

# Minnesota's Children's Cabinet

Estamos comprometidos a proteger la salud, seguridad y el bienestar de los niños. Aquí se incluyen recursos para respaldarle a usted y a su familia durante la pandemia de COVID-19.

## Lineamientos de COVID-19

Para obtener la información más actual sobre el COVID-19, por favor visite el sitio web del [Minnesota Department of Health \(Departamento de Salud de Minnesota\)](#) o llame a las líneas telefónicas especiales del COVID-19 del MDH entre las 7 de la mañana y las 7 de la noche (hay intérpretes disponibles).

- **Preguntas de salud:** 651-201-3920 ó 1-800-657-3903
- **Preguntas sobre las escuelas o el cuidado infantil:** 651-297-1304 ó 1-800-657-3504

Hay información de salud disponible en [otros idiomas](#), incluyendo [cómo lavarse las manos](#).

## Salud mental y recursos para necesidades de salud especiales

Ahora, más que nunca, es importante que todos tengan acceso a la atención de salud mental que necesitan para mantenerse saludables. Las agencias estatales están trabajando conjuntamente para asegurar que haya servicios de salud mental disponibles para los habitantes de Minnesota, incluyendo niños, jóvenes y familias, y se están conectando con organizaciones privadas para respaldar a los necesitados y ofrecer servicios de telemedicina para reemplazar las visitas a la clínica y otros respaldos de bienestar para ayudar a las familias a sobrellevar la situación.

[Aquí](#) se ofrecen recursos para el bienestar mental disponibles durante la pandemia de COVID-19. **Abajo** se indican líneas telefónicas especiales de salud mental gratuitas para respaldar a los habitantes de Minnesota que están experimentando angustia emocional. Por favor considere también la posibilidad de comunicarse con la [National Alliance on Mental Illness \(Alianza Nacional de Enfermedad Mental\)\(NAMI\) Minnesota](#)(1-888-NAMI-Helps / 1-888-626-4435) o la [Minnesota Association for Children's Mental Health \(Asociación de Minnesota para la Salud Mental Infantil\)](#) llamando al (800-528-4511) para obtener ayuda, navegar el sistema de salud mental y obtener apoyo y recursos.

- **Línea de textos para casos de crisis:** El servicio de emergencia que opera las 24 horas todos los días está disponible si usted o alguien que conoce está pasando por una crisis de salud psiquiátrica o mental.
  - **Envíe un texto diciendo MN al 741741**
- **Contactos para casos de crisis del condado:** Acceda a una guía de números de teléfono del condado para crisis de salud mental aquí:
  - [Números de respuesta para crisis de salud mental de adultos](#)
  - [Números de respuesta para crisis de salud mental para niños](#)
- **Minnesota Warmline:** ¿Es usted un adulto que necesita apoyo? Hable con un especialista que tiene experiencia personal sobre la vida con una afección de salud mental.
  - Llame al 651-288-0400 o envíe un texto diciendo "Support" al 85511
- **Línea telefónica nacional para la prevención del suicidio:** La línea telefónica especial disponible las 24 horas todos los días provee apoyo para casos de angustia emocional y cuenta con recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos y recursos para profesionales.
  - Llame al 1-800-273-TALK (8255)
- **Línea telefónica para casos de angustia emocional de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental:** Ofrece asesoramiento psicológico para casos de crisis y apoyo si usted o un familiar está experimentando angustia emocional en relación a una situación de desastre.
  - Llame al: 1-800-985-5990

En respuesta al COVID-19, las agencias estatales han desarrollado y compartido recursos para respaldar el bienestar mental mientras los niños y las familias adaptan su vida cotidiana para detener la propagación del COVID-19. Entre los recursos actuales disponibles están:

- [Respaldando la promoción mental durante el COVID-19 \(MDH\)](#)
- [Recursos de salud mental y del comportamiento durante el COVID19 \(MDH\)](#)
- [Respaldando a las personas con discapacidades durante el COVID-19](#)

