

Centro para Personas Necesitadas

GUIA DE RECURSOS Atención Médica Gratis o a Bajo Costo

Actualizado en Julio 2010



Center for People in Need

3901 North 27th Street Unit 1- Lincoln, NE 68521
www.centerforpeopleinneed.org
476-4357



¿Necesita ayuda? ¿No sabe por donde empezar?

Para encontrar ayuda con la vivienda, salud, despensa de alimentos, cuidado de los niños pequeños, abuso de drogas y alcohol, problemas de salud mental, vejez, y muchos otros servicios para las personas, marque el 2-1-1 o vaya a la página de Internet www.ne211.org

Marque el 2-1-1 y personal entrenado responderá su llamada (todos los idiomas)

Programa de Alimentos para el Vecindario



Center For People In Need
Programa de Alimentos para el Vecindario
3901 North 27th St., Unit 1
Lincoln, NE 68521
476-4357

Alimentos para el Vecindario del Centro para Personas Necesitadas, en colaboración con el Banco de Alimentos de Lincoln, suministra alimentos y productos semanalmente en los siguientes lugares.

LA CUARTA SEMANA DE CADA MES EN TODOS LOS SITIOS DE DISTRIBUCION, LOS PRODUCTOS SÓLO LOS SUMINISTRA EL USDA (Ministerio de Agricultura).

Martes

1:00-2:00 p.m. **F Street Community Center**, 1225 F St.

3:00-6:00 p.m. **Center For People In Need**, 3901 North 27th St., Unit 1

Jueves

1:00-2:00 pm **Malone Community Center** 2032 U St.

3:00-4:00 pm **Oak Lake Evangelical Free Church** 3300 N 1st St.

Usted puede recibir productos del USDA sólo una vez al mes. Puede recibir alimentos del Programa de Alimentos para el Vecindario una vez a la semana.



Para más información llame al: 476-4357

Guia de Ingresos

**Ser el primero en la fila no significa que recibirá mejores alimentos. Los alimentos con disponibilidad limitada, serán repartidos a lo largo de la hora de entrega.

No. de personas en la vivienda	Ingreso actual por mes
1	\$1949
2	\$2100
3	\$2640
4	\$3180
5	\$3720
6	\$4260

Actualizado 4/1/2010

Teléfonos de Emergencia

Emergencia Médica/Incendio	911
Policía-Emergencia	911
Policía -No Emergencia	441-7204
TDD/TTY (Línea para sordos)	441-7802
Abuso de Adultos (Servicio Social y de Salud de Nebraska — Health and Human Services)	800-652-1999
TDD (Línea para sordos)	471-9570
Abuso de Animales (Fin al Abuso)	441-0212
Abuso de Niños y Adultos o Ancianos (Línea directa de denuncias)	800-652-1999
Centro Comunitario de Salud Mental	441-7940
Drogas/Alcohol Línea para Crisis con Drogas	475-5683
Sitio de emergencia para jóvenes sin hogar o fugados de sus casas	437-8906
Casa de la Amistad (<i>Friendship Home</i>)	437-9302
Línea directa de HIV/SIDA (AIDS) Nebraska	800-782-2437
Departamento de Salud de Lincoln y Condado Lancaster	441-8000
Línea Directa Nacional para jóvenes que se fugan	800-621-4000
Departamento de Salud y de Servicio Social de Nebraska	471-7000
Clínica People (People's Health Center)	476-1455
Planificación Familiar (Planned Parenthood)	441-3332
Hospital de Niños Centro de Envenenamiento	800-222-1222
Voces de Esperanza (<i>Voices of Hope</i>) Centro de Crisis	475-7273
Ejército de Salvación (Salvation Army)	474-6263
Test de HIV y ETS	441-8065
Información para jóvenes sin hogar (Street Outreach)	560-9354 o 560-9356
Salud Mental/Suicidio (Salud Mental de Condado Lancaster)	441-7940
Crisis Juvenil y Familiar (Cedars Youth Services)	437-8888

Free Medical Care

Clinic with a HEART

421-2924

Center For People In Need

3901 N. 27th St., Unit 1

Clinic with a Heart provides **FREE** medical care to people in Lincoln and Lancaster County who *do not* have insurance, money to pay for healthcare, or don't have access to healthcare for other reasons. Interpreters may be available for people who do not speak English. The Primary, Physical Therapy and Dental Clinic will be open from 5:30 p.m. to 7:30 p.m. the **FIRST, SECOND, THIRD AND FOURTH TUESDAY**. Chiropractic care is also provided on the **SECOND TUESDAY** of each month. Chiropractors help people who have headaches, hip pain, dizziness, and other symptoms that may be caused by musculoskeletal problems.

The Clinic is a Walk-in Clinic. No appointments are made in advance.

