cuidado diurno de la salud para adultos o servicios de cuidados en casa. Medi-Cal todavía paga por esos servicios.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email: sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL® ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS HOJA DE SOBREVIVENCIA # 13 LOS BASICOS DEL MEDICARE

➤ ¿Qué es Medicare?

Medicare es un programa de seguro médico financiado y administrado públicamente para personas mayores de 65 años de edad y que tienen 40 “trimestres de cobertura” basados en las deducciones de su sueldo. Las personas menores de 65, pueden calificar como beneficiarios de Seguro Social por una incapacidad y si tienen suficientes trimestres de cobertura.

Medicare consista de dos partes, Parte A y Parte B. Usted es elegible para la Parte A cuando se registra en Medicare. Esta parte no tiene ninguna prima. Pero debe aplicar para la Parte B y pagar una prima adicional (\$104.90 por mes en 2015). La Parte A cubre los costos de hospital, cuidado de hospicio y cuidado en su casa. La Parte B cubre las visitas al médico, pruebas y tratamientos ambulatorios. Medicare no paga por servicios de cuidado crónico en un hogar de ancianos ni medicamentos recetados, tampoco por programas de cuidado diurno de la salud para adultos.

Medicare no es un programa gratuito. No importa que versión de Medicare seleccione, siempre habrá algún costo, ya sea co-pagos, deducibles o co-seguro. Cuantos más servicios use, más costos deberá pagar de su bolsillo. Es por esa razón que muchas personas de bajos recursos con Medicare también tienen Medi-Cal, que paga esos costos. Existen también planes de seguro privados llamados “Medi-Gap” que cubren algunos de esos costos.

Usted puede optar por tener simplemente la Parte A o pagar una suma adicional y tener Parte A y B. Esto es lo que se conoce como *Medicare Tradicional (Traditional Medicare)*. Bajo ese programa Medicare paga cuando usted usa un servicio, visita un médico o va al hospital. Se lo llama frecuentemente “costo por servicio (fee for service)” porque así es la forma como funciona. El Medicare Tradicional provee la misma cobertura en todo el país y está disponible en cualquier lugar de los Estados Unidos.

Por una prima adicional, también puede optar por tener Parte A y Parte B, y enrolarse en el programa Medicare Advantage (Parte C). Ese es un programa de servicios administrados o HMO que proporciona un número adicional de servicios tales como prescripciones médicas, anteojos e incluso cuidado dental además de cubrir por hospital, visitas médicas y exámenes. Medicare Advantage

no está disponible en todas las partes del país. Cada condado en California puede tener compañías HMO diferentes y las primas pueden variar.

Los programas de Medicare Advantage generalmente limitan la elección de médicos. En el caso de Kaiser, sólo puede usar los médicos y hospitales de Kaiser. Los planes de Medicare Advantage pueden limitar la cobertura de medicamentos a las versiones “genéricas” exclusivamente, pero pueden ofrecer descuentos en medicamentos más caros.

➤ **¿Cómo escoger?**

Usted no tiene que ser parte de un plan de salud de servicios administrados en este momento, incluso si pertenece a Medi-Cal.

Si le gusta su médico y prefiere un hospital particular, asegúrese de que pertenecen al plan de salud que está considerando.

Si tiene necesidades médicas especiales, incluidos sus medicamentos, asegúrese de que estén cubiertos por el plan que elija.

Para obtener información y ayuda llame al programa de Consejería y Abogacía de Seguros de Salud (Health Insurance Counseling and Advocacy Program - HICAP) al 1-800-434-0222.

➤ **¿Cómo puedo presentar una queja?**

Puede obtener asesoramiento y ayuda legal en forma gratuita a través del programa de Consejería y Abogacía de Seguros de Salud (Health Insurance Counseling and Advocacy Program - HICAP). Llame al 1-800-434-0222 si necesita ayuda.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email: sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL® ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS HOJA DE SOBREVIVENCIA # 14 PÉRDIDA DE LA AUDICIÓN

➤ **Usted puede estar perdiendo audición si...**

Tiene que esforzarse para escuchar conversaciones normales

Tiene que mirar las caras de las otras personas con mucha atención para seguir lo que están diciendo

Necesita pedirle a la gente que repita lo que acaban de decir

Con frecuencia mal entiende lo que dice la gente

Sube el volumen de la TV o radio tan alto que otros se quejan

Siente que la gente está murmurando cuando habla con usted

Tiene infecciones de oído, mareos o un zumbido en los oídos

Se da cuenta que cuando habla por teléfono, escucha mejor con un oído que con el otro

➤ **¿Cómo puede saber si tiene pérdida de la audición?**

Usted debería ver a un especialista del oído (otológico) y a un audiólogo para que le realicen una evaluación completa. Es importante que guarde una copia del audiograma, que es el resultado del análisis auditivo. Para empezar, pídale a su médico/a o proveedor/a de salud una referencia para un médico del oído. Después de los 50 años de edad debe hacerse un análisis auditivo por año.

➤ **¿Cuáles son los diferentes tipos de pérdida de audición y qué los causa?**

Presbicusis es el problema auditivo más común en personas de edad avanzada. Es una pérdida auditiva progresiva relacionada con los cambios que ocurren en el oído interno. La disminución es lenta y los afectados pueden tener dificultad escuchando o entendiendo lo que otros dicen, o puede no soportar sonidos fuertes.

Tinitus es también común en personas de edad avanzada. Éstas pueden sentir como un zumbido, rugido o escuchar otros sonidos dentro de sus oídos. Eso puede causarlo cera en los oídos, una infección de oído, el uso de demasiada aspirina o de ciertos antibióticos, o un desorden en un nervio. Puede aparecer y desaparecer; o puede desaparecer del todo.

Pérdida de la audición conductiva ocurre en personas de edad avanzada cuando los sonidos que se conducen del tímpano del oído al oído interno quedan

bloqueados (por cera en el canal del oído, fluido en el oído medio, formación ósea anormal o una infección en el oído medio).

Pérdida de audición sensorineural ocurre cuando hay daño en alguna parte del oído interior o del nervio auditivo. El grado de la pérdida auditiva puede ser distinto en diferentes personas. A menudo la causa se desconoce, pero puede deberse a la exposición al ruido, defecto de nacimiento, lesión en la cabeza, tumores, enfermedades, ciertos medicamentos, deficiente circulación sanguínea, presión sanguínea alta o embolia.

➤ **¿Qué clase de dispositivos existen para asistir a personas que sufren de pérdida de audición?**

Audífonos: Es un pequeño dispositivo que entra dentro del oído y aumenta el volumen del sonido. Se los debe adaptar a su pérdida de audición particular y a sus oídos. Los profesionales capacitados para evaluar la audición y adaptar los audífonos se llaman audiólogos. Es importante que usted consulte a un audiólogo con licencia para que le asesore sobre el audífono más adecuado para usted.

