

Guía de Recursos Comunitarios COVID-19



La Oficina de la Congresista Kim Schrier, MD
El Distrito Congressional 8vo de Washington

Versión 8 de abril, 2020



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Un Mensaje de la Congresista Kim Schrier

Estimado amigo,

La noticia de la epidemia del coronavirus en nuestra zona ha sido estresante para muchos, incluso para mi, y por eso quisiera actualizarles con toda la información necesaria para poder protegerse a si mismo y a sus familias. En este Guía de Recursos he compilado varios recursos disponibles para habitantes de Washington afectados por la epidemia reciente de COVID-19. He incluido información para propietarios de negocios y trabajadores que puedan tener dificultades en los días y las semanas que vienen. Favor de tener en cuenta que este es un documento general y que no es exhaustivo. Este guía es una compilación de recursos federales, estatales, y locales en existencia y no debe ser referencia única para los impactados por la epidemia de COVID-19. Como la situación siempre está en desarrollo, favor de visitar mi sitio web <https://schrier.house.gov/coronavirus-outbreak> o de llamar a mi oficina en Issaquah a 425-657-1001 para acceder asistencia adicional.

Continúo a monitorizar la situación de la epidemia de COVID-19 en el estado de Washington. En cuanto recibamos más información, mi personal actualizará este documento.

La manera mejor de protegerse a usted mismo y a su familia es quedarse en casa y practicar buenos hábitos de higiene. Lávese las manos a menudo, no toque la cara, tose dentro del codo, distánciese de los que estén enfermos, y si cree que usted está enfermo, favor de quedarse en casa y LLAMAR a la oficina de su doctor primero.

Yo comparto la frustración con la falta de disponibilidad y la facilidad de las pruebas. Aunque sea frustrante no saber si su enfermedad es del coronavirus o no, el hecho de poder acceder una prueba no debe cambiar la manera que manejemos esta enfermedad. Sin embargo, puede esperar más antes de regresar al trabajo. Y, por supuesto, si usted es una persona con un riesgo alto de complicaciones o si vive con alguien que tiene riesgo alto de complicaciones, esta información puede ayudarle a vigilar en el caso de que empeoren los síntomas.

Llame a mi oficina en Issaquah a 425-657-1001 si tiene cualquier problema con una agencia federal o si hace falta de asistencia. Mi personal y yo estamos para ayudarles.

Sinceramente,

M

Kim Schrier, M.D.
Representativa EE. UU., WA-08



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Tabla de Contenido

| | |
|--|-------------------------------------|
| Guía General..... | 4 |
| Recursos para Negocios y Trabajadores..... | Error! Bookmark not defined. |
| Recursos Federales..... | 12 |
| Recursos Estatales..... | 15 |
| Recursos del Condado Chelan..... | 16 |
| Recursos del Condado Douglas..... | 17 |
| Recursos del Condado King..... | 18 |
| Recursos del Condado Kittitas..... | 18 |
| Recursos del Condado Pierce..... | 20 |
| Prevenir el Estigma..... | 21 |



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Guía General

El sitio web oficial del Estado de Washington se puede acceder en <https://coronavirus.wa.gov/>. Este sitio le da enlaces a información oficial de una variedad de fuentes confiables, incluso fuentes de servicios gubernamentales y comunitarios.

En el caso de una emergencia urgente y potencialmente mortal, llame a 911

El Departamento de Salud del Estado de Washington

1-800-525-0127; <https://www.doh.wa.gov/Emergencias/NovelCoronavirusOutbreak2020COVID19/CoronavirusSpanish>

COVID-19 Recomendaciones de Salud Pública

<https://www.doh.wa.gov/Emergencias/NovelCoronavirusOutbreak2020/FactSheet>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

260-725-6000; <https://www.k12.wa.us/about-ospi/press-releases/novel-coronavirus-covid-19-guidance-resources>

Fuerza de Tarea Coronavirus de la Casa Blanca

<https://www.coronavirus.gov/>

CDC

800-232-4636; en línea a <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/index.html>

Departamento de Salud del Condado King

800-325-6165; en línea en <https://www.kingcounty.gov/depts/health/languages/spanish.aspx>

Departamento de Salud del Condado Pierce

253-798-6500; online at <https://www.tpchd.org/healthy-people/human-coronavirus>

Departamento de Salud de los Condados Chelan-Douglas

509-886-6400 o 509-886-6499 (fuera de horas laborales); en línea en <https://es.cdhd.wa.gov/>

Departamento de Salud Pública del Condado Kittitas

Preguntas directas y preocupaciones ligadas al COVID-19 para el Centro de Operaciones de Emergencias (EOC) en 509-933-7581; en línea en <https://www.co.kittitas.wa.us/response/202003-covid19/default.aspx>

Línea Directa de Asistencia WAISN Para las Personas Indocumentadas

1-844-724-3737



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

La Situación Actual en el Estado de Washington a partir del 7 de abril, 2020

El 2 de abril, 2020, el gobernador Inslee extendió la orden de emergencia Stay Home, Stay Healthy hasta el 4 de mayo. Esta orden obliga a todos los habitantes de Washington de quedarse en casa si no tienen necesidad de salir para una actividad esencial; prohíbe todo tipo de reunión social, espiritual, y recreacional; y cierra todos los negocios excepto los negocios esenciales.