- ♥ **1st Tuesday of each month sponsored by St. Mark's United Methodist Church**
Location: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Services:** Medical, Dental, Physical Therapy, Mental Health Assessments.
- ♥ **1st Thursday of each month sponsored by First-Plymouth Congregational & First Presbyterian Churches.** **Location:** McPhee Elementary School, Community Learning Center, 820 Goodhue Blvd. (15th Street between G and F). **Services:** Medical, Pediatric Dental Assessments.
- ♥ **2nd Tuesday of each month sponsored by Sheridan Lutheran Church**
Location: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Services:** Medical, Dental, Physical Therapy, Mental Health Assessments & Chiropractic.
- ♥ **2nd Thursday of each month sponsored by Lincoln Berean Church**
Location: F Street Community Center, 1225 F St. **Services:** Medical, Pediatric Dental Assessments.
- ♥ **3rd Tuesday of each month sponsored by Southwood Lutheran Church**
Location: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Services:** Medical, Dental, Physical Therapy, Mental Health Assessments & Vision Screenings.
- ♥ **3rd Thursday of each month sponsored by Southwood Lutheran Church**
Location: Saratoga Elementary School, Community Learning Center, 2215 S. 13th St
Services: Medical, Pediatric Dental Assessments.
- ♥ **4th Tuesday of each month sponsored by Saint Paul United Methodist Church**
Location: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Services:** Medical, Dental, Physical Therapy, Mental Health Assessments.

Atención Médica Gratis

Clínica con CORAZÓN

421-2924

Center for People In Need
3901 N. 27th St., Unidad 1

La clínica con corazón proporciona atención médica **GRATIS** a las personas de Lincoln y el condado Lancaster que **no tienen** seguro de salud, dinero para pagar por los servicios médicos o no tienen el acceso al cuidado médico debido a otras razones. Puede haber intérpretes disponibles para las personas que no hablan inglés. La Clínica Primaria, la Fisioterapia y la Clínica Dental abrirán desde las 5.30 pm hasta las 7.30 pm el PRIMER, SEGUNDO, TERCER Y CUARTO MARTES de cada mes. El quiropráctico estará disponible el SEGUNDO MARTES de cada mes. Los quiroprácticos ayudan a las personas que sufren de dolor de cabeza, dolor de cadera, mareos, y otros síntomas que pueden ser causados por problemas musculoesqueléticos.

La Clínica atiende por orden de llegada. No necesita pedir cita.

- ♥ **1er martes de cada mes patrocinado por St. Mark's United Methodist Church**
Ubicación: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Servicios:** Médico, Dental, Fisioterapia, Evaluación de la Salud Mental.
- ♥ **1er jueves de cada mes patrocinado por las Iglesias First-Plymouth Congregational y First Presbyterian.** **Ubicación:** McPhee Elementary School, Community Learning Center, 820 Goodhue Blvd. (15th Street entre G y F). **Servicios:** Médico, Evaluación Dental para niños.
- ♥ **2do martes de cada mes patrocinado por la Iglesia Sheridan Lutheran**
Ubicación: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Servicios:** Médico, Dental, Fisioterapia, Evaluación de la Salud Mental y Quiropráctico.
- ♥ **2do jueves de cada mes patrocinado por la Iglesia Lincoln Berean**
Ubicación: F Street Community Center, 1225 F St. **Servicios:** Médico, Evaluación Dental para niños.
- ♥ **3er martes de cada mes patrocinado por la Iglesia Southwood Lutheran**
Ubicación: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Servicios:** Médico, Dental, Fisioterapia, Evaluación de la Salud Mental y de la Visión..
- ♥ **3er jueves de cada mes patrocinado por la Iglesia Southwood Lutheran**
Ubicación: Saratoga Elementary School, Community Learning Center, 2215 S. 13th St **Servicios:** Médico, Evaluación Dental para niños..
- ♥ **4to martes de cada mes patrocinado por la Iglesia Saint Paul United Methodist**
Ubicación: Center for People in Need, 3901 N. 27th St. **Servicios:** Médico, Dental, Fisioterapia, Evaluación de la Salud Mental .

Atención Médica Gratis

People's City Mission
Clínica Médica
 110 Q St.
Lincoln, NE 68508

402-817-0980

La PCM Clínica Médica ofrece servicio médico, dental, óptico y de salud mental a los residentes de Lincoln y del condado Lancaster que no tienen seguro médico y son de bajos ingresos. Los pacientes que tienen cualquier tipo de seguro o de asistencia médica, deben continuar con el proveedor que tienen mientras sea posible. Si no encuentra a algún proveedor, contacte la Guía de Pacientes de PCM Clínica Médica para que le ayude.

Horas:

Lunes, 1:00-7:00 p.m.; martes, miércoles, jueves y viernes, 8:00-11:00 a.m. y 1:00-5:00 p.m.; segundo jueves de cada mes, 5:00-9:00 p.m.

*Llamar para pedir cita para servicio dental, visión o salud mental.

Los pacientes y clientes elegibles tienen que cumplir con el 150% de la guía de ingresos del Nivel de Pobreza Federal. Vea la tabla que está a continuación para ver si es elegible.