Teléfono especial: Si tiene dificultad para escuchar con un teléfono regular, es posible que pueda obtener un teléfono especial que aumente el volumen de los sonidos. Si un doctor en audiología firma un formulario de certificación, usted puede ser elegible para recibir un equipo especial de teléfono sin cargo alguno del programa de Acceso Telefónico de California (California Telephone Access Program). Puede ponerse en contacto con el Centro de Habla y Audición del Norte de California (Hearing and Speech Center of Northern California) y hacer una cita para probar los teléfonos disponibles de CTAP. 1 (800) 806-1191

Dispositivos de alerta: si tiene dificultad para escuchar ciertos sonidos en su hogar, se pueden instalar luces intermitentes, campanas o vibradores de sonido fuerte para ayudarlo. Póngase en contacto con Centro de Audición y Habla de California del Norte (Hearing and Speech Center of Northern California) para encontrar los recursos que brinda la tecnología para asistencia auditiva y los dispositivos de alerta.

Dispositivos para escuchar en lugares públicos: Algunos teatros, salas de concierto, salas de juntas, iglesias y sinagogas están equipados con un sistema de audición, que puede llevar el sonido del orador directamente a la persona que usa un audífono receptor. Cuando asista a un evento grupal, pregunte si hay un sistema disponible y cómo puede conseguir un audífono. Muchos lugares están obligados por ley a proveer esa asistencia si se les solicita. Si no está seguro/a si el establecimiento tiene o no un sistema instalado, es importante que haga el pedido con anticipación.

Comunicadores Personales: con la comunicación uno a uno, estos amplificadores de mano pueden hacer que el habla sea más fácil de comprender.

Dispositivos para escuchar la TV: Le permiten amplificar el sonido de su televisor sin molestar la comodidad auditiva de los que estén a su alrededor.

Para encontrar qué es lo mejor para usted, consulte con un audiólogo o póngase en contacto con el Centro de Audición y Habla de California del Norte (Hearing and Speech Center of Northern California)

➤ **¿Qué debe pedirle a las personas para que le ayuden si tiene pérdida de la audición?**

Póngase en una posición que le permita ver claramente la cara de la otra persona. Mire la cara, labios y gestos de la persona que habla, para tener idea de lo que dice.

Relájese, no se esfuerce por escuchar cada palabra.

Dígale a los demás que no escucha bien y qué pueden hacer para ayudarle: hablarle directamente, hablarle claramente, un poco más lento que de costumbre y no gritar.

Si no alcanza a escuchar parte de lo que se dijo, repita lo que sí escuchó y pídale al que habló que repita o diga lo que le falta con palabras diferentes.

En juntas y conferencias, siéntese en el frente de la sala.

Reduzca o aléjese del ruido de fondo tanto como le sea posible cuando esté conversando.

En un restaurante, siéntese en butacas o contra la pared cuando le sea posible. Vaya al restaurante temprano cuando no hay tanta gente.

➤ **Recursos para personas con pérdida de audición.**

Centro de Audición y Habla de California del Norte (Hearing and Speech Center of Northern California) ofrece muchos servicios que incluyen asesoramiento, audiología, entrenamiento para el habla y lenguaje y educación para niños y familias que sufren el impacto de la pérdida de la audición, demostraciones de dispositivos de asistencia, programas y asesoramiento para personas de edad avanzada, sus familias y proveedores de cuidado, y recomendaciones a otros recursos. En 1234 Divisadero Street, San Francisco, CA 94115. Voz 921-7658

TTY 921-8990, de lunes a viernes de 9:00 AM hasta el mediodía y de 1:00 PM a 5:00 PM.

Centro de Servicios para Sordos de la Biblioteca Pública de San Francisco (Services Center of the San Francisco Public Library) en la Biblioteca Principal proporciona información y servicios de referencia, TTY y teléfonos, videos, dispositivos de asistencia para audición, intérpretes o servicios de subtítulos en tiempo real. Ubicada en el Centro Cívico (Civic Center). Llame durante el horario en que está abierta la biblioteca al 557-4433 TTY o 557-4434, de martes a jueves de 11am a 7pm, viernes y sábado del mediodía a 6pm.

Programa de Acceso Telefónico de California se encuentra en dentro el *Centro de Audición y Habla de California del Norte (Hearing and Speech Center of Northern California)*

1234 Divisadero St. San Francisco, CA 94115

Tel: (800) 806-1191

Horario: 1, 2, y 3 Viernes de cada mes, de 9 a mediodía y 1-3 en la tarde, excluyendo los festivales.

Programa de perros para sordos de San Francisco (Hearing Dog Program of San Francisco – SPCA) Cualquier persona con una pérdida de audición muy severa, que vive en California y es por lo menos 18 años de edad puede ser elegible para recibir un Perro escucha (Hearing Dog). Para más información sobre este programa, llame al (415) 554-3020 Voz, (415) 554-3022 TTY.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS

HOJA DE SUPERVIVENCIA # 15

ACCESO A LA TECNOLOGÍA DE ASISTENCIA

➤ **¿Qué es tecnología de asistencia?**

Se llama “tecnología de asistencia” (AT por sus siglas en inglés) a todo dispositivo o equipo que permite que una persona con discapacidad viva más independiente, incluye tanto dispositivos de “alta tecnología” como de “baja tecnología”. Sillas de ruedas, andadores, magnificadores de texto, teléfonos especiales y dispositivos electrónicos de comunicación son ejemplos comunes de AT. Algunos de los programas del gobierno compran AT para personas con discapacidades. Medicare y Medi-Cal proveerán AT si consideran que es una necesidad médica. Eso incluye equipo tal como silla de ruedas, barras de apoyo, miembros artificiales y dispositivos de “comunicación alternativa y aumentativa” (alternative and augmentative communication- AAC en inglés) o computadoras parlantes.

➤ **¿Quién tiene derecho a esto?**

Personas de mayor edad y discapacitadas que tienen sólo Medicare están cubiertas para algunos de estos dispositivos. Para recibir el pago, deben obtener documentación correcta del médico justificando la necesidad del mismo y la falta de una alternativa más barata. Es también buena idea obtener un informe o carta de alguno de los terapeutas que trabajan con la persona.