El 6 de abril, 2020, el gobernador Inslee dirigió a todas las esuelas públicas y privadas K-12 de cesar la instrucción tradicional en persona para el resto del año escolar 2019-2020.

El estado de Washington junto a otras partes del país y el mundo está pasando por una pandemia COVID-19. Durante este periodo, la vida normal se interrumpe en varias maneras. El estado ha tomado acción para prevenir la propagación del COVID-19 en forma de prohibir reuniones, sean en la escuela, en el trabajo, o en otros escenarios.

Es importante distanciarse de otras personas lo más posible. Si tiene que trabajar, ir al supermercado, o recoger recetas, favor de observar 6 pies de distancia entre usted y los demás.

El Departamento de Salud del Estado de Washington actualiza regularmente su sitio web, incluso con un desglose de casos confirmados en cada condado. Se puede acceder en

<https://www.doh.wa.gov/Emergencies/NovelCoronavirusOutbreak2020COVID19/CoronavirusSpanish>

El sitio oficial COVID-19 del estado de Washington se puede acceder en <https://coronavirus.wa.gov/>. El sitio se mantiene por la Junta de Información Central estatal, que forma parte del Centro de Operaciones de Emergencia del Estado de Washington operado desde Camp Murray. Este sitio le da enlaces de información oficial de una variedad de fuentes confiables, incluso servicios gubernamentales y comunitarios.

Información Básica sobre COVID-19

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo coronavirus que no se identificaba en los seres humanos antes del diciembre de 2019. Los coronavirus son una familia grande de virus que normalmente causan enfermedades respiratorias leves como el resfriado.

La mayoría de las personas se recuperarán por sí solas, pero ciertas personas pueden desarrollar complicaciones graves, como la neumonía, y en ese caso requerirán cuidado médico o hasta hospitalización. Los mayores de edad y personas con enfermedades crónicas son los más probables de enfermarse de forma grave por culpa de COVID-19.

El coronavirus nuevo que causa COVID-19 ya se propaga de persona a persona y el número de casos confirmados en Washington, el país, y el mundo va creciendo.

El riesgo de contagiarse con COVID-19 no está vinculado ni a la raza, ni a la etnicidad, ni a la nacionalidad. El estigma no ayudará a controlar el virus. Buscar y compartir información correcta durante este periodo de preocupación alta es una

de las mejores maneras de evitar la propagación de rumores y desinformación. Busque información de fuentes confiables, como mi oficina, los CDC, y su Departamento de Salud local. La información se actualiza diariamente.

¿Cómo puedo proteger a mi mismo y también a los demás?

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por lo menos por 20 segundos. Usar un alcohol en gel que contiene por lo menos 60% de alcohol si no tiene acceso a ni agua ni jabón.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz, o la boca con manos sucias.
- Evitar contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Tapar la boca y la nariz con un pañuelo cuando tose o estornuda, e inmediatamente botar el pañuelo y lavarse las manos.
- Limpiar y desinfectar objetos y superficies.
- Quedarse en casa si esté enfermo. Quedarse en casa lo más posible. Seguir la orden Stay Home, Stay Healthy del gobernador Inslee.
- Mantener una distancia de 6 pies de los demás.
- Seguir las recomendaciones de su Departamento de Salud local.

¿Cómo puedo cuidar a mi mismo y a mis seres queridos en este periodo?

Descansar mucho, tomar líquidos, comer comida sana, y mantener el estrés puede ayudar en prevenir el contagio con COVID-19, y de recuperarse pronto si sí se contagia.

Si fuma o vapea, considere dejarlo. La gente que fuma puede ser más propensa de desarrollar complicaciones graves por COVID-19. Fumar debilita el sistema inmune, y se le hace más difícil al cuerpo luchar contra infecciones virales.

Vigile por los síntomas de COVID-19 en sus hijos. Si su hijo tiene síntomas de COVID-19, favor de aislarlo de los demás inmediatamente. Si ha estado recientemente en guardería, notifique a la guardería en seguida.