Guía de Ingresos 2009				
150% del Nivel de Pobreza Federal				
Tamaño de la Familia	Ingreso Anual	Mensual	Semanal	Por hora (40 hrs/ semana)
1	16,245	1,354	312	7.81
2	21,855	1,821	420	10.51
3	27,465	2,289	528	13.20
4	33,075	2,756	636	15.90
5	38,685	3,224	744	18.60
6	44,295	3,691	852	21.30
7	49,905	4,159	960	23.99
8	55,515	4,626	1,068	26.69
Cada persona	5,610	468	108	2.70
<small>Federal Register, Vol. 74, No. 14 Jan 23, 2009, pp. 4199-4201</small>				

Servicio General de Salud

Servicio de Salud Comunitario/Departamento de Salud 441-8065

3140 N St.

Lincoln, NE 68510-1514

Área Atendida– Condado Lancaster

Programas:

Acceso Temprano al Cuidado Prenatal /Departamento de Salud

441-8065

Ofrece servicio completo para prueba de embarazo, evaluación de salud, asistencia para solicitar el Medicaid, y referirla a un médico para el cuidado prenatal, servicio WIC y consultas y visitas al hogar por una enfermera de salud pública. Ayuda para solicitar el Medicaid y obtener un estatus temporal desde el día de su visita para que pueda empezar a recibir los servicios. Por favor llame al **441-8065** para pedir cita.

Programa WIC

441-6200

Proporciona alimentos, educación, referencias médicas, apoyo a mujeres que están amamantando y a niños con riesgos médicos. Servicios disponibles para mujeres embarazadas, lactantes o que hayan dado a luz recientemente, y para niños hasta los 5 años de edad que califiquen para el programa de acuerdo a su ingreso económico.

Inmunizaciones o Vacunaciones

441-8065

LUNES a VIERNES 8:00 a.m.-4:00 p.m. No hace falta pedir cita, **no se requiere prueba de ingreso**. Traer el registro de inmunizaciones y 15 dólares por niño para gastos administrativos. Si no puede pagar, no le negarán la atención pero le pedirán que pague por cuotas.

Pruebas para Enfermedades de Transmisión Sexual

441-8065

Martes de 1 a 3 pm y jueves de 5 a 7 pm Tarifa 35.00 dólares. Si no puede pagar, le darán alternativas de pago.

Clínica de Asistencia Médica General

441-8065

Esta Clínica atiende sólo a las personas del programa de asistencia general. Su objetivo es proporcionar atención médica preventiva a aquellas personas que no tienen médico de familia. La Clínica de Atención Primaria atiende sólo por cita que se asigna en la Clínica ubicada en la 3140 N St. o llamando al 441-8065.

Citas disponibles los lunes, miércoles y viernes en la mañana y jueves en la tarde. También los martes en la tarde hay una Clínica Satélite en la People's City Mission ubicada en 110 Q Street.

Servicio General de Salud

Clinica People (People's Health Center)

476-1455

1021 N. 27th St.

Horario:	Lunes	7:00 a.m.-7:00 p.m.
	Martes	7:00 a.m.-7:00 p.m.
	Miércoles	7:00 a.m.-5:00 p.m.
	Jueves	7:00 a.m.-7:00 p.m.
	Viernes	7:00 a.m.-5:00 p.m.

Tarifas: Tarifas reducidas dependiendo del ingreso, acepta Medicaid, Medicare y seguro privado.

Admisión: Llame para más información —tiene que ser paciente de la clínica para que lo atiendan (aunque sea una emergencia); tiene que pedir una cita para inscribirse como paciente de la clínica.

Tiene un programa amplio y a precios accesibles de atención primaria de salud, especialmente para aquellos con recursos limitados. Los servicios incluyen: examen físico, vacunas, dentista, farmacia, WIC, prueba del VIH/ ETS (enfermedades de transmisión sexual), intérpretes, salud mental (sólo por referencia médica), y un programa de visita médica al hogar para personas mayores con enfermedades crónicas que no puedan salir de su casa. Pago básico (Co-Pay) es 15 dólares.

Atención de Enfermería Gratis – Enfermera de Salud Pública

Matt Talbot Kitchen and Outreach

477-4116

1911 R. St.

Tercer miércoles de cada mes, 12:30-2:00 p.m.

People's City Mission

475-1303

110 Q St.

Segundo lunes de cada mes 2:00 p.m.-4:00 p.m.

Gathering Place

476-7398

1448 E St.

Cuarto martes de cada mes 3:00-5:00 p.m.

Prescripciones médicas

Programa de Prescripciones Médicas de Lincoln 483-4800

5625 O St, Suite 3, 68510

Llame para pedir detalles y cita. Para cumplir con los requisitos del programa, usted NO puede estar cubierto por ningún plan de prescripción médica y su ingreso anual no debe ser mayor de 19.000 dólares si es una persona sola o 25.000 dólares si es una pareja.

Las medicinas tienen que ser para enfermedades crónicas o para enfermedades en curso; una vez que es aceptado, tiene validez por un año. Este programa funciona mejor cuando la dosis de la medicina es fija.

No todas las medicinas están cubiertas por el programa de Asistencia Farmacéutica Nacional. Se cobran 8 dólares por manejo y servicio postal, pero esta tarifa puede ser exonerada dependiendo de las circunstancias personales.

LancasteRx

Tarjeta de Descuento para Prescripciones

El Comité de Comisionados del Condado Lancaster (Lancaster County Board of Commissioners) ofrece una tarjeta con la que se puede obtener hasta un 20% de descuento en la mayoría de las prescripciones en la mayoría de las farmacias. Solicite una tarjeta en *Alimentos del Vecindario-Neighborhood Food* en el *Center for People in Need* al 476-4357 en 3901 N. 27th St.