Minnesota cuenta con una variedad de organizaciones que pueden ayudar a los padres o cuidadores (en especial aquellos que tienen niños con necesidades de salud especiales o habilidades diferentes) que desean hablar con otros padres para obtener apoyo emocional o ayuda individual para navegar los recursos disponibles:

- [Disability Hub MN](#) proporciona información gratuita de todo el estado, servicios de derivación y asistencia para ayudar a las personas con discapacidades, enfermedades crónicas y a sus representantes a conectarse con servicios de la comunidad.
- [Family Voices of Minnesota](#) es una organización dirigida por padres que provee información, recursos y apoyo entre pares para las familias que tienen niños con necesidades de salud especiales o discapacidades.
- [PACER](#) es un recurso para familias con niños con discapacidades que cuenta con defensores y personal disponible para ayudar a las familias llamando al 952-838-9000 o escribiendo a [pacer@pacer.org](mailto:pacer@pacer.org).

## Dinero en efectivo y asistencia económica

Durante esta pandemia, se han eximido o modificado algunos requisitos de los programas y servicios esenciales para que los habitantes de Minnesota puedan recibir el respaldo que necesitan. Obtenga más información sobre las [exenciones temporarias del Minnesota Department of Human Services \(Departamento de Servicios Humanos de Minnesota\)](#).

Los siguientes recursos están disponibles para usted, su familia o sus conocidos que necesitan asistencia económica:

- **Bridge to Benefits:** Este es una [herramienta de selección basada en la web](#) que puede ayudarlo a identificar si es elegible para los programas de asistencia pública tales como SNAP, WIC, el programa de comidas escolares y los programas de atención médica, asistencia con servicios públicos y asistencia con cuidado infantil de Minnesota.
- **ApplyMN:** [Esta aplicación web](#) puede conectarlo con servicios estatales y del condado para ayudar a cubrir las necesidades básicas de usted y su familia. Úsela para solicitar [asistencia con dinero en efectivo, beneficios del Supplemental Nutrition Assistance Program \(Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria\) \(SNAP\), asistencia con el cuidado infantil](#), y asistencia de emergencia. Llame al 651-431-4000 si tiene preguntas.
- **Asistencia de emergencia:** Es posible que su hogar sea elegible para recibir asistencia para cubrir las necesidades básicas, tales como ayuda para pagar el alquiler o las cuentas de servicios públicos. Comuníquese con su [agencia de servicios humanos del condado o tribal](#) para obtener información sobre la disponibilidad, su elegibilidad y cómo solicitarla.
- **Agencias de acción comunitaria:** [Este sitio reúne](#) recursos locales, estatales, federales y privados que ayudan a los individuos y familias de bajos recursos.

**Apoyo de desempleo:** Si usted pierde su empleo, su horario de trabajo se reduce mucho o no puede ir a trabajar por la pandemia del COVID-19, debe solicitar beneficios del seguro de desempleo (Unemployment Insurance) (UI). Para obtener más información sobre el seguro de desempleo o solicitar los beneficios, visite [www.uimn.org](http://www.uimn.org). Obtenga más [información sobre el seguro de desempleo o solicítelo aquí](#). El gobierno ha tomado medidas para permitir el pago más rápido de beneficios de desempleo y eximir el sobrecargo al empleador. El Congreso también ha aprobado una ley que provee \$600 por semana para los individuos que reciben beneficios de desempleo y extiende los beneficios de desempleo a 13 semanas, y un nuevo programa para individuos que quedaron desempleados a causa del COVID-19 pero no pueden recibir beneficios de desempleo.

## Cobertura de atención médica

### Programas estatales

El estado de Minnesota ofrece programas y recursos que pueden ayudar a respaldar su salud y la de su familia durante la pandemia del COVID-19.