Mantenga un cuarto separado para los miembros del hogar enfermos, y si será posible asegúrese de que tengan máscaras faciales limpias y desechables. Limpie el cuarto a menudo según las recomendaciones de los CDC acá en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>. Contacte parientes y familiares que viven solos—especialmente los que tienen enfermedades crónicas. Si usted vive solo, pregunte a sus parientes y familiares de contactarse regularmente contigo en el caso de que caiga enfermo.

Mantenga la conexión social con sus seres queridos a través del teléfono, mensajes de texto, correo electrónico, o usando programas de video chat.

¿Cómo se propaga el virus?

El virus se propaga más frecuentemente de una persona infectada a otra a través de

- Gotas en el aire que vienen de toser o estornudar
- Contacto personal, como tocarse o darse la mano
- Tocar un objeto o superficie contaminado y después tocar la boca, la nariz, o los ojos antes de lavarse las manos



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

¿Cuáles son los síntomas?

En general, los síntomas se asoman entre 2 a 14 días después de la exposición. Son semejantes a los síntomas de la influenza y el resfriado y pueden incluir

- Fiebre
- Tos
- Dolor de Cabeza
- Mocos
- Dolor de garganta
- Sentido general de malestar

¿Qué debo hacer si tengo síntomas o si he estado expuesto al virus?

Todos debemos asumir que una enfermedad con fiebre, tos, o falta de aliento puede ser COVID-19 y debemos tomar medidas para proteger a otra gente en nuestra comunidad y hogar del virus. Los enfermos deben quedarse en casa. Si hay necesidad de estar con otros, debe ponerse una máscara facial. Llame a su doctor o a la sala de emergencias antes de salir. Se pueden acceder recursos adicionales y dirección en

<https://www.doh.wa.gov/Emergencies/NovelCoronavirusOutbreak2020COVID19/TestingforCOVID19>

¿Dónde puedo hacerme la prueba de COVID-19?

Visite el sitio web del Departamento de Salud del Estado de Washington a ver cómo se accede una prueba en

<https://www.doh.wa.gov/Emergencies/NovelCoronavirusOutbreak2020COVID19/TestingforCOVID19>

Recursos para Negocios y Trabajadores

RECURSOS FEDERALES PARA NEGOCIOS Y TRABAJADORES

Ayuda Federal para Pequeños Negocios

La Administración de Pequeños Negocios (SBA) está ofreciendo préstamos para pequeños negocios impactados por la epidemia COVID-19. SBA también puede ayudar con problemas relacionados con la exportación en cuestión de identificar mercados alternativos o de proveer cupones STEP para sufragar costos: <https://www.sba.gov/funding-programs/disaster-assistance>

- Préstamos por Desastre de Daño Económico (EIDL): Disponibles para organizaciones sin fines de lucro y pequeños negocios para hasta \$2 millones en el transcurso de 30 años. Tasas de interés están a 3.75% para negocios y a 2.75% para organizaciones sin fines de lucro. EIDL tiene incorporado un periodo de aplazamiento de 12 meses. <https://disasterloan.sba.gov/ela/Information/EIDLloans>
- Programa de Protección de Pago de Cheques: Programa de condonación de préstamos para incentivar a los negocios de seguir pagando a sus empleados. Negocios y organizaciones sin fines de lucro pueden solicitar fondos para un periodo de 8 semanas para pagar a sus empleados, costos de personal ligados, servicios públicos, y hipoteca/arrendamiento. Tiene incorporado un periodo de aplazamiento de 6 meses. <https://www.sba.gov/funding-programs/loans/coronavirus-relief-options/paycheck-protection-program-ppp>
- Préstamos SBA Actuales: Préstamos SBA actuales, incluso préstamos 7a and 504, serán cubiertos por SBA para 6 meses, y se empezará a coleccionar pagos el 27 de marzo. No hay necesidad por parte de los negocios de solicitar estos fondos—serán incluidos en el préstamo automáticamente por su prestador.
- El Programa de Exportar Capital de Trabajo de SBA ayuda a los pequeños negocios a obtener avances de capital de trabajo de prestadores en pedidos de exportación, cuentas por cobrar de exportación, o cartas de crédito. Los Oficiales Superiores de Crédito Internacional trabajan directamente con negocios impactados para explicar el programa y el proceso de solicitud. Visite: <https://www.sba.gov/content/financing-your-small-business-exports-foreign-investments-or-projects-0>

El Acto CARES

Guía en línea para el Acto CARES del Comité de Pequeñas y Medianas Empresas y Emprendedores del Senado de los EE. UU. <https://www.sbc.senate.gov/public/index.cfm/guide-to-the-cares-act>

Guía para recursos relacionados al COVID-19 de la Comisión de Medios y Arbitrios de la Cámara de Representantes de los EE. UU. disponible en: <https://waysandmeans.house.gov/media-center/press-releases/ways-and-means-committee-covid-19-resources>

Preguntas Más Frecuentes Sobre el Acto CARES

¿Qué tipo de ayuda existe para los propietarios únicos sin empleados?