Suministros Médicos

Jencyn Medical

476-5222

5521 Shady Creek Ct.

Proveedor de servicio completo para la salud enfocado en las necesidades del paciente diabético y alivio del dolor. Ofrece una variedad de productos especializados tales como soportes para la espalda y aquaterapia para alivio del dolor y electroterapia con TENS y EMS para alivio del dolor o rehabilitación. Los pacientes diabéticos se beneficiarán con un programa para los pies que incluye la mejor selección de calzado terapéutico en el área, calcetines especiales diseñados para mantener el pie diabético seco y cómodo, así como la única crema para tratamiento del pie aprobada por la FDA, que ha sido probada para curar la piel seca y agrietada y para aliviar el dolor, ardor y quemazón de la neuropatía. Asiste también a hombres que sufren de incontinencia. Aceptan Medicare, Medicaid y ofrecen planes de pago disponibles. Para más información, llame o visite la página www.JencynMedical.com.

Salud Dental

Clínica People (People's Health Center) 476-1455

1021 N. 27th St.

Tarifas: Tarifas reducidas dependiendo del ingreso, acepta Medicaid, Medicare, y seguro privado.

Pago Mínimo Dental es 20 dólares. Se le puede enviar la factura por cobrar por el pago mínimo de los 20 dólares.

Clínica con Corazón 421-2924

3901 N. 27th St.

La clínica atiende por orden de llegada los primeros cuatro martes de cada mes. Si un mes tiene cinco martes, ese quinto martes no habrá clínica.

Dentistas disponibles el primer, segundo y tercer martes de cada mes y el cuarto jueves de cada mes de 5:30-7:00 p.m. No necesita cita. Prestará servicio a todo el que no tenga seguro.

Clínica People's City Mission 402-817-0980

110 Q St.

Horario:

Lunes, Miércoles y Viernes 8:00-11:00 a.m., 1:00-5:00 p.m.

Segundo lunes de cada mes, 8:00-11:00 a.m., 1:00-7:00 p.m.

Jueves, 1:00-7:00 p.m.

Segundo jueves de cada mes, 1:00-5:00 p.m.

CERRADO LOS MARTES

Los pacientes y clientes elegibles tienen que cumplir con el 150% de la guía de ingresos del Nivel de Pobreza Federal.

Servicio de Salud a la Comunidad/Departamento de Salud

3140 N St.

441-8015

Examen y cuidado dental para niños y adultos de bajos ingresos. Se requiere un pago mínimo de 20 dólares al momento de la consulta. Si no puede pagar los 20 dólares al momento de la consulta, puede pagar menos y el resto lo paga por cuotas.

Si no puede pagar, no se le va a negar el servicio. Llame para pedir la cita; obtener una cita puede tardar 1 mes aproximadamente. Usted necesita traer prueba de ingresos. Si se requieren trabajos especializados (como por ej.: tratamiento de conducto) puede que sea referido al Colegio de Odontólogos de la Universidad de Nebraska-Lincoln UNL.

Evaluación y Examen de la Vista

Matt Talbot Kitchen (MTK) & Outreach

477-4116

1911 R St.

La evaluación de la vista está disponible trimestralmente (enero, abril, julio y octubre) en el MTK normalmente el primer o segundo miércoles del mes. Si la evaluación indica que usted necesita un examen más completo, entonces será referido a otro sitio para hacerse el examen y el tratamiento gratis. El único requisito es que no tenga seguro y que sea de bajos ingresos.

Para más información y pedir cita para la evaluación llame a Sara.

Clínica People's City Mission

402-817-0980

110 Q St.

Lunes, Miércoles y Viernes, 8:00-11:00 a.m., 1:00-5:00 p.m.

Segundo lunes de cada mes, 8:00-11:00 a.m., 1:00-7:00 p.m.

Jueves, 1:00-7:00 p.m.

Segundo jueves de cada mes, 1:00-5:00 p.m.

CERRADO LOS MARTES

Anteojos

Payless Optical Outlet

466-3544

6900 O St. Suite 121

Los anteojos básicos (lentes y montura) cuestan \$39.95 + impuesto

Cubre anteojos para niños y adultos.

Los bifocales con línea (lentes y montura) cuestan \$69.95 + impuesto

Bifocales sin línea (lentes y montura) cuestan \$109.95 + impuesto

El Examen de la Vista tiene que ser hecho en otro sitio y con esa prescripción va al Payless Optical Outlet para obtener los anteojos.

Heartland Optical

476-3311

650 N. 27th St.

Los anteojos básicos incluyendo las monturas cuestan aproximadamente 75 dólares. Hay otros precios que también son razonables dependiendo de su selección.

Salud Mental/Terapia

Familias Inspirando Familias 441-4369 o 1-888-441-4369

Familias Inspirando Familias tiene reuniones mensuales educativas de grupo que apoyan a familias que tienen jóvenes con problemas de comportamiento, emocional o de salud mental. El grupo juvenil consiste en realizar actividades de la vida diaria, socialización, servicio comunitario y liderazgo. Cena y bebida incluidas. Horario: 6:00-8:00 p.m. Actividades supervisadas para niños.

Reuniones para la familia: tercer jueves de cada mes. **Reuniones para jóvenes:** primer y tercer jueves de cada mes, llame para mas información.