Todas las personas mayores y con discapacidades que tienen sólo Medi-Cal pueden estar cubiertos para obtener tecnología de asistencia que se considere Equipo Médico Durable (Durable Medical Equipment- DME). DME es el término que utiliza Medi-Cal para referirse a los AT que están cubiertos. También Medi-Cal requiere que un médico prescriba el equipo y que explique y documente la necesidad del equipo. Para casi toda la tecnología, su doctor o proveedor médico debe presentar una solicitud llamada Petición de Autorización para Tratamiento (Treatment Authorization Request- TAR). Medi-Cal tiene hasta 30 días desde que recibe su TAR para aprobar, negar o postergar su TAR. Si no recibe notificación de Medi-Cal antes de los 30 días, su solicitud de TAR se considera autorizada. Medi-Cal puede deferir después de recibir su TAR y demorar por más de 30 días la autorización o negación de su TAR. Pedidos de dispositivos que cuestan más de \$100 pueden tomar tiempo adicional.

Si una persona tiene ambos, Medicare y Medi-Cal, existe un proceso especial de autorización que se debe observar en California. La persona aplica a Medi-Cal. Se supone que Medi-Cal determina si el dispositivo es uno de los incluidos dentro de sus beneficios. Si lo es, Medi-Cal debe autorizar el pago. El proveedor que vende el dispositivo pide el pago a Medicare primero y luego recurre a Medi-Cal para que cubra la suma restante que Medicare no cubre. Este proceso demora a veces

tiempo adicional pero la persona debe recibir el dispositivo sin que le cueste más que si tuviese Medi-Cal únicamente.

Si la persona tiene seguro privado, incluyendo Medicare HMO y Medi-Gap, algunos de esos planes pueden incluir AT. Cada compañía de seguros tiene sus propios criterios con respecto a lo que proveen. Trabajar con proveedores individuales puede facilitar el proceso.

➤ **¿Cómo es posible reunir los requisitos?**

Medicare y/o Medi-Cal solamente pagarán por servicios y equipo que encuentren dentro de lo que es “razonable y necesario”. Su médico debe describir claramente por qué necesita usted el AT que ha pedido. La mayoría de los equipos se conseguirán a través de un proveedor de equipo médico durable. Lo mejor es trabajar con una compañía que tiene experiencia en facturar a Medicare y/o Medi-Cal. A menudo, es útil que el proveedor también escriba un informe que describe el equipo pedido, cómo el consumidor se beneficiará con su uso y explicando que es el equipo más barato que satisface las necesidades del consumidor.

➤ **¿Qué clase de equipo es provisto?**

Cuando Medicare cubre los dispositivos de tecnología de asistencia y servicios, es generalmente bajo Parte B (servicios para pacientes ambulatorios). Los servicios de Parte B incluyen (entre otros):

Servicios completos en unidades de rehabilitación para pacientes ambulatorios
Terapia física y ocupacional
Servicios de patología del habla
Dispositivos prostéticos
equipo médico durable

Medicare y Medi-Cal ambos proveerán el equipo siguiente:

- Respiradores, otros aparatos que ayudan con la respiración y carpas de oxígeno
- Camas de hospital
- Sillas de ruedas incluyendo las sillas personalizadas con motor
- Muletas, bastones, barras de trapecio o andadores
- Inhaladores y nebulizadores
- Inodoros especiales
- Máquinas de succión
- Equipo de tracción
- Marcapasos para el corazón
- Bombas de infusión
- Bañeras de hidromasaje
- Tiras para hacer pruebas de sangre y controlar la glucosa en sangre (si es diabético)
- Prótesis (miembros artificiales)
- Dispositivos de comunicación alternativa y aumentativa (AAC)

➤ ¿Cuánto cuesta?

Medicare

Tiene un deducible de \$147 por año para equipo provisto a través de los servicios ambulatorios (Parte B). Se satisface el deducible solamente pagando costos permitidos por Medicare. Además, usted debe pagar un 20% de co-pago en la mayoría de los servicios y dispositivos que se proveen bajo Parte B. Si tiene Medi-Cal, es posible que le ayuden a pagar esos costos.

Muy probablemente los médicos y proveedores del equipo le cobrarán más que el precio estipulado por Medicare. El paciente deberá pagar cualquier suma superior a la cantidad permitida por Medicare, más el 20% de esa suma como co-pago. En realidad, eso puede ser muchísimo dinero. Algunos proveedores han aceptado proveer los servicios y equipos por el básico asignado. Eso significa que el proveedor acepta limitar sus precios a la cantidad permitida por Medicare. (De la cantidad permitida Medicare pagará el 80% y usted el 20%). Muchos proveedores no aceptan proporcionar el equipo por el básico asignado pero vale la pena tratar de encontrar uno que si lo haga.

Si tiene ambos Medicare y Medi-Cal, Medi-Cal es responsable de pagar la cantidad que está por encima del precio que permite Medicare.

Medicare y Medi-Cal tienen distintas reglas en lo concerniente a si alquilarán o comprarán el equipo.

Medi-Cal

Muchas personas que cumplen los requisitos para Medi-Cal recibirán el equipo necesario **sin necesidad de pagar nada de su bolsillo**. Algunos, a causa de sus ingresos, cumplen los requisitos para Medi-Cal pero comparten parte del costo. Ellos deben pagar su parte del costo cada mes antes de que Medi-Cal pague el resto de los costos médicos. Pero pueden satisfacer su parte del pago haciendo un gasto médico legítimo de valor equivalente (incluso por servicios o equipo que de otra forma Medi-Cal no pagaría). La cantidad de la parte del costo varía dependiendo del ingreso de la persona.

➤ ¿Qué sucede si me rechazan el pedido?

Si bien el proceso para obtener tecnología para asistencia debería ser simple, la mayoría de las veces no lo es. Tanto Medicare como Medi-Cal niegan algunos pedidos de equipo, especialmente la primera solicitud. Pero a menudo es posible conseguir que aprueben un pedido que inicialmente fue negado si se proporciona más información sobre la necesidad del dispositivo. Es importante conseguir ayuda y apoyo de individuos u organizaciones que han tenido éxito para obtener tecnología para asistencia. Se listan a continuación algunas organizaciones que pueden ayudarle.

Disability Rights California
San Francisco Bay Area Office:
1330 Broadway, Suite 500
Oakland, CA 94621

Tel: (510) 267-1200

Sin cargo/TTY: (800) 649-0154 (podrán asistirle en varios idiomas)

Assistive Technology Project: (916) 488-9950

www.disabilityrightsca.org

Disability Rights California tiene publicaciones que cubren el derecho a recibir tecnología para asistencia de varias agencias incluyendo a Medicare y Medi-Cal y puede proporcionar información y asistencia en casos individuales.

Centro de Recursos para la Vida Independiente en San Francisco
(Independent Living Resource Center de San Francisco - ILRC)

825 Howard St.

San Francisco, CA 94103

Tel: (415) 543-6222

Tel en español: (415) 543-6743

Tel en chino: (415) 543-6768

TTY: (415) 543-6768

ILRC proporciona información y asistencia a residentes de San Francisco de todas las edades e incapacidades.