El Acto CARES extiende los beneficios de desempleo, baja por enfermedad, vacaciones pagadas, y créditos fiscales a los propietarios únicos y cuentapropistas, incluso los trabajadores de la economía temporal y los contratistas independientes. Estos beneficios serán disponibles en línea en esd.wa.gov a mediados de abril.

Soy cuentapropista. Solicité los beneficios de desempleo y fui rechazado automáticamente. ¿Qué paso?

Hasta la aprobación del Acto CARES, los cuentapropistas y contratistas independientes no eran elegibles para los beneficios de desempleo. Si usted solicita los beneficios de desempleo antes de mediados de abril, será rechazado automáticamente. Ya que el Acto CARES ha expandido la elegibilidad, el Departamento de Seguridad Laboral del Estado de Washington está trabajando duro en implementar estas pautas nuevas. Regístrese para alertas de acción en su sitio web para que sepa cuando el sistema está actualizado para solicitar de nuevo.

¿Pueden acceder ayuda las empresas emergentes (“start-up”) todavía no abiertas?

Sí, si ya tienen gastos relacionados al negocio son elegibles para programas SBA.

¿Pueden acceder el Programa de Protección de Pago de Cheques los negocios que hayan suspendido empleados si los contratan de nuevo?

Sí, el lenguaje legislativo dice que los empleadores tienen que contratar esos empleados de nuevo rápidamente para recibir la condonación de préstamos. Los detalles de cómo interpretar este lenguaje están en discusión.

¿Van a subir las tasas de desempleo para negocios?

Las disposiciones federales del Acto CARES no impactan las tasas de desempleo. Las tasas se evalúan en enero del año siguiente (la próxima evaluación se hará en enero de 2021). La evaluación tomará en cuenta la situación económica en general manteniendo los fondos de desempleo al nivel apropiado para cumplir con la demanda.

¿Cómo decido entre el Programa de Protección de Pago de Cheques y el Programa EIDL cuando voy a solicitar?

A cada negocio le hace falta determinar las mejores opciones disponibles según sus circunstancias. Los Centros de Desarrollo de Pequeños Negocios proveen servicios de consulta gratis. Los gastos más urgentes determinarán cual programa funciona mejor para usted. Encuentre un Centro de Desarrollo de Pequeños Negocios cercano en línea en <https://www.sba.gov/local-assistance/>

Si hayan decidido no trabajar mis empleados por preocupación por su seguridad, ¿sigo siendo elegible para un préstamo?

Sí. Si tiene daño económico por culpa del coronavirus, entonces es todavía elegible para los préstamos EIDL. Debe poder demostrar la falta de ingresos.

Families First Coronavirus Response Act (FFCRA)

FFCRA ayuda a los EE. UU. a combatir los efectos al lugar de trabajo de COVID-19 a través de reembolsos para los empleadores privados que tienen menos de 500 empleados con créditos fiscales para cubrir costos de darle vacaciones pagadas a los empleados por razones ligadas al COVID-19. La ley permite a los empleadores de seguir pagando a sus empleados mientras asegura que los trabajadores no están obligados a escoger entre sus cheques de pago y las medidas de salud pública necesarias para combatir el virus. Pueden acceder respuestas a las preguntas más comunes sobre FFCRA en línea en: <https://www.dol.gov/agencies/whd/pandemic/ffcra-questions>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

RECURSOS ESTATALES PARA NEGOCIOS Y TRABAJADORES

Reacción al Coronavirus del Estado de Washington | Negocios y Trabajadores

Puede encontrar las respuestas de muchas de sus preguntas relacionadas al trabajo o negocio en el sitio web de reacción al Coronavirus del Estado de Washington en <https://coronavirus.wa.gov/business-workers>

Departamento de Seguridad Laboral (ESD) del Estado de Washington

ESD tiene programas planeadas para ayudar a individuales y empleadores durante este periodo sin precedente. El sistema está siendo actualizado para darle acceso a asistencia de desempleo a la gente que más la necesite. 800-318-6022; en línea en <https://esd.wa.gov/newsroom/covid-19>

Subsidios de Emergencia para Pequeños Negocios “Washington Trabajador”

<http://startup.choosewashingtonstate.com/covid-grants/>

Centro de Desarrollo de Pequeños Negocios de Washington

Consulta gratis para negocios <https://wsbdc.org/>

Departamento de Labor e Industria del Estado de Washington

360-902-5798; en línea en <https://www.lni.wa.gov/>

Oficina del Comisionado de Seguros del Estado de Washington

1-800-562-6900; en línea en <https://www.insurance.wa.gov/coronavirus-insurance-information-businesses>

- Para tener cobertura en el caso de pérdidas comerciales relacionadas a enfermedades contagiosas, como el COVID-19, debe haber obtenido un respaldo adicional en su póliza.
- Contacte a su agente o compañía de seguros directamente para saber si ya está cubierto. Si no tiene cobertura adicional y está interesado en comprarla, contacte a su agente o compañía de seguros a ver si está disponible.