**Inscríbase en MNsure ahora hasta el 21 de abril.** Si usted o su familia no tienen seguro en este momento, pueden inscribirse a través de MNsure desde ahora hasta el martes, 21 de abril. Esta oportunidad única de inscripción está disponible para los individuos calificados mientras los casos de COVID-19 continúen aumentando. Las familias elegibles pueden presentar su solicitud e inscribirse en Medical Assistance (Asistencia Médica) y MinnesotaCare en cualquier momento. Obtenga más información de elegibilidad y acceso en [otros idiomas](#).

**Se ha suspendido la renovación de la cobertura para los servicios de atención médica en Minnesota.** Si usted o sus familiares están inscritos en Medical Assistance, Minnesota Coverage, o el Children's Health Insurance Program (Programa de Seguro de Salud Infantil), se han suspendido el proceso de renovación y los cierres anuales durante la pandemia del COVID-19.

Todavía es posible inscribirse en los programas.

## Planes de salud de Minnesota

Los líderes estatales se han asociado con planes de salud locales sin fines de lucro para eliminar barreras de atención y cobertura durante la pandemia del COVID-19. Haga referencia a su plan de salud para entender mejor los cambios de su cobertura específica.

Entre los cambios para los miembros con **cobertura comercial** están:

- **No hay costo alguno para las pruebas de COVID-19.** Los habitantes de Minnesota están exentos de todo costo asociado con las pruebas del COVID-19.
- **No hay costo alguno para las hospitalizaciones relacionadas con el COVID-19.** La mayoría de los planes no cobrarán a sus miembros si estos necesitan hospitalizarse por el COVID-19 y usan un hospital que está dentro de la red.
- **Acceso a servicios de telemedicina.** La mayoría de los planes y proveedores han aumentado el acceso a los servicios de telemedicina, permitiendo que los habitantes de Minnesota reciban la atención que necesitan desde la seguridad de sus hogares.

**La cobertura del empleador puede variar.** Muchos habitantes de Minnesota están cubiertos por sus empleadores, que con frecuencia ofrecen su propia estructura de beneficios. El estado de Minnesota no puede dictaminar los beneficios de estos planes, pero está alentando a los empleadores a ofrecer una cobertura similar para el COVID-19.

## Vivienda

Los siguientes recursos y cambios ayudan a asegurar que los habitantes de Minnesota tengan un lugar seguro donde vivir mientras dure la orden de permanecer en casa.

- [Información y recursos de vivienda de Minnesota](#). Este sitio ofrece una variedad de recursos e información que puede ayudar a los inquilinos, propietarios de vivienda, arrendadores y prestamistas. Esto incluye preguntas frecuentes e información en varios idiomas.
- [Información y recursos sobre la discriminación en la vivienda y la protección contra el desalojo](#). Este sitio del Minnesota Housing and Department of Human Rights (Departamento de Vivienda de Minnesota y Departamento de Derechos Humanos) provee información en varios idiomas. Comuníquese con la línea telefónica de asistencia para casos de discriminación en Minnesota del Department of Human Rights (Departamento de Derechos Humanos) llamando al 1-833-454-0148 o [en línea aquí](#). Hay servicios disponibles de traducción/interpretación.
- **Línea telefónica de abuso intrafamiliar y violencia.** Existen lugares de refugio para todos los que enfrentan situaciones de abuso o violencia. Llame a la línea telefónica de crisis estatal de Minnesota al 1-866-223-1111 o envíe un texto a 612-399-9995. [Obtenga más información sobre recursos de Cornerstone](#).