Asesoramiento Legal en el Área de la Bahía (Bay Area Legal Aid)

1035 Market Street, 6th Street San Francisco, CA 94103

Tel: (415) 982-1300 (podrán asistirle en español, chino, vietnamés, tagalogo y ruso).

Bay Area Legal Aid proporciona información y asistencia, especialmente a consumidores de Medi-Cal o aquellos que no tienen ningún tipo de cobertura médica.

Programa de Consejería y Abogacía para Seguros de Salud
Health Insurance Counseling and advocacy Program (HICAP)

Programa de consejo y abogacía para cobertura medica

Tel: (800) 434-0222 (podrán asistirle en español, mandarín y cantonés)

HICAP provee información y asistencia a ancianos y a consumidores de Medicare de todas las edades.

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior and Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS
HOJA DE SOBREVIVENCIA #16
PROGRAMA DE ASISTENCIA MONETARIA PARA
INMIGRANTES (CAPI)

Algunos inmigrantes que no son elegibles para recibir Ingreso Suplementario Federal de Seguro (Supplemental Security Income - SSI) quizás pueden recibir asistencia monetaria bajo el programa "CAPI". El programa es ahora permanente y está disponible para numerosos inmigrantes independientemente de cuando entraron a los EE.UU. Este documento explica el programa.

➤ **¿Qué es el programa CAPI?**

CAPI es un programa estatal que provee asistencia monetaria a algunos inmigrantes de edad avanzada o inmigrantes incapacitados que, por ciertos cambios en la ley, no son elegibles para recibir el SSI federal. Si usted recibe beneficios de SSI no es elegible para el programa CAPI.

➤ **¿Quién es elegible para el programa CAPI?**

Inmigrantes que no son elegibles para recibir SSI federal debido a su estado migratorio son elegibles para CAPI. Más específicamente, los siguientes inmigrantes son elegibles para recibir CAPI:

Adultos de edad avanzada (65 años o mayor) y personas con incapacidades que son inmigrantes "calificados"

Adultos de edad avanzada (65 años o mayor) y personas con incapacidades que son "residentes permanentes en los EE.UU. a Discreción Gubernamental" ("PRUCOL")

Además de esas calificaciones de inmigración, también deben satisfacer los mismos requisitos federales de SSI sobre ingresos y recursos. Por ejemplo, si usted gana menos de unos \$830 mensuales y tiene menos de \$2.000 en recursos (\$1408 y \$3.000 respectamente para una pareja), no incluida su vivienda, posiblemente un automóvil y posesiones en la casa, usted satisface los requisitos federales de elegibilidad de SSI.

➤ **¿Quién es un inmigrante "calificado"?**

Los inmigrantes calificados incluyen: residentes permanentes legales, refugiados, asilados, personas que permanecen en el país y no pueden ser deportados,

entrada condicional, en libertad bajo palabra en los EE.UU. por lo menos por un año, personas que provienen de Cuba/Haití y algunos cónyuges y niños víctimas de violencia doméstica

➤ **¿Quién es un inmigrante PRUCOL?**

PRUCOL son las siglas en inglés de "permanently residing under color of law." PRUCOL es un término que generalmente describe inmigrantes cuya residencia es a discreción gubernamental, o sea que el ICE sabe que están en los Estados Unidos, pero ICE no los va a deportar ni echar.

➤ **Si entré a los EE.UU. después del 22 de agosto de 1996. ¿Puedo recibir CAPI?**

Los inmigrantes pueden recibir CAPI independientemente de la fecha en que entraron a los EE.UU. CAPI es ahora un programa permanente para todos los inmigrantes elegibles. Sin embargo, si un patrocinador firmó un formulario de Declaración de Sustento cuando usted entró a los EE.UU., puede tener más dificultad para calificar para este programa, debido a las reglas de "consideración".

➤ **Si soy un residente permanente legal. ¿Será el ingreso de mi patrocinador agregado al mío ("considerado") cuando aplique por CAPI?**

Si su patrocinador firmó una "declaración jurada de sustento" cuando usted ingresó a los EE.UU. se pueden agregar el ingreso y recursos de su patrocinador a los suyos para determinar su elegibilidad para recibir beneficios. Esta regla de "consideración" hace que el ingreso de muchos inmigrantes sea demasiado alto para calificar para CAPI. Usted podrá recibir CAPI si el ingreso de su patrocinador es muy bajo, o si satisface una de las excepciones de consideración (descriptas abajo). Esta regla no se aplica a refugiados, asilados, aquellos en libertad bajo palabra, cónyuges abusados que han completado una petición para sí mismos, o ciertos tipos de inmigrantes que no requieren un patrocinador.

➤ **Si recientemente he recibido la residencia permanente legal. ¿Por cuánto tiempo se me aplicarán las reglas de "consideración"?**

Si usted ingresó a los EE.UU. *el 22 de agosto de 1996 o después*, el ingreso de su patrocinador será agregado al suyo por 10 años a partir de la fecha en que recibió la residencia permanente legal. Los 10 años se aplican independientemente del tipo de declaración jurada de sustento que firmó el patrocinador. Pero, si su patrocinador tiene una incapacidad y firmó una declaración jurada de sustento tradicional (formulario I-134 de ICE), el período de consideración es 3 años.

➤ **Si ingresé a los EE.UU. antes del 22 de agosto de 1996. ¿Las reglas de "consideración" me son aplicables?**

En la mayoría de los casos el período de consideración, ya ha vencido. Si su patrocinador firmó una "declaración jurada de sustento" tradicional (formulario I-134 de INS), el ingreso del patrocinador será agregado por 3 años a partir de la fecha en que recibió la residencia permanente legal. Pero, si su patrocinador firmó una "nueva" declaración jurada de sustento (formulario I-864 de ICE), el período de consideración es 10 años.

➤ **¿Cuáles son las excepciones de las reglas de consideración?**

Las excepciones de las reglas de consideración del patrocinador en CAPRI dependen del tipo de declaración jurada de sustento que firmó el patrocinador. Si su patrocinador firmó una declaración jurada de sustento "tradicional" (formulario I-134 de INS), entonces las reglas de consideración no se aplican si usted sufre una incapacidad después de ingresar en los EE.UU., o si es una víctima de violencia doméstica. Si su patrocinador firmó una "nueva" declaración jurada de sustento (formulario I-864 de INS), entonces las reglas de consideración no se aplican si usted se va a quedar sin vivienda y alimentos sin asistencia, o si es una víctima de violencia doméstica. La excepción de consideración por estar "sin vivienda o alimentos" se asigna sólo por períodos de 12 meses por vez.