Departamento de Ingresos del Estado de Washington

DOR está tomando medidas para proveer alivio a los negocios impactados por COVID-19 durante el estado de emergencia (desde el 29 de febrero hasta el fin del estado de emergencia). Estas acciones se dirigen a una gran variedad de impuestos y programas: impuestos de negocio y ocupación, impuestos especiales sobre bienes inmuebles, impuestos especiales de arrendamiento, impuestos forestales, y aplazamientos de impuestos para la biotecnología y la fabricación de dispositivos médicos. Puede encontrar las respuestas de las preguntas más frecuentes, extensiones de fecha, y actualizaciones en línea en <https://dor.wa.gov/about/business-relief-during-covid-19-pandemic>.

Asistencia para la Exportación para Negocios

- El Equipo de Asistencia para la Exportación del Departamento de Comercio del Estado de Washington puede ayudarle a identificar mercados alternativos y proveer cupones STEP para sufragar los costos de ferias o misiones de comercio, pasaje aéreo, servicios de interpretación o traducción, emparejamiento de negocios, programas de



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

preparación para la exportación, y más. Visite el sitio web en www.commerce.wa.gov/promoting-washington-state/export-assistance o contacte el Equipo de Asistencia para la Exportación 206.256.6100.



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos Federales

Información sobre el Coronavirus de los CDC <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

Reacción FEMA al Coronavirus <https://www.fema.gov/coronavirus>

CDC: Información para Viajes en época de COVID-19 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

Asesoramientos de Viaje del Departamento del Estado

<https://travel.state.gov/content/travel/en/traveladvisories/traveladvisories.html/>

Programa Inteligente de Inscripción de Viajeros (STEP) <https://step.state.gov/step/>

Tribunal EE. UU. del Distrito Occidental de Washington

Con ciertas excepciones, los tribunales de Seattle y Tacoma quedarán cerrados al público. La observación de este cierre temporal se espera hasta mediados de abril y puede extenderse dependiente en guías de salud pública. Acá abajo hay una lista parcial de excepciones al cierre. Para una explicación entera del horario de los tribunales, visite

<https://www.wawd.uscourts.gov/>

- Todos los juicios y audiencias judiciales civiles o criminales en estos tribunales programados de ocurrir antes del 1 de junio, 2020 se continúan pendientes a ordenes nuevos del Tribunal.
- Todas las acciones de grandes jurados programadas de ocurrir antes del 1 de junio, 2020 se continúan.
- El tribunal de bancarrota seguirá con audiencias no probatorias por teléfono como se nota en el sitio web del Tribunal de Bancarrota en <http://www.wawb.uscourts.gov/>
- Si tiene programado una cita o ha sido llamado a presentarse en el tribunal, pero le niegan la entrada, usted debe hacer lo siguiente:
 - Si le representa un abogado, favor de contactar a su abogado;
 - Si es abogado o litigante pro se y está programado a presentarse ante un juez, favor de contactar la cámara del juez o diputado de la corte (visite los sitios web de los tribunales en <https://www.wawd.uscourts.gov/judges> y <http://www.wawb.uscourts.gov/chambers-information>);
 - Favor de contactar a la oficina del Escribano en 206-370-8400 (Seattle) o 253-882-3800 (Tacoma) con otras preguntas o comentarios;
 - Favor de contactar a la oficina del Escribano del Tribunal de Bancarrota con preguntas relacionadas en 206-370-5200 (Seattle) o 253-882-3900 (Tacoma).

Seguro de Salud

Todavía puede ser elegible para inscribirse en cobertura médica. Averigüe su estatus en línea en

<https://www.healthcare.gov/screener/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Operaciones de Servicios de Pasaporte del Departamento del Estado

Desde el 20 de marzo, 2020, los servicios de pasaporte serán disponibles sólo para personas en emergencias de vida o muerte confirmadas y que hacen falta de un pasaporte para viajes internacionales inmediatas dentro de 72 horas. Para confirmar una cita en una agencia o centro de pasaporte para una emergencia de vida o muerte, llame a 1-877-487-2778. Últimas noticias de servicios de pasaporte serán actualizadas en

<https://travel.state.gov/content/travel/en/traveladvisories/ea/passport-covid-19.html>

Si tiene cita con el IRS

La fecha límite de presentar y pagar los impuestos federales sobre la renta ha sido extendido hasta el 15 de julio, 2020.