Reuniones para jóvenes y adultos: tercer jueves, desde octubre hasta mayo, en Huntington Elementary School, 2900 N. 46th St. Excepciones: Algunos meses tienen actividades especiales en otros sitios. Llame cada mes para saber el lugar exacto. No hay reunión el tercer jueves de diciembre.

BryanLGH Medical Center West 481-5991

2300 S. 16th St.

Para pacientes ambulatorios, hospitalizados, hospitalización parcial y terapia de grupos. Salud mental de emergencia disponible. Acepta Medicaid.

Sevicio Juvenil Cedars 434-5437

1430 South St.

Pacientes ambulatorios y a domicilio. Tratamiento a domicilio para niñas de 12 -18 años. Refugio de emergencia y atención residencial para las edades de 0-18 años. Acepta tarifas reducidas dependiendo del ingreso y Medicaid.

Family and Youth Investment (FYI) 441-4343

1545 N St. Suite A

Atiende a jóvenes menores de 21 años con diagnóstico de enfermedad mental o que están en riesgo de la enfermedad. No hay que pagar.

Salud del Comportamiento Omni (*Behavioral Health*) 474-3322

2300 S. 13th St.

Tratamiento ambulatorio para niños y adultos, terapia en el hogar. Servicio de ayuda para tratamientos en la comunidad. Acepta tarifas reducidas dependiendo del ingreso y Medicaid.

Centro Terapéutico Samaritan (*Counseling Center*) 483-5117

8650 Pioneers Blvd.

Tratamiento ambulatorio para niños y adultos. Terapia individual, de parejas y familiar. Acepta tarifas reducidas dependiendo del ingreso y Medicaid.

Salud Mental/Terapia

Familias Ayudando Familias a buscar Apoyo y Recursos

2202 S. 11th St., Segundo piso

441-3803

- Proporciona una lista de proveedores de servicios comunitarios específicos a las necesidades de la persona.
- Proporciona folletos, materiales e información de recursos.
- Respuestas amables a las preguntas o dudas.
- Comentarios de familias referentes a lo que ellos han encontrado útil.

Centro de Salud Mental de la Comunidad

2201 S. 17th St.

441-7940

Tarifa reducida basada en la guía de ingresos de Neighborhood FOOD.

Programas y Servicios

Servicios Médicos: Servicio psiquiátrico ambulatorio incluyendo evaluación, terapia, manejo y educación sobre medicamentos y atención psiquiátrica del hospitalizado.

Terapia ambulatoria: Sesiones de terapia individual y de grupo dirigidas a aliviar los síntomas, estabilización y recuperación.

Programa de tratamiento por día y hospitalización parcial: A corto plazo, ofrece tratamiento intensivo a través de grupo, 6 y 1/2 horas diarias, de lunes a viernes.

Sin Techo y Necesidades Especiales—Alcance y manejo de casos para adultos que tienen una enfermedad mental y no tienen vivienda o que están cerca de estarlo o están en contacto con el sistema de justicia penal.

Centro de Consulta Psicológica UNL

472-2351

325 Burnett Hall, UNL

SEPTIEMBRE A MAYO, NO EN EL VERANO

Terapia para hombres, mujeres y niños, tarifas reducidas dependiendo del ingreso. Lunes y miércoles empezando a las 4:30 p.m. Estudiantes doctorales de la Clínica de Psicología ofrecen evaluación y terapia.

Centro de Orientación del Niño

475-7666

2444 O St.

Clínica de salud mental ambulatoria para niños, adolescentes y sus familias. Grupos para incesto y abuso sexual, control de la rabia y autoestima. Tarifas reducidas dependiendo del ingreso.

Servicio Social Católico

489-1834

2241 O St.

Individual, niño, familia y terapia de duelo. Tarifas reducidas dependiendo del ingreso.

Abuso de Drogas y Alcohol

Alcohólicos Anónimos

438-5214

Línea directa 24 horas. Llame para hablar con un voluntario o para preguntar la hora de las reuniones.

Centro para Crisis con Drogas y Alcohol

475-5683

Línea directa 24 horas. Llame por información, referencia y ayuda con crisis

Lincoln Council en Alcoholismo y Drogas

475-2694

914 L St. Suites A y B

Evaluación en abuso de drogas y alcohol con tarifas reducidas dependiendo del ingreso. Cargo mínimo \$20.00.

Lutheran Family Services

435-2910

2900 O St. Suite 200

Evaluación en abuso de drogas y alcohol y tratamiento ambulatorio con tarifas reducidas dependiendo del ingreso.

First Steps

434-2730

Evaluación en abuso de drogas y alcohol y tratamiento ambulatorio con tarifas reducidas dependiendo del ingreso. Llame para una evaluación inicial. Programas especiales para mujeres necesitadas.

Touchstone

474-4343

1100 Military Road

Tratamiento residencial para adultos.

Cornhusker Place

477-3951

721 K St.

Desintoxicación, programas a corto y largo plazo. Hombres solamente.

Vet Center

476-9736

3119 O St. Suite A

Terapias gratis para veteranos y sus familias.

Narcóticos Anónimos

474-0405

Línea directa 24 horas. Llame para preguntar la hora de las reuniones.

