

# Newsletter for Families

April 2019

## Emergency Preparedness

Protecting your loved ones during an emergency

p.2

**READY  
OR NOT?**

**Emergency Plan Documents Inside! p.5**

|  |   |
|--|---|
| Upcoming Dates of Interest .....             | 3 |
| Help With Paying Your Health Insurance ..... | 4 |
| Mental Health Resources .....                | 4 |
| Health Service Regional Offices .....        | 7 |
| En español .....                             | 9 |



**READY  
OR NOT?**

# Emergency Preparedness

## Are You Ready for Hurricane Season?

Hurricane season is almost here, bringing the potential for dangerous storms and harsh weather. When a severe storm hits, it can come with little to no warning and cause disaster. It's important to plan ahead during hurricane season. Here are some tips to help you weather the season safely.

### Awareness Saves Lives

Awareness is key to staying safe. Always watch the local weather forecast, and track potentially dangerous conditions to protect your family and property. Knowing what to expect will help you prepare for an emergency.

Thinking about these questions and their answers is first step to hurricane season safety.

### Create an Emergency Plan

Start with discussing potential dangers with your family. First, identify the types of emergencies that may occur in your area. Then, how

to protect your family and household members with special medical needs. Finally, assign emergency responsibilities to each person.

Consider these questions to help you determine the safest place for your family during a storm:


- Is your home the safest place to be during extreme weather?
- Would another place nearby be safer?
- Should you have directions to the nearest shelter or a friend's home?

Ensure that your child has an up-to-date emergency plan of care.

### Build an Emergency Kit

An emergency kit contains the basic supplies necessary for surviving a disaster, such as: water, non-perishable food, flashlights, batteries, and a battery-powered or hand-crank radio. To get started, use the disaster supply checklist on page 5.

Also consider including important health care information about family members with special medical needs in your emergency kit. Did you know you can use a re-sealable, waterproof Emergency Document Bag to store your important documents?



HAVE A PLAN  
**READY  
OR NOT?**

---



---



---



---



---



---




---



---

ADDITIONAL IMPORTANT PHONE NUMBERS & INFORMATION:

### Family Emergency Plan



OUT-OF-TOWN EMERGENCY CONTACT:  
PHONE: \_\_\_\_\_ CELL: \_\_\_\_\_


NEIGHBORHOOD EMERGENCY CONTACT:  
PHONE: \_\_\_\_\_ CELL: \_\_\_\_\_

NEIGHBORHOOD MEETING PLACE:  
PHONE: \_\_\_\_\_

OUT-OF-TOWN MEETING PLACE:  
PHONE: \_\_\_\_\_

DIAL 911 FOR EMERGENCIES VISIT TEXASPREPARES.ORG

< FOLD  
HERE >



HAVE A PLAN  
**READY  
OR NOT?**

---



---



---



---



---



---




---



---

ADDITIONAL IMPORTANT PHONE NUMBERS & INFORMATION:

### Family Emergency Plan



OUT-OF-TOWN EMERGENCY CONTACT:  
PHONE: \_\_\_\_\_ CELL: \_\_\_\_\_

NEIGHBORHOOD EMERGENCY CONTACT:  
PHONE: \_\_\_\_\_ CELL: \_\_\_\_\_

NEIGHBORHOOD MEETING PLACE:  
PHONE: \_\_\_\_\_

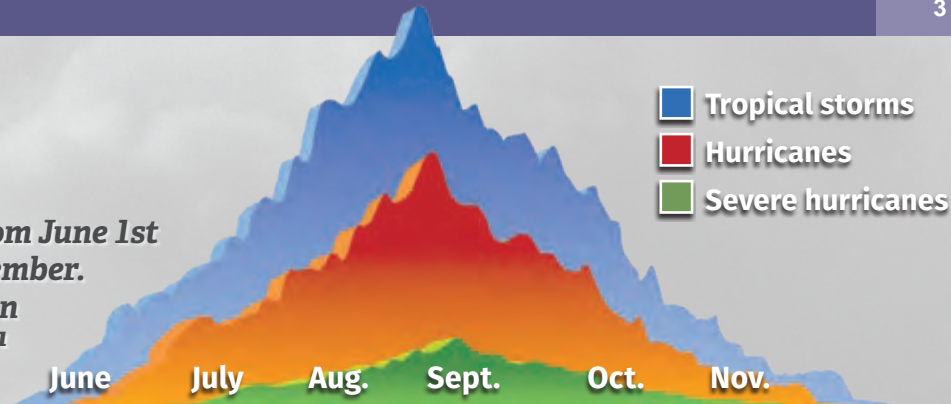
OUT-OF-TOWN MEETING PLACE:  
PHONE: \_\_\_\_\_

DIAL 911 FOR EMERGENCIES VISIT TEXASPREPARES.ORG

▲ Fill out these cards and give one to each member of your family to make sure they know who to call and where to meet in case of an emergency. Additional cards can be downloaded from [www.texasprepares.org/English/Amplifiers.htm](http://www.texasprepares.org/English/Amplifiers.htm).

## DID YOU KNOW?

*Hurricane season typically runs from June 1st to November 30th, peaking in September. From 1900 to 2018, there has been an average of six hurricanes per year.<sup>1</sup>*



Order yours for free by emailing [DSHS.ReadyOrNot@dshs.state.tx.us](mailto:DSHS.ReadyOrNot@dshs.state.tx.us).

For more information about preparing for an emergency for people with special health care needs visit <https://www.dshs.texas.gov/commprep/welcome.aspx>.

### More Online Resources

Here are more resources to help prepare your family for hurricane season:

FEMA. Prepare for Emergencies Now: Information for People with Disabilities ([www.fema.gov/pdf/library/pfd\\_all.pdf](http://www.fema.gov/pdf/library/pfd_all.pdf))

Ready.gov. Prepare, Plan and Stay Informed (<https://www.ready.gov/individuals-access-functional-needs>)

Texas Department of State Health Services. Ready or Not?: Have a Plan ([texasprepares.org](http://texasprepares.org)):

- Planning with Family Members with Disabilities ([texasprepares.org/English/family\\_special.shtml](http://texasprepares.org/English/family_special.shtml))
- Planning with Children ([texasprepares.org/English/family\\_children.shtml](http://texasprepares.org/English/family_children.shtml))

STEAR Program from the Texas Department of Public Safety. ([www.dps.texas.gov/dem/stear/public.htm](http://www.dps.texas.gov/dem/stear/public.htm)) Free, public registry that provides local emergency planners and emergency responders with additional information during times of an emergency event.

Red Cross. Preparing for Disaster for People with Disabilities and Other Special Needs ([www.redcross.org/images/MEDIA\\_CustomProduct-Catalog/m4240199\\_A4497.pdf](http://www.redcross.org/images/MEDIA_CustomProduct-Catalog/m4240199_A4497.pdf)) ■

1. <http://www.nhc.noaa.gov/climo/>

## UPCOMING DATES OF INTEREST

### APRIL

**National Autism