Los Centros de Asistencia a los Contribuyentes del IRS en Seattle, Tacoma, Everett, y Silverdale serán cerrados a contribuyentes sin cita previa. El IRS contactará a cada persona que tenía cita previa para determinar métodos alternativos de conseguir el auxilio necesario. La mayoría de los contribuyentes pueden resolver sus preguntas visitando el sitio web del IRS o llamando al número gratuito 800-829-1040.

El IRS también ha establecido una sección especial de su sitio web enfocado en ayudar a los contribuyentes, negocios, y otras entidades afectadas por el coronavirus, incluso varios recursos en línea para ayudar a los contribuyentes:

<https://www.irs.gov/coronavirus>

Pagamentos de Impacto Económico

El IRS actualizará su sitio web <https://www.irs.gov/es/coronavirus> con toda información clave en cuanto se vuelve disponible. El IRS hará dentro de 60 millones de pagos a los americanos a través de depósitos directos en mediados de abril. El IRS tiene la información adecuada para los depósitos directos a través de sus declaraciones del 2018 o el 2019. Estos depósitos incluirán a los beneficiarios SSA que declararon sus impuestos e incluyeron información de depósito directo. Poco después, el IRS hará pagos a los beneficiarios SS que no declararon impuestos ni en 2018 ni en 2019 y reciben sus beneficios de Seguridad Social a través del depósito directo.

Si el IRS no tiene información de depósito directo para usted, en las semanas que vienen, el Departamento de Tesorería de EE. UU. planea desarrollar una plataforma en línea para que la gente pueda dar su información bancaria al IRS y recibir los pagos inmediatamente en vez de recibir cheques por correo.

Se espera mandar cheques físicos a las personas sin información de depósito directo a los principios de mayo. La orden de los pagos se priorizará basado en ingreso bruto ajustado (AGI). Las personas con AGI más bajo serán los primeros de recibir pagos.

Si tiene cita con USCIS

Las oficinas de USCIS comenzarán a abrir de nuevo el 4 de mayo, si no se extienden más los cierres públicos. Mientras tanto, USCIS proveerá servicios limitados de emergencia. Favor de visitar el sitio web del Centro de Contacto USCIS para asistencia con los servicios de emergencia en <https://www.uscis.gov/contactcenter>. Últimas noticias serán actualizadas en línea en [uscis.gov/es/coronavirus](https://www.uscis.gov/es/coronavirus).



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Si tiene cita con Seguridad Social

Desde el 17 de marzo, 2020, todas las oficinas de Seguridad Social serán cerradas al público para servicios en persona. Se observarán ciertas excepciones para situaciones específicas de necesidad extrema. Visite el sitio web de Seguridad Social para encontrar más información sobre los cierres de oficinas locales y a ver si su situación se califica como necesidad extrema: <https://www.ssa.gov/espanol/coronavirus/>

Si tiene cita con CBP (Trusted Traveler Programs)

Todos los Centros de Inscripción CBP y TPP suspenderán operaciones hasta al menos el 1 de mayo, 2020. Actualizaciones están disponibles en línea en <https://ttp.dhs.gov/>.

Si tiene cita con el VA

Guías de los centros médicos locales del VA sobre su estatus actual de operación se pueden acceder en el sitio web de cada centro, y se pueden encontrar acá en el instrumento de localización en línea: <https://www.va.gov/find-locations>
Actualizaciones e información general están disponibles acá: www.va.gov/coronavirus

Si tiene dificultad con una agencia federal, o si tiene preguntas sobre una agencia federal que no han sido abordados en este guía de recursos, favor de contactar a la oficina de la Congresista Schrier en 425-657-1001; en línea en <https://schrier.house.gov/>.



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos Estatales

El sitio web oficial del Estado de Washington se puede acceder en <https://coronavirus.wa.gov/>. Este sitio le da enlaces a información oficial de una variedad de fuentes confiables, incluso fuentes de servicios gubernamentales y comunitarios.

Stay Home, Stay Healthy: ¿Cuáles lugares están abiertos y cerrados? <https://coronavirus.wa.gov/whats-open-and-closed/>

El Departamento de Salud del Estado de Washington

Si tiene preguntas de lo que está pasando en Washington, o de cómo se difunde el virus, favor de llamar 1-800-525-0127. Las líneas telefónicas tienen personal desde las 6 AM hasta las 10 PM, siete días a la semana; en línea en <https://www.doh.wa.gov/Emergencies/NovelCoronavirusOutbreak2020COVID19/CoronavirusSpanish>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington

260-725-6000; en línea en <https://www.k12.wa.us/about-ospi/press-releases/novel-coronavirus-covid-19-guidance-resources>