Independence Center (Bryan/LGH)

481-5268

1650 Lake St.

Evaluación en abuso de drogas y alcohol y tratamiento para adultos, jóvenes y sus familias. Información las 24 horas y asistencia en casos de crisis. Medicaid para jóvenes menores de 24 años.

Abuso de Drogas y Alcohol

People's City Mission

475-1303

110 Q St.

Programa de Extensión de Restablecimiento y Renovación de Discípulos

Programa intensivo de recuperación de adicción y crecimiento cristiano para hombres. Programa de 4 a 5 meses, incluye alojamiento y comida.

Centerpointe

475-8748

2633 P St.

Tratamiento al abuso de drogas, diagnóstico dual. Residencial y ambulatorio para jóvenes de 13-18. Acepta tarifas reducidas dependiendo del ingreso y Medicaid.

Al-Anon y Alateen

474-0677

Grupo de apoyo (de doce pasos), para familias y amigos de alcohólicos. Llame a la línea directa para preguntar por el día, hora y lugar de las reuniones.

Ayudas con la Adicción de Juegos de Azar

Choices, Inc

476-2300

934 Charleston St.

Línea directa 24 horas

Evaluación gratis a adicción de juegos de azar. Tratamiento individual y a los miembros de la familia, terapia individual y de grupo con tarifas reducidas dependiendo del ingreso. También ofrece un programa específico para mujeres.

Jugadores de Azar (Gamblers) Anónimos de Lincoln 473-7933

Línea directa 24 horas

Horario de reuniones en Lincoln:

Lunes 7:30 p.m., BryanLGH Medical Center East, 1500 S. 48th St.

Miércoles 6:00 p.m., First Baptist Church, 1314 K St.

Sábado 10:00 a.m., BryanLGH Medical Center West, 2222 S. 16th St.

Centro Primer Paso a la Recuperación y Bienestar (*First Step Recovery and Wellness Center*)

434-2730

Evaluación gratis. Tratamiento individual y para miembros de la familia a tarifas reducidas dependiendo del ingreso.

Asistencia a Discapacitados

Comisión de Nebraska para Sordos y Personas con Dificultades Auditivas

4600 Valley Road, Suite 420, Lincoln, NE 68510

471-3593

Llame para pedir cita. Servicios ofrecidos a las personas con pérdida de la audición o sordera.

1. Referencias para programas y asuntos sobre pérdida auditiva.
2. Préstamo de programas para equipos (decodificadores para TV, equipos de teléfono para sordos TTY, auriculares amplificadores y dos bancos de aparatos para sordos)
3. Mantenimiento de inventario de los servicios disponibles para suplir las necesidades y asegurar estos servicios a los que tienen problemas auditivos.
4. Suministra aparatos reacondicionados para sordos para quienes lo necesitan y cumplan los requisitos de edad y límites de ingreso. Hay programas disponibles para ambos, mayores y menores de 65 años de edad y su ingreso representa el 185% del margen de pobreza.
5. Servicio de referencia a intérpretes de lenguaje por señas y defensa para los sordos o personas con problemas auditivos

Christian Record Services

488-0981

4444 S. 52nd St.

Braille gratis, casete, libros y revistas con letras grandes. Campamentos para ciegos gratis.

Comisión para Ciegos e Incapacitados de la Visión 471-2891

4600 Valley Road Suite 100

Rehabilitación y orientación vocacional. Entrenamiento vocacional incluye consejería, búsqueda de trabajo según sus habilidades, entrenamiento personalizado según sus habilidades, tecnología de asistencia, vida independiente y colocación de empleo. Todos los servicios son gratuitos.

Discapacidades del Desarrollo/DHHS

471-4400

Información, referencias y servicios.

Asistencia a Discapacitados

Departamento de Salud de Lincoln y Condado Lancaster Coordinación de Servicios de Desarrollo Temprano 441-6710

Llame para pedir cita. Familias elegibles, aquellas con niños menores de 3 años que tienen alguna incapacidad. El programa está diseñado para ayudar a las familias a coordinar los servicios para cumplir con los servicios de desarrollo, educación, financieros, salud y descanso que el niño y la familia necesitan.

Liga de la Dignidad Humana (*League of Human Dignity*)

1701 P St.

441-7871

Servicios para las personas discapacitadas para vivir independiente, incluyendo información y referencias, asesoramiento, entrenamiento, asistencia para encontrar viviendas adaptadas para discapacitados, orientación sobre beneficios financieros, modificaciones de la vivienda, venta y reparación de equipos, préstamos y renta.

Nebraska Assistive Technology Partnership 471-0734

5143 S. 48th St. Suite C

Información para obtener dispositivos de ayuda, tales como sillas de rueda, sillas de rueda eléctricas (scooter), ayudas para el baño, aparatos de comunicación, ascensores para el baño y las escaleras. A los que califican, se les ayuda a encontrar financiamiento para pagar las modificaciones de la vivienda que se hicieron necesarias debido a una discapacidad. Tales modificaciones incluyen rampas, elevadores, barras de apoyo, teléfono activados por la voz entre otros. También ayudan a encontrar viviendas a precios accesibles para aquellos que se tienen que mudar a una vivienda adaptada para discapacitados.

Nebraska Childfind

471-0734

5143 S. 48th St. Suite C

Información relacionada a educación especial y referencias para niños y jóvenes adultos con discapacidad en edades entre 0 y 21 años.