➤ **¿Cómo decide CAPI si me quedaré sin hogar o comida sin asistencia?**

La Administración de Seguro Social provee directrices con respecto a esa pregunta. Dice que los inmigrantes satisfacen la excepción de "sin alimentos o vivienda" para la regla de consideración si el ingreso que reciben actualmente es menos de \$623 por mes o \$934 para una pareja (tasas de beneficio federal de SSI). Esta excepción no se aplica si el inmigrante recibe pensión completa. Las agencias en California deben seguir esas directrices, pero pueden no saberlo. Si usted cree que esa es su situación, pero tiene dificultades para recibir los beneficios de CAPI, llame a la oficina de asesoramiento legal o a alguna de las agencias que figuran al final de este documento.

➤ **¿Si solicito CAPI, también seré elegible para recibir Medi-Cal o cupones de alimentos?**

Inmigrantes que son elegibles para recibir CAPI pueden ser elegibles para recibir Medi-Cal y/o cupones de alimentos. Asegúrese de pedirle ayuda a su trabajador de elegibilidad para aplicar por Medi-Cal y cupones de alimentos al mismo tiempo que aplica por CAPI.

➤ **Si recibo ahora Asistencia General /Ayuda General. ¿Podré recibir CAPI?**

Si usted recibe GA/GR, puede ser elegible para recibir en su lugar CAPI. Esto significa que recibirá más asistencia monetaria por mes. Si su trabajador de elegibilidad no se ha contactado aún con usted, debe llamar al departamento de Servicios Sociales del condado (welfare department) ya mismo y preguntar qué debe hacer para aplicar por el programa CAPI.

➤ **¿Cuánto dinero recibiré?**

Depende de su situación. Generalmente, si vive solo, será elegible para recibir \$840 por mes (\$1482 para una pareja). Los pagos para personas ciegas son más altos. Los recipientes de CAPI reciben \$10 menos por un individuo y \$20 menos por pareja de lo que pagarían los beneficios federales SSI (incluidos los pagos suplementarios del estado o SSP).

➤ **¿Cómo aplico?**

Puede aplicar por el programa de CAPI en el departamento de Servicios Sociales de su condado. Algunos condados aceptan aplicaciones por teléfono y enviarán un trabajador de inscripción a su casa si tiene dificultad para salir de su casa. Otros condados aceptan aplicaciones por correo. Es posible que tenga que mostrar prueba de que ha aplicado por SSI para poder completar su aplicación a CAPI; pero, puede aplicar a ambos programas el mismo día. Averigüe en su condado. Sus beneficios comenzarán a partir del mes siguiente a la aplicación o de cuando trató de aplicar por CAPI, por eso debe aplicar lo más pronto posible. Asegúrese de que recibe un recibo escrito que muestra la fecha cuando aplicó o trató de aplicar por CAPI.

➤ **¿Tengo que aplicar a SSI antes de poder recibir CAPI?**

Sí, salvo que se encuentre en una de las situaciones siguientes:

El condado donde aplicó ya ha determinado que usted es un “inmigrante no calificado” bajo la “welfare law” de 1996 y no es elegible para recibir SSI;

Ya tiene una aplicación pendiente para SSI;

Tiene una carta informal de rechazo de Servicios Sociales, emitida después de agosto de 1998 y dentro de los 6 meses de su aplicación por CAPI, diciendo que no es elegible para SSI debido a su estado inmigratorio; o

Tiene una carta informal de SSA emitida después del 1º de agosto de 1998, y dentro de los 6 meses de su aplicación por CAPI, diciendo que no es elegible para SSI debido a su estado inmigratorio.

Nota importante: Si le cancelaron CAPI porque no recibió la notificación para ir a SSA, llame a su oficina de asesoramiento legal local o a alguno de los números que figuran más abajo.

➤ **Si ahora recibo beneficios de SSI. ¿Qué me sucederá?**

Si usted está recibiendo ahora los beneficios de SSI, nada cambiará. No recibirá beneficios nuevos ni perderá ninguno de sus beneficios.

➤ **Ya apliqué por los beneficios de SSI pero aún no he recibido nada. ¿Puedo aplicar para recibir CAPI?**

Si usted es un inmigrante de edad avanzada que ya aplicó para recibir los beneficios federales de SSI y está esperando la decisión de la Administración de Seguro Social (SSA), es posible que pueda recibir beneficios de CAPI mientras espera esa decisión. Algunas personas esperan hasta un año para saber si son elegibles para SSI. Llame al departamento de Servicios Sociales de su condado para aplicar por los beneficios de CAPI.

➤ **Si apliqué por SSI y me lo negaron. ¿Puedo recibir CAPI?**

Si le negaron los beneficios de SSI por su situación inmigratoria puede ser que sea elegible para recibir los beneficios de CAPI. Pero, si su aplicación por SSI fue rechazada por otra razón, como por ejemplo, porque sus ingresos son demasiado altos, es posible que no sea elegible para CAPI. Llame al departamento de Servicios Sociales de su condado para obtener más detalles.

➤ **Ya apliqué por CAPI pero estoy esperando mi cheque. ¿Cuándo empezaré a recibir beneficios?**

Si su aplicación por CAPI fue aprobada, debe empezar a recibir sus beneficios un mes después de haber aplicado o tratado de hacerlo. La cantidad de su primer cheque también debe ser retroactiva o sea debe incluir los beneficios desde el mes siguiente a la fecha en que aplicó por primera vez. Si tiene problemas para recibir su cheque o la cantidad correcta, llame a alguno de los números que figuran más abajo.

➤ **¿Recibir CAPI puede dañar mis posibilidades para ser un residente permanente?**

Cuando aplica para ser un residente permanente (obtener una green card) generalmente debe mostrarle al gobierno que no dependerá de los beneficios gubernamentales en el futuro. En ese caso, recibir beneficios de CAPI puede ser un problema, particularmente si usted depende de CAPI como su único sustento. Sin embargo, algunos beneficiarios de CAPI que aplican por la residencia permanente

no tendrán ese problema. Éstos incluyen refugiados, asilados, y personas que aplican por la residencia pero han estado viviendo en los EE.UU. desde antes de 1972. Si ya tiene una tarjeta verde (green card), recibir CAPI no es un problema salvo que viaje fuera de los EE.UU. por más de 180 días o más todos juntos de una vez.

➤ **¿Recibir CAPI puede dañar mis posibilidades para ser ciudadano?**

Si usted ya tiene su tarjeta de residencia (green card) y aplica por la ciudadanía de los EE.UU., recibir beneficios de CAPI no afectará negativamente sus posibilidades de conseguir la ciudadanía salvo que haya obtenido esos beneficios en forma fraudulenta. Por ejemplo, puede tener problemas para obtener la ciudadanía si intencionalmente le dijo al departamento de Servicios Sociales de su condado cuando aplicó para recibir CAPI que su ingreso es menor que lo que es en realidad.