Oficina del Gobernador

360-902-4111; en línea en <https://www.governor.wa.gov/>

UW Medicine

206-520-5000; en línea en <https://www.uwmedicine.org/coronavirus>

Hospital de Niños de Seattle

206-987-2000; en línea en <https://www.seattlechildrens.org/patients-families/covid-19-novel-coronavirus/>

Intercambio de Beneficios de Salud del Estado de Washington

Si su estatus laboral ha cambiado, puede ser elegible para un periodo especial de inscripción. Para ver si califica, llame al Servicio al Cliente entre las 7:30 AM y las 5:30 PM de lunes a viernes en 1-855-923-4633 o visita https://www.wahbexchange.org/new-customers/application-quick-tips/language-resources/#17_spa

Departamento de Servicios Sociales y de Salud del Estado de Washington

<https://www.dshs.wa.gov/alert/covid-19-information>

Recientemente el gobernador Inslee expandió la elegibilidad para el Programa de Asistencia Familiar de Emergencias para incluir a las familias sin hijos. 1-800-865-7801; en línea en <https://www.dshs.wa.gov/alert/covid-19-information>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos del Condado Chelan

Para información general sobre el COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar al Centro de Llamadas Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 1-800-525-0127.

Departamento de Salud

509-886-6400 o 509-886-6499 (fuera de horas del trabajo); en línea en <https://cdhd.wa.gov/>

Administración de Emergencias del Condado Chelan

509-667-6851; en línea en <https://www.co.chelan.wa.us/sheriff/pages/emergency-management>

Tribunal de Distrito

509-667-6600; en línea en <https://www.co.chelan.wa.us/district-court>

Hospitales

Chelan | Lake Chelan Community Hospital 509-682-3300; en línea en <https://lakechelancommunityhospital.com/>

Wenatchee | Central Washington Hospital 509-663-8711; en línea en

<https://www.confluencehealth.org/locations/wenatchee-valley-hospital-clinics/>

Wenatchee | Wenatchee Valley Hospital & Clinics Campus 509-663-8711; en línea en

<https://www.confluencehealth.org/locations/wenatchee-valley-hospital-clinics/>

Leavenworth | Cascade Medical 509-548-5815; en línea en <https://cascademedical.org/>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

Actualizaciones disponibles en línea en <https://www.k12.wa.us/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos del Condado Douglas

Para información general sobre el COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar al Centro de Llamadas Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 1-800-525-0127.

Departamento de Salud

509-886-6400 o 509-886-6499 (fuera de horas del trabajo); en línea en <https://cdhd.wa.gov/>

Administración de Emergencias del Condado Douglas

509-884-0941; en línea en <http://www.douglascountywa.net/departments/emergency-management>

Tribunal de Distrito

509-884-5973; en línea en <http://www.douglascountywa.net/elected-offices/district-court>

Hospitales

Chelan | Lake Chelan Community Hospital 509-682-3300; en línea en <https://lakechelancommunityhospital.com/>

Wenatchee | Central Washington Hospital 509-663-8711; en línea en

<https://www.confluencehealth.org/locations/wenatchee-valley-hospital-clinics/>

Wenatchee | Wenatchee Valley Hospital & Clinics Campus 509-663-8711; en línea en

<https://www.confluencehealth.org/locations/wenatchee-valley-hospital-clinics/>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

Actualizaciones están disponibles en línea en <https://www.k12.wa.us/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos del Condado King

Para información general sobre el COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar al Centro de Llamadas Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 1-800-525-0127.

Muchos edificios del Condado King están cerrados al público y se están ofreciendo muchos servicios de forma remota. Para aprender más sobre los cambios y cancelaciones, visite <https://www.kingcounty.gov/about/news/covid-service-changes.aspx>

Centro de Llamadas Para el Nuevo Coronavirus del Condado King

Si usted vive en el Condado King y cree que fue expuesto a un caso confirmado de COVID-19, o si es proveedor de atención médica con preguntas sobre el COVID-19, contacte nuestro centro de llamadas para el nuevo coronavirus: 206-477-3977.

- El centro de llamadas está abierto al diario entre las 8 AM y las 7 PM PST.
- Si tiene preguntas generales sobre COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar el Centro de Llamadas Para el Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 800-525-0127.