Audio Libros y Servicio Braille

471-4038

1200 N St. Suite 120

Ofrece libros y revistas en casetes y Braille gratis a personas con discapacidad visual, física o de lectura que tienen limitaciones para usar la imprenta normal.

Abuso/Negligencia

Línea directa para Reportar Abuso a Niños, Adultos y Ancianos Llame gratis 1-800-652-1999 TDD 471-9570

Casa de la Amistad (*Friendship Home*) 437-9302

Voces de Esperanza (*Voices of Hope*) 475-7273

Centro de Defensa del Niño (*Child Advocacy Center*) 476-3200

3200 Sumner

Lugar seguro y neutral para niños víctimas de abuso. Servicios incluye evaluación médica, grupos de apoyo and Court School.

KIDS CONNECTION

Kids Connection

471-7715

Kids Connection es el programa de seguros de salud Medicaid de Nebraska para niños. Nebraska Health Connection/Kids Connection le proveerá todos los servicios que necesita. Usted tendrá un médico que será su médico de cabecera o de familia (PCP por su significado en inglés), quien coordinará todos los servicios de salud que necesite.

Si usted está cubierto por alguna de las categorías obligatorias elegibles (incluyendo Ayuda para Niños Dependientes, Asistencia Médica para Niños, Ayuda para Ancianos, Ciegos y Lisiados, o está bajo la Custodia del Estado), por ley tiene que inscribirse en el programa Nebraska Health Connection/Kids Connection. *Si usted decide no escoger un médico y un plan de salud, ellos lo escogerán por usted.*

¿Qué cubre el Nebraska Health Connection/ Kids Connection? Usted recibirá los mismos beneficios básicos que el Medicaid regular. Todo lo que está cubierto por el Medicaid regular está cubierto por Nebraska Health Connection/Kids Connection. No hay plan premium o co-pay para Kids Connection. Las familias que están en el 200 % del nivel de pobreza o por debajo, son elegibles.

¿Cómo inscribo a mis hijos en Kids Connection?

Llame al 471-7715 para hablar con alguien del Departamento de Servicio Social (Humane Services) para ver si sus hijos califican y obtener una planilla de inscripción.

Información de Salud para Mujeres Embarazo y Parto

Derecho al Nacimiento (*Birthright, Inc*) **466-2609**
Línea Directa Gratis 24 horas **1-800-550-4900**
5625 O St. Suite 4
Test gratis de embarazo, confidencial y recursos.

Servicio Católico Social **489-1834**
2241 O St.
Servicio para el embarazo, orientación para aquellos que enfrentan embarazo no planificado, planificación en la crianza de los hijos y adopción.

Centro Crisis del Embarazo Lincoln (*Crisis Pregnancy Center*)
4247 O St. **483-4247**
Prueba de embarazo, asesoramiento confidencial.

Madre Sana, Bebes Sanos (*Healthy Mother, Healthy Babies*)
1-800-862-1889
Ayuda a las mujeres embarazadas que no tienen seguro y necesitan cuidados médicos.

Departamento de Salud de Lincoln y del Condado Lancaster
3140 N St. **441-8065**
Prueba de embarazo, información sobre crianza y salud de los hijos, referencias a proveedores de atención a la salud.

Lutheran Family Services **435-2910**
2900 O St. Suite 200
Asesoramiento en embarazo no planificado, programa de adopción.

Clinica People (*People's Health Center*)
476-1455
1021 N. 27th St.
Se da estatus prioritario a las mujeres que quieren saber si están embarazadas o aquellas que saben que están embarazadas. Ellas recibirán una cita inmediata para la prueba de embarazo y exámenes de laboratorio prenatal. Les darán una cita con una enfermera partera. Hay intérpretes disponibles y la clínica se esfuerza en tomar en cuenta la parte cultural.

Información de Salud para Mujeres

Planificación Familiar (*Planned Parenthood*)

2246 O St., 441-3300

3705 South St., 441-3333

Planned Parenthood ofrece a las mujeres los siguientes servicios a una tarifa reducida dependiendo de su ingreso:

- Exámenes anuales
- Opciones para el control de la natalidad
- Anticonceptivo de emergencia (píldora de la mañana siguiente—*morning after pill*)
- Pruebas de cáncer: Prueba de Papanicolaou y examen de senos
- Pruebas de infecciones transmitidas sexualmente y tratamiento
- Prueba confidencial del SIDA
- Pruebas de infección del tracto urinario y tratamiento
- Prueba de embarazo (no necesita cita), información de todas las opciones
- Servicios de aborto (aspiración temprana, médica, opción quirúrgica y medicamentos)
- Referencias para la crianza de los hijos, adopción y servicios de aborto
- Asesoría de salud reproductiva

Cada Mujer Importa (*Every Woman Matters*) 1-800-532-2227

Every Woman Matters es un programa que la puede ayudar a tener su evaluación médica anual gratis. El programa es para mujeres de 40 a 64 años de edad, que no tienen seguro médico, Medicaid o Medicare y tienen un ingreso bajo a mediano.