➤ **¿A quién puedo llamar si tengo preguntas adicionales?**

Departamento de Servicios Humanos (Department of Human Services — CAPI)
1440 Harrison Street (entre 10th y 11th Streets), (415) 558-1978

Ayuda Legal para Bay Area (Bay Area Legal Aid)
1035 Market Street, piso 6, SF, CA 94103, (415) 982-1300

Línea de la Coalición del Norte de California de Asistencia para los Derechos de los Inmigrantes (Northern California Coalition for Immigrant Rights (NCCIR) Immigrant Assistance Line)

(415) 543-6767 para español / inglés, (415) 543-6769 para chino / inglés

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®
ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS
HOJA DE SOBREVIVENCIA # 17
ASISTENCIA MONETARIA LIGADA A MEDI-CAL (CALM)

➤ **¿Qué es Asistencia Monetaria ligada a Medi-Cal (CALM)?**

Al programa de asistencia general de San Francisco se lo ha convertido en cuatro programas separados diseñados para proveer asistencia monetaria a cuatro distintos segmentos de la población. Como resultado, muchas personas de edad avanzada de bajos recursos y personas con incapacidades permanentes que calificaban para asistencia general (GA) ahora reciben asistencia monetaria a través del programa llamado Asistencia Monetaria ligada a Medi-Cal (Cash Assistance Linked to Medi-Cal - CALM).

➤ **¿Quién es elegible?**

Para recibir CALM, la persona debe ser residente de San Francisco y recibir Medi-Cal para adultos de edad avanzada, ciegos o incapacitados. Sólo personas de 65 años o mayores o aquellos que el Departamento de Evaluación de Incapacidades de California (California Disability Evaluation Department) ha determinado que son incapacitados, pueden ser elegibles para este tipo de Medi-Cal.

Un individuo que recibe CALM puede tener hasta \$2.000 en bienes y un ingreso mensual que sea menor que el beneficio máximo de CALM (\$355 por mes para una persona sola). También debe ser ciudadano de los EE.UU. o inmigrante legal y tener un número de Seguro Social válido.

➤ **¿Cómo aplico?**

Para solicitar CALM, debe primero aplicar y ser elegible para Medi-Cal por su edad, ceguera o incapacidad. Se aceptan aplicaciones a Medi-Cal de lunes a viernes de 8-11 a.m. y de 1-3 p.m., en la oficina de Medi-Cal (1440 Harrison Street, entre 10th y 11th Streets).

Para obtener información general sobre Medi-Cal o CALM, llame al (415) 558-1978. Personas de edad avanzada, ciegos o con incapacidad que reciben actualmente Medi-Cal pueden llamar a su trabajador de Medi-Cal para obtener información sobre CALM.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior and Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL®

ESCUELA PRO-DERECHOS PARA ANCIANOS

HOJA DE SUPERVIVENCIA #18

PLANIFICACIÓN DEL ALTA HOSPITALARIA

➤ ¿Qué es la planificación del alta del hospital?

La planificación del alta hospitalaria es el proceso que tiene que realizar para estar preparado para dejar el hospital. El proceso puede ser largo o corto, dependiendo de la razón por la cual está en el hospital y de como han cambiado sus necesidades a consecuencia de su hospitalización. Los hospitales tienen personal cuya función es ayudarlo con esa planificación—cada hospital los llama de forma diferente, planificadores de alta, administradores del caso o trabajadores sociales.

➤ ¿En qué debo pensar antes de dejar el hospital?

Para estar seguro de que tendrá el cuidado que necesita cuando deje el hospital, lo siguiente es en lo que debe pensar mientras está hospitalizado.

Piense sobre lo que necesitará en su casa y si hay alguien en la casa que podrá asistirle con sus necesidades. Puede ser que necesite ayuda con:

- **Actividades:** ¿Deberá cambiar sus actividades diarias cuando regrese a su casa?
- **Escalones:** ¿Hay escalones para subir a su casa o para llegar al baño? ¿Hay escalones dentro de su casa?
- **Medicamentos:** ¿Tiene la información mas reciente que necesita sobre sus medicamentos?
- **Mandados:** ¿Cómo va ir al supermercado o a recoger sus medicamentos?
- **Transporte:** ¿Cómo llegará a su casa desde el hospital? ¿Cómo llegará a sus citas médicas y otras actividades una vez que regrese a su casa?
- **Alimentos:** ¿Puede preparar sus comidas? ¿Tiene alimentos? ¿Deberá cambiar su dieta?
- **Cuidado personal:** ¿Necesitará ayuda para bañarse, en el baño o para comer?
- **Quehaceres domésticos:** ¿Necesitará ayuda para cocinar, limpiar o lavar la ropa?
- **Equipo:** ¿Necesitará un inodoro o silla para la ducha?
- **Muebles:** ¿Podrá moverse libremente en su casa? ¿Tiene algún mueble que le obstruya el paso? ¿Puede alcanzar todo lo que necesita?

Un planificador de alta, administrador del caso o trabajador social del hospital está disponible para ayudarlo a planificar su cuidado cuando deje el hospital. Esta persona le puede ayudar a organizar los servicios a los cuales cumple con los requisitos.

Pregúntele a su médico cuándo es probable que le den el alta así puede planificar lo que sucederá cuando se vaya. Su **médico de hospital** es el líder del Equipo de Cuidado Médico del Hospital. Su planificador de alta, administrador del caso o trabajador social trabajará con usted o su representante para desarrollar un plan de cuidado. Si puede, incluya un familiar o amigo para tomar decisiones y hacer arreglos. En el momento del alta del hospital le darán una hoja con instrucciones (con una lista de medicamentos).

Si tiene preguntas o problemas sobre su estado de alta hable con el médico, o el planificador de alta, administrador del caso o trabajador social inmediatamente.

SI TIENE PROBLEMAS EN EL HOSPITAL O CON SU PLAN DE ALTA, un Abogado de Pacientes le puede investigar sus quejas – ¡pregunte por el/ella en el hospital!

Si no está de acuerdo con el alta, póngase en contacto con su compañía de seguro médico o llame al número provisto por el hospital. Cada tipo de seguro tiene su propio proceso de apelación. Los derechos de apelación varían dependiendo del tipo de seguro que tenga. Hable con el planificador de alta, administrador del caso o trabajador social para entender sus derechos de apelación.

Si lo envían a un lugar que no es su casa cuando deja el hospital, infórmele a las personas importantes en su vida para que puedan comunicarse con usted.

➤ **¿Cuáles son los recursos que podría necesitar cuando regrese a mi casa?**

Cada persona tiene diferentes necesidades después de dejar el hospital. Algunos servicios sólo se pueden proporcionar a personas que cumplen con ciertos criterios de edad o ingreso. Si piensa que necesitará algunos de los servicios siguientes u otros servicios que no aparecen en la lista, consulte con el planificador de alta, administrador del caso o trabajador social para que le informen cómo conseguir esos servicios.