Actualizaciones sobre el Coronavirus del Departamento de Salud Pública Equipo de Enfermedades Contagiosas
www.kingcounty.gov/covid

Salud Pública

800-325-6165; en línea en <https://www.kingcounty.gov/depts/health.aspx>

Administración de Emergencias

800-523-5044; en línea en <https://www.kingcounty.gov/depts/emergency-management.aspx>

Tribunal de Distrito

206-296-0596; en línea en <https://www.kingcounty.gov/courts/district-court.aspx>

Hospitales

Auburn | MultiCare Auburn Medical Center 253-833-7711; en línea en <https://www.multicare.org/auburn-medical-center/>

Enumclaw | CHI Franciscan St. Elizabeth Hospital 360-802-8822; en línea en <https://www.chifranciscan.org/st-elizabeth-hospital/>

Issaquah | Swedish Issaquah 425-313-4000 en línea en <https://www.swedish.org/locations/issaquah-campus#laid=6707>

Snoqualmie | Snoqualmie Valley Hospital 425-831-2300; en línea en <https://snoqualmiehospital.org/>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

Actualizaciones están disponibles en línea en <https://www.k12.wa.us/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos del Condado Kittitas

Para información general sobre el COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar al Centro de Llamadas Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 1-800-525-0127.

Recursos para las Emergencias COVID-19 del Condado Kittitas

<https://kittitasemergency.org/>

Departamento de Salud Público del Condado Kittitas | Información de Respuesta a los Incidentes COVID-19

Preguntas y comentarios relacionados con el COVID-19 se dirigen al Centro de Operaciones de Emergencias (EOC) en 509-933-7581; en línea en <https://www.co.kittitas.wa.us/response/202003-covid19/default.aspx>

Administración de Emergencias del Condado Kittitas

509-933-8206; en línea en <https://www.co.kittitas.wa.us/sheriff/emergency.aspx>

Tribunal del Distrito del Condado Kittitas Inferior

509-962-7511; en línea en <https://www.co.kittitas.wa.us/courts/lower/default.aspx>

Tribunal del Distrito del Condado Kittitas Superior

509-674-5533; en línea en <https://www.co.kittitas.wa.us/courts/upper/default.aspx>

Hospital

Ellensburg | Kittitas Valley Healthcare Hospital 509-962-9841; en línea en <https://www.kvhealthcare.org/>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

Actualizaciones están disponibles en línea en <https://www.k12.wa.us/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Recursos del Condado Pierce

Para información general sobre el COVID-19 o la reacción del Estado de Washington, favor de llamar al Centro de Llamadas Nuevo Coronavirus del Estado de Washington en 1-800-525-0127.

Actualizaciones Coronavirus del Departamento de Salud del Condado Tacoma-Pierce

<https://www.tpchd.org/healthy-people/human-coronavirus>

Departamento de Salud del Condado Pierce

253-798-6500; en línea en <https://www.tpchd.org/>

Administración de Emergencias del Condado Pierce County

253-798-6595; en línea en <https://www.co.pierce.wa.us/104/Emergency-Management>

Tribunal del Distrito del Condado Pierce

253-798-7487; en línea en <https://www.piercecountywa.org/101/District-Court>

Hospitales

Puyallup | MultiCare Good Samaritan 253-697-4000; en línea en <https://www.multicare.org/good-samaritan-hospital/>

Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington (OSPI)

Actualizaciones están disponibles en línea en <https://www.k12.wa.us/>



<https://schrier.house.gov/>

202-225-7761 Washington, DC | 509-850-5340 Washington Central | 425-657-1001 Issaquah

Prevenir el Estigma

Los virus no discriminan, tampoco debemos discriminar nosotros.

El coronavirus no se da cuenta ni de raza, ni de nacionalidad, ni de etnicidad.

El nuevo coronavirus 2019 empezó en Wuhan, China. Eso solo tiene que ver con la geografía. El hecho de tener raíces chinas—o de cualquier otro lugar—no le hace más vulnerable al nuevo coronavirus a nadie.

Ponerse máscara facial no quiere decir que uno está enfermo.

La gente se pone máscara por una variedad de razones, incluso para evitar el polen o la contaminación del aire y también para razones culturales y sociales. No debemos juzgar a nadie ni tampoco asumir que está enfermo por el simple hecho de ponerse una máscara facial.

Usted sí puede interrumpir el estigma. Empiece con compartir información correcta.

Evite propagar la desinformación. Manténgase informado a través de sitios confiables y acreditados:

- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades
- Departamento de Salud del Estado de Washington
- Sitios web de Salud Pública operados por los condados

Alza la voz si escucha, ve, o lee desinformación o acoso social.

Suavemente corrija la desinformación y recuerde al proponente: las declaraciones y acciones prejuiciosas nos hacen menos seguros a todos. Si ocurre un acoso serio, favor de considerar reportarlo. Puede encontrar recursos en: kingcounty.gov/ncov/anti-stigma

Demuestre compasión y apoyo para los que han estado impactados más.

En las esquelas y los lugares de trabajo, cree oportunidades de aprendizaje tanto para los estudiantes como para la personal que barren ideas racistas y desinformadas. Escuche, reconoce, y, con permiso, comparte historias de víctimas del estigma, junto a mensajes que en su comunidad se rechaza la discriminación.