## Suspensión de los desalojos durante el COVID-19

Para proteger la salud y el bienestar de los habitantes de Minnesota durante la pandemia, el gobernador ha firmado una orden que suspende los desalojos. Sin embargo, el pago del alquiler no se reduce ni elimina durante este período. Una vez que termine la suspensión, los propietarios podrán presentar una solicitud de desalojo y éstas se ejecutarán. No pagar su alquiler a tiempo podría dañar su crédito o causar problemas que afectarían sus opciones de vivienda a futuro. Aquí hay recursos que ofrecen más información:

- **Más información sobre la orden ejecutiva.** Este [documento de preguntas frecuentes](#) provee más información sobre la orden que suspende los desalojos. (También disponible en [español](#), [hmong](#), y [somalí](#)).
- **Asistencia de emergencia.** Si usted es un inquilino y necesita asistencia de emergencia, hable con el propietario. También puede comunicarse con la [agencia de servicios humanos de su condado](#), [United Way](#), Community Action Agency (Agencia de Acción Comunitaria) o con el Department of Human Services (Departamento de Servicios Humanos).
- **Asistencia legal.** Si usted es un inquilino, puede obtener ayuda legal para una amplia variedad de problemas, incluso reparaciones, desalojos, depósitos en garantía, invasión de la privacidad por parte del propietario y mucho más. Llame a la línea telefónica de HOME al 612-728-5767.
- **Si recibe una notificación de desalojo.** Si recibe una notificación de desalojo durante la emergencia en tiempos de paz, puede comunicarse con la oficina del procurador general para presentar una [queja](#).
- **Propietarios de vivienda:** Si usted es propietario de vivienda y está teniendo dificultades para pagar su hipoteca a tiempo, es posible que tenga opciones. Hay información disponible en el [sitio web de la Consumer Financial Bureau \(Oficina Financiera del Consumidor\)](#).

## Servicios públicos

Es posible que también sea posible obtener asistencia para pagar los servicios públicos. Muchos proveedores de servicios de teléfono, internet y teléfono móvil han firmado la "[Promesa de mantener a los estadounidenses conectados](#)" y no están desconectando sus servicios o están ofreciendo planes de pago especiales. Muchos proveedores también están habilitando puntos de conexión públicos y ofreciendo Wi-Fi gratuito para los estudiantes y las familias de bajos recursos.

- **Comcast:** Comcast ha habilitado su red de Wi-Fi Xfinity gratuitamente a nivel nacional, ofreciendo internet gratuito a las familias de bajos recursos para ayudarlas a participar en el aprendizaje a distancia durante el cierre de las escuelas.
- **El Energy Assistance Program (Programa de Asistencia para Servicios Públicos) (EAP):** Este programa ayuda a pagar los costos de calefacción del hogar y las reparaciones de caldera para los hogares con ingresos calificados. Aprenda cómo [presentar una solicitud](#) a su [proveedor local de Energy Assistance](#) hasta el 1 de junio.

## Cuidado de niños

La pandemia del COVID-19 ha tenido efectos significativos en los servicios de cuidado infantil tanto para los padres como para los proveedores. Aquí hay algunos recursos que pueden ayudar.

- **Familias que buscan servicios de cuidado infantil.** Si usted es un trabajador esencial y necesita cuidado infantil, llame a la línea telefónica de Parent Aware al 1-888-291-9811 para obtener asistencia. Los trabajadores no esenciales que necesitan cuidado infantil pueden encontrar recursos y un mapa de proveedores que ofrecen servicios en [mn.gov/childcare](http://mn.gov/childcare).
- **Proveedores de cuidado infantil.** Los proveedores de cuidado infantil son trabajadores esenciales y pueden permanecer en servicio. Se alienta a los proveedores a darles prioridad a los hijos de trabajadores esenciales usando los lineamientos de salud e información disponibles en [mn.gov/childcare](http://mn.gov/childcare). [Alentamos](#) a los proveedores a [actualizar su estado y capacidad con regularidad](#) para ayudar a conectar a las familias con los servicios de cuidado infantil que necesitan.

## Recursos alimenticios

Si usted, su familia o alguien que conoce tienen dificultades para acceder a los alimentos, aquí hay una lista de recursos y programas que pueden ayudar.