Si usted califica para el programa, los siguientes servicios son Gratis:

- Examen Pélvico con una prueba del Papanicolaou
- Examen clínico de los senos
- Enseñanza de como hacerse el auto-examen de los senos
- Toma de la presión sanguínea
- Examen de colesterol
- Examen de azúcar en la sangre (glucosa), sólo para clientes nuevos
- Examen de cáncer de colon (mayores de 50 años), hombres y mujeres

Si usted es menor de 40 años y necesita una biopsia de seno, o si obtuvo un resultado anormal del Papanicolaou, por favor contáctenos al 1-800-532-2227 para ver si la podemos ayudar.

Servicios de Salud para Ancianos

LIFE (Información para Ancianos de Lincoln) 441-7070

Gratis, información confidencial relativa a todos los servicios para ancianos. Asistencia personal, asesoramiento y apoyo en cualquier problema relacionado con la vejez. LIFE es una división de la Agencia de la vejez del Área de Lincoln (*Lincoln Area Agency on Aging*).

Asociacion de Alzheimer 420-2540

5601 S. 27th St. Suite 201
Recursos, referencias y apoyo.

Aging Partners (anteriormente Lincoln Area Agency on Aging)

Es gratis, información confidencial relativa a todos los servicios para ancianos. Asistencia personal, asesoramiento, y defensa en asuntos o problemas relacionado con la vejez.

Downtown Senior Center, 1005 O St. 441-7506

Comidas diarias a mediodía, programas educativos y de nutrición y clínicas de promoción de la salud disponibles casi todos los martes y jueves. Llame para preguntar el horario.

Programa Compañero del Anciano (*Senior Companion Program*) 441-7026

Voluntarios capacitados para dar compañía a los ancianos confinados y descansos para los cuidadores sin costo para los adultos.

Health & Fitness Center, 233 S. 10th St. 441-7575

Abierto de lunes a viernes, 8 a.m.-4 p.m. Entrenadores personales certificados disponibles los martes y jueves con previa cita. Se sugiere una contribución de \$10.00 por mes para las personas mayores de 60 y \$15.00 para menores de 60 años.

Harvest Project 441-7070

Este programa es para las personas mayores de 50 que han sido diagnosticadas con una enfermedad mental grave y persistente y que están dispuestas a participar en el programa con el administrador de casos. Harvest Project es una asociación con Aging Partners, Community Mental Health y Center Pointe para los residentes del condado Lancaster.

Grupos de Apoyo

Aborto Recuperación y Apoyo	617-5454
Hijos adultos de Alcohólicos	476-9647
Al-Anon and Alateen (apoyo a familiares y amigos de bebedores)	477-9662
Sociedad Americana del Cáncer (<i>American Cancer Society</i>)	423-4388
Grupo de Apoyo de Amputados	466-0268
Sociedad de Autismo de Nebraska	484-8003
Grupo de Apoyo de Lactancia Materna	481-3328
Teléfono de Apoyo para Lactancia Materna	441-9509
Grupo de Apoyo Bright Ideas (para sobrevivientes de daño cerebral)	472-5462
Linea de Crisis Cedars (para jóvenes y familiares)	437-8888
Cedars Warmline (para jóvenes embarazadas y criando)	437-8850
Charlie Browns Kids (grupo de apoyo a niños con pena o luto)	483-1845
Co-Dependientes Anónimos (Salud Mental Comunitaria)	310-5983
Families Inspiring Families (para padres con hijos que tienen problemas mentales)	441-4369
Grupo de Apoyo de Familia	441-7940
Grief Recovery Outreach (para recuperarse del luto)	423-1515
Grupo de apoyo de Menopausia y más	788-2293
Mourning Hope (para jóvenes y familias en luto)	488-8989
Nicotina Anónimos	476-9668
Comedores Compulsivos Anónimos	473-1952
Grupo de Apoyo del Parkinson	486-4810
Ray of Hope (para sobrevivientes de alguien que se suicidó)	477-8610

Libros de Recursos

Otros libros de recursos disponibles:

- Libro Amarillo-Atención Médica-Gratis o a bajo costo
- Libro Dorado-Alimentos-Gratis o a bajo costo
- Libro Anaranjado-Servicios para los sin techo o casi sin techo
- Libro Verde-Transporte por \$7.50
- Libro Violeta-Vivir Saludable
- Libro Rosado-Servicios Misceláneos-Gratis o a bajo costo
- Libro Azul-Servicios para Niños-Gratis o a bajo costo

Disponibles en Inglés, Ruso, Español y Árabe.



3901 North 27th Street Unit 1

Lincoln, NE 68521

www.centerforpeopleinneed.org

402-476-4357



La misión del Center for People in Need (Centro para Personas Necesitadas), es dar a conocer las oportunidades existentes a las familias y jóvenes que enfrentan barreras socio-económicas que limitan su camino hacia el progreso.

*3901 North 27th Street Unit 1
Lincoln, NE 68521
www.centerforpeopleinneed.org
402-476-4357
Fax: 402-476-4358*

*Beatty Brasch
Director EJecutivo*

*Deb Daily
Director de Operaciones*

Este folleto fue preparado por el Center for People in Need. Por favor llame al teléfono indicado arriba para añadir, actualizar o quitar información.

El Center for People in Need (Centro para Personas Necesitadas) es una organización 501 (c) 3 y todas las donaciones son deducibles de impuesto o tax.

Actualizado en Julio 2010