ALGUNOS SERVICIOS POR LOS CUALES PUEDA REUNIR LOS REQUISITOS:

Servicios de Información y Referencia para Adultos y Mayores (Aging and Adult Services Information and Referral): (800) 510-2020

Servicios de Cuidado en Casa (In-Home Supportive Services): (415) 557-5251

Asistencia de guardia/pago privado (IHSS Public Authority): (415) 243-4477

Cuidado de emergencia en la casa (Elder Care at Home): (415) 982-9171 ext. 144

Paratránsito de San Francisco: (415) 351-7000

Alimentos con entrega a domicilio (Home Delivered Meals): (415) 648-5592

Línea de Teléfono de Amigos para Ancianos (Friendship Line for the Elderly): (415) 752-3778

Programa Telefónico con Mayores Jubilados Voluntariados (Retired Senior Volunteer Program Tele/Friend Program): (415) 731-3335

Servicios de Salud del Día para Adultos (Adult Day Health Services): (415) 808-4357

Línea Telefónica de Emergencia para Referencias a Servicios Sociales (Social Service Referral Hotline): 211

SI USTED PIENSA QUE SUS NECESIDADES NO HAN SIDO SATISFECHAS Y DESEA APELAR SU ALTA, DEBERÁ SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS:

Si tiene Medicare (con o sin Medi-Cal u otra cobertura):

- Insista en que le den una nota por escrito.
- Llame a LIVANTA (antes conocido como Lumetra) al 877-588-1123. Es posible que tenga derecho a una apelación rápida.
- Llame a HICAP (Health Insurance Counseling & Advocacy Program) al (800) 434-0222.

Para obtener más información llame al 1-800-Medicare o visite www.medicare.gov.

Si tiene Medi-Cal, Sin Medicare:

- Llame a Asesoramiento Legal en Área de la Bahía (Bay Area Legal Aid) al (415) 982-1300.
- Para información automática llame al Departamento de Servicios Sociales de California (800) 952-5253.

Si tiene Seguro Privado, Sin Medicare:

Llame a su compañía de seguro o HMO para averiguar sus procedimientos y lo que debe hacer.

Si esta interesado en trabajar con otros para mejorar el proceso del alta para adultos mayores y personas con discapacidades en San Francisco, únase al Equipo de Acción para Cuidado de Salud (Healthcare Action Team- HAT). Para obtener más información llame a James al (415) 546-1333

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org

SENIOR AND DISABILITY SURVIVAL SCHOOL ®
ESCUELA DE SOBREVIVENCIA PARA ANCIANOS
HOJA DE SOBREVIVENCIA #19
PREPARACIÓN PARA DESASTRES

➤ **¿Por qué debo prepararme para desastres?**

Los desastres pueden ocurrir rápidamente, en cualquier momento del día o de la noche y a menudo sin aviso. Pueden separarnos de nuestros seres queridos, obligarnos a evacuar nuestros hogares o confinarnos en nuestras casas. Nos pueden dejar sin acceso a utilidades domésticas y servicios esenciales.

Después de un gran terremoto u otro serio desastre:

Es posible que se corte la electricidad. La visibilidad estará reducida a la casa si no hay luz y los artefactos, tal como la TV, posiblemente no funcionen. Los alimentos pueden echarse a perder en la nevera y es posible que los supermercados, farmacias y otras tiendas estén cerrados. Puede ser que no pueda utilizar los dispositivos que le ayuda con su incapacidad ni recargar la silla de ruedas a motor.

Es posible que se interrumpa el servicio telefónico.

Los sistemas de transporte pueden estar seriamente afectados. O sea que los caminos estén cerrados o bloqueados; que los puentes y túneles estén dañados; que el servicio de tránsito, taxi y paratránsito estén interrumpidos.

La ayuda del personal de bomberos y de la policía puede demorar por lo menos 3 días. Ellos estarán ocupados con las situaciones más graves.

Usted deberá depender de sus propios recursos con la ayuda de sus vecinos, amigos y familiares durante por lo menos los 3 primeros días después de un desastre mayor.

Su casa es el mejor lugar para estar si es seguro permanecer allí.

➤ **¿Cómo me preparo para un desastre?**

1. Aprenda a permanecer a salvo en caso de incendio o terremoto.
2. Cree un sistema personal de apoyo.

3. Tenga provisiones y junte la información importante sobre su salud y condición médica.
4. Reduzca riesgos en su casa.

1. *Aprenda a permanecer a salvo durante un terremoto o incendio.*

Durante un terremoto:

Busque protección donde esté.

Si está en el interior de su casa, permanezca allí. La mayoría de los accidentes ocurren fuera de los edificios debido a vidrios, ladrillos y otros materiales que caen.

Échese al suelo, cúbrase y sujétese fuerte durante la sacudida.

Si no puede tirarse al suelo, permanezca donde está y cúbrase la cabeza.

Si está en una silla de ruedas, coloque el freno y cúbrase la cabeza.

Si está en cama, permanezca allí y cubra su cabeza con la almohada.

Recuerde que deberá protegerse de los temblores posteriores (aftershocks). Esos terremotos menores también pueden causar daños y accidentes ya que los edificios pueden haberse debilitado durante el terremoto principal. Su frecuencia, fuerza y duración después del terremoto original son imposibles de predecir.

En caso de incendio:

Si la alarma de incendio comienza a sonar, salga inmediatamente.

Si puede escape y póngase a salvo. ¡Una vez que logre salir, permanezca afuera! ¡Nunca vuelva al interior de un edificio que se está incendiando bajo ninguna circunstancia! Llame al departamento de bomberos (911) desde otro lugar, por ejemplo la casa de un vecino.

Si debe salir a través de una puerta que está cerrada, apoye la palma de su mano contra la puerta para sentir si está caliente antes de abrirla. Si está fría, puede abrirla lentamente. Si está caliente o siente calor, no la abra. Trate de encontrar otra salida.

Si debe atravesar el humo, gatee o agáchese y pase por debajo del humo (deslícese sentado si necesita). Si no puede hacerlo, permanezca donde está y pida ayuda, use un silbato u otros objetos para llamar la atención.

Si no puede usar las escaleras, haga un arreglo especial de ayuda de antemano (con un vecino, administrador, etc.)

Si las salidas están bloqueadas o si no puede salir, permanezca en el cuarto con la puerta cerrada. Permanezca echado en el suelo pero cerca de una ventana y haga señales pidiendo ayuda. Estas son algunas de las señales que puede usar para pedir ayuda en caso de incendio:

Saque y agite una sábana o ropa por la ventana

Use un silbato para que otros sepan que usted todavía está en el edificio.

Use una bocina para indicar donde está

Golpee ollas y sartenes.

¡Haga ruido!

2. Cree un sistema personal de apoyo.

Elija un “compañero/a” que acepte buscarle y ver que está bien en caso de desastre. Manténgase en contacto con sus vecinos y cuídense unos a otros. Su compañero/a debe ser alguien que vive cerca suyo y puede ver que usted está bien *sin viajar lejos*. Debe ser un amigo de confianza, vecino o familiar.

Decidan juntos un lugar de reunión para después del desastre. Tener lugares de encuentro predeterminados ahorrará tiempo y minimizará la posibilidad de confusión si su casa se ve afectada o se debe evacuar el área.

Elijan dos lugares de encuentro—uno cercano pero fuera de la casa, para un caso de emergencia repentina como un incendio y uno fuera de su barrio, en caso de que sea imposible regresar a la casa u ordenen evacuar el barrio.

Planee como ponerse en contacto con su familia para reducir la angustia de tratar de averiguar en qué estado y lugar se encuentran sus seres queridos y hacerles saber cómo está usted y dónde.

Elija con todos los miembros de su familia un contacto fuera del área para llamar en caso de desastre. (Es posible que el servicio telefónico se interrumpa debido a los desastres, particularmente en el área inmediatamente afectada por el desastre). Asegúrese de que sabe ese número de teléfono. Esa persona será el punto central de recolección de información sobre la ubicación y condición de los miembros de la familia.

Su enfermero personal o el trabajador de la agencia de salud en su casa también podría tener problemas relacionados con el desastre y en ese caso no podrá ayudarle. Hable con su médico de cabecera sobre un plan alternativo, así sabe dónde y cómo conseguir asistencia, si no puede conectarse con su médico.

3. Junte provisiones e información importante sobre su salud y condición médica.

En una emergencia, usted puede quedar confinado a su casa por un cierto período de tiempo o tener que evacuar sin previo aviso. Se puede preparar juntando sus provisiones e información de emergencia:

Agua — para 3 días por lo menos (1 galón/persona/día); almacene más si sus recursos y espacio se lo permiten.

Alimentos — también para 3 días por lo menos. Almacene alimentos no perecederos que no requieren agua ni cocción y que están de acuerdo a los requerimientos de su dieta especial si la tiene. Incluya un abrelatas manual que pueda usar.

Suministros médicos de emergencia, que incluyan:

Medicamentos recetados—un suministro de 3 días como mínimo, porque pueden estar cerradas las farmacias y los refugios no tienen medicamentos recetados; no olvide un botiquín de primeros auxilios

Un par de anteojos adicional, pilas para audífonos y otros artículos de uso particular;

Aparatos adicionales de movilidad—en una emergencia, quizás usted pueda sustituir una batería de automóvil por una para silla de ruedas. De lo contrario, tenga una silla de ruedas manual, bastones, muletas y andadores como sustitutos para usar en una emergencia.

Para todo equipo médico que requiere energía eléctrica, tal como equipo de respiración y bombas de infusión, consulte a la compañía del dispositivo médico para conseguir una fuente de energía sustituta. Puede incluir un paquete de batería o un generador. Enséñele su funcionamiento a aquellos que pueden ayudarle en una emergencia, como a su “compañero/a” y asegúrese de que pueden venir a asistirle en una emergencia.

Información personal y médica, que incluya:

Lista de todos los medicamentos y su dosis

Lista de las alergias

Estilo y número de serie de los aparatos médicos, tal como marcapasos

Seguro médico y tarjetas de Medicare

Lista de médicos, parientes o amigos para poder notificarles si usted se lesiona

Los números de teléfono de parientes o amigos locales y no locales

Nombre y número de teléfono de su agente de seguro

Linternas y pilas adicionales – tenga una al lado de la cama, otras en la cocina, en el baño y con su silla de ruedas.

Una radio a pilas (para poder escuchar las medidas de seguridad); pilas adicionales

Zapatos resistentes – téngalos cerca de la cama para no lastimar sus pies con escombros

Artículos para su higiene personal

Una muda de ropa

Frazada

Juego de llaves adicional

Dinero en efectivo, cambio para el teléfono público

Mantenga cosas esenciales como un “Kit de emergencia” en un recipiente fácil de llevar, lo ideal es que tenga ruedas. Pídale a su “compañero/a” que le ayude a preparar el kit. Aún mejor, preparen sus kits juntos así ambos están seguros de que tienen lo que necesitan en caso de emergencia y ambos están familiarizados con las necesidades que comparten.

Si usted conduce, tenga una versión reducida del kit en su vehículo. Puede ocurrir que quede varado o no pueda regresar a su casa.

4. Reduzca riesgos en su casa

Terremoto:

Los objetos que usamos diariamente en nuestro hogar pueden ser peligrosos durante un terremoto. Existen ciertas medidas que se pueden tomar para evitarlos:

Asegure objetos pesados que se pueden caer.

Asegure el calentador de agua para que no se vuelque durante un terremoto y produzca un incendio.

Asegure las bibliotecas a la pared así no pueden caerse y lastimarle o bloquearle la salida.

Instale pestillos fuertes en los gabinetes para prevenir lesiones producidas por objetos caídos o rotos.

Cuelgue cuadros y espejos lejos de su cama.

Coloque su cama alejada de la ventana si es posible.

Mantenga un par de zapatos resistentes al lado de la cama para proteger sus pies de los escombros.

Pídale ayuda a un amigo, vecino o familiar si la necesita.

Incendio:

Verifique los detectores de incendio una vez por mes. Cambie sus pilas por lo menos una vez al año. Si usted no puede hacerlo, pídale a un vecino, al administrador del edificio o a un familiar.

Planifique dos rutas de escape de cada cuarto y para salir de la casa. Hágalo con antelación así puede escapar más fácilmente.

¡No fume en la cama!

Mantenga calentadores portátiles lejos de cortinas, ropa de cama, etc.

Nunca deje descuidadas cosas cocinándose.

Apague los artefactos después de usarlos.

Esta información fue compilada por la American Red Cross Bay Area y Bay Area Prepared.

www.sdaction.org

Esta hoja de información ha sido preparada por Senior and Disability Survival School, que es un proyecto de Senior y Disability Action. Senior and Disability Survival School es un programa de entrenamiento con base en el vecindario que ayuda a que los ancianos puedan compartir información, identificar sus problemas y planificar sus soluciones. Puede contactar a Sarah Jarmon en 1360 Mission Street, Suite 400, San Francisco, CA 94103.

Teléfono: 546-1333 Fax: 546-1344 Email:sarah@sdaction.org