- **Hunger Solutions Minnesota.** Este programa trabaja para acabar con el hambre en el estado. Esto incluye un [mapa con lugares que ofrecen comidas gratuitas o de bajo costo para niños](#), o un [mapa de bancos de alimentos, tiendas de alimentos con descuento, y otros recursos](#). La línea de asistencia de alimentos también puede evaluar su situación y proveer soluciones. Si tiene dificultad para pagar por los alimentos o acceder a ellos, llame al 1-888-711-1151, use la [función de chateo](#), o [complete este formulario](#).
- **Especialistas de alcance comunitario de SNAP.** Si necesita asistencia alimentaria, hay especialistas que pueden darle más información sobre cómo obtener asistencia del Supplemental Nutrition Assistance Program (Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria) (SNAP). Aprenda a inscribirse y usar este beneficio para tomar decisiones informadas sobre dónde comprar alimentos saludables y nutritivos.
- **Bancos de comida.** Si necesita alimentos de inmediato o está teniendo dificultades financieras que no le permiten comprar alimentos, su banco de alimentos local puede ayudarlo. Muchos bancos de alimentos ofrecen la posibilidad de pasar a buscar alimentos desde su vehículo u otras opciones de entrega alternativas para su seguridad. Puede encontrar más información en [el sitio web de Second Harvest Heartland](#).
- **Summer Eats.** Ahora que han cerrado las escuelas públicas y los lugares de alimentos comunitarios, este sitio ofrece comidas nutritivas para los menores de 18 años. [Use el sitio](#) para encontrar más de 400 centros en el estado que proveen comidas gratuitas para los niños, o descargue la aplicación móvil.

## Apoyo financiero para estudiantes universitarios

Para ayudar a los estudiantes universitarios, estudiantes con hijos y familias a permanecer financieramente saludables durante la pandemia, los estudiantes continuarán recibiendo los pagos de asistencia financiera estatal actuales, inclusive si se retiran de las clases. Esto incluye el pago de las horas de trabajo estudio (work study) programadas y las subvenciones de cuidado infantil de las cuales dependían. Puede encontrar más información en: [Guía de asistencia financiera durante el COVID-19](#).

## Apoyo comercial

Durante las últimas semanas, se han desarrollado varios programas estatales y federales para ayudar a las pequeñas empresas que enfrentan dificultades durante la pandemia del COVID-19. Las pequeñas empresas, incluyendo los proveedores de cuidado infantil y las empresas sin fines de lucro, también pueden ser elegibles para recibir este apoyo comercial. Sin embargo, el estado de este programa federal está cambiando y posiblemente se cierre según la disponibilidad de los dólares federales distribuidos por el Congreso. Por favor vaya a [sba.gov/disaster](http://sba.gov/disaster) para ver cuál es su estado actual. Para obtener lineamientos generales para pequeñas empresas, use este [sitio](#).

Entre los recursos federales están:

- [Los préstamos federales para el desastre del COVID-19 otorgados por la Small Business Administration \(Agencia Federal para el Desarrollo de la Pequeña Empresa\)](#)
- Las expansiones federales de los [préstamos por daños económicos por desastre de la Small Business Administration \(Agencia Federal para el Desarrollo de la Pequeña Empresa\)](#)
- [El nuevo programa de protección de pago \(PPP por sus siglas en inglés\)](#)

Asesoramiento comercial gratuito individual sobre el COVID-19 de [los asociados de la SBA](#).

**Apoyo financiero para proveedores de cuidado infantil.** Los programas de cuidado infantil autorizados pueden solicitar subvenciones de apoyo durante la emergencia en tiempos de paz. Los beneficiarios se seleccionan mensualmente, con subvenciones mínimas de \$4,500. [Obtenga más información sobre la elegibilidad y cómo presentar una solicitud](#). Las seis Minnesota Initiative Foundations y Think Small también han creado un [programa](#) para proveer apoyo financiero

inmediato e información a los proveedores autorizados de cuidado infantil en la zona de las Twin Cities y el resto del estado.

## Apoyo para trabajadores y seguridad de la salud en el lugar de trabajo

**Protecciones para los trabajadores relacionadas con el COVID 19.** [Este documento sobre protecciones para los trabajadores](#) que ofrecen el Minnesota Department of Labor and Industry (Departamento de Trabajo e Industria de Minnesota), el Minnesota Department of Human Rights (Departamento de Derechos Humanos de Minnesota), el MN Department of Employment and Economic Development (Departamento de Empleo y Desarrollo Económico de MN), y OSHA Minnesota ofrece información sobre las protecciones para los trabajadores relacionadas con el COVID-19, incluyendo el uso del permiso para ausentarse del trabajo debido a una enfermedad y la ley de permiso familiar y médico (FMLA), la discriminación incluyendo información sobre ajustes razonables, beneficios del seguro de desempleo, compensación del trabajador, los cambios en las condiciones de los trabajadores y la seguridad y salud en el lugar del trabajo.

- **Si tiene preguntas sobre el permiso para ausentarse del trabajo debido a una enfermedad y su correspondiente pago**, comuníquese con el Minnesota Department of Labor and Industry (Departamento de Trabajo e Industria de Minnesota) llamando al 651-284-5075, 800-342-5354 o escribiendo a [dli.laborstandards@state.mn.us](mailto:dli.laborstandards@state.mn.us) para preguntar.
- **Si tiene preguntas sobre los ajustes u otros asuntos de discriminación en el lugar de trabajo**, comuníquese con la línea telefónica de discriminación del Department of Human Rights (Departamento de Derechos Humanos) de Minnesota llamando al 1-833- 454-0148 o [en línea aquí](#). Hay servicios disponibles de traducción e interpretación.
- **Si tiene preguntas sobre la seguridad en el lugar de trabajo y el cumplimiento** comuníquese con la oficina de cumplimiento de OSHA en Minnesota escribiendo a [osha.compliance@state.mn.us](mailto:osha.compliance@state.mn.us) o llamando al 651-284-5050 o al 877-470-6742. Se ofrecen idiomas alternativos por teléfono.
- **Si tiene preguntas sobre el seguro de desempleo**, visite [www.uimn.org](http://www.uimn.org) para obtener más información o solicitar beneficios.

## Impuestos

La fecha de vencimiento para presentar los impuestos se ha prorrogado del 15 de abril al 15 de julio de 2020. Muchos centros de preparación gratuita de impuestos han suspendido su asistencia en persona. Aquí hay algunos recursos que pueden ayudarlo con servicios y lineamientos relacionados con los impuestos.

- Opciones de presentación de impuestos gratuita en línea: Obtenga más información y vea si es elegible en [Minnesota Department of Revenue \(Departamento de Impuestos de Minnesota\)](#)
- Idiomas adicionales: Obtenga información impositiva en [otros idiomas](#)
- Pagos por impacto económico: [Obtenga más información sobre los pagos por impacto económico](#), también conocidos como estímulo federal

## Apoyo adicional para las familias

A continuación, hay algunos recursos útiles para ayudar a los padres, tutores legales y otros cuidadores de niños.

- [Línea telefónica de National Parent](#)
- [Línea telefónica de Postpartum Support International \(apoyo de postparto\)](#)
- [Recursos sobre el COVID-19 para niños y familias del MDH](#)
- [Recursos para la adaptación y la resistencia durante la pandemia de COVID-19 de Minnesota Communities Caring for Children.](#)
- [Sitio web de Help Me Grow](#)

## Líneas telefónicas de asistencia por COVID adicionales

- [Línea telefónica para preguntas de salud](#) 651-201-3920 ó 1-800-657-3903
- [State Emergency Operations Center \(Centro de Operaciones de Emergencia del Estado\)\(SEOC\): Línea telefónica especial](#) 651-297-1304 ó 1-800-657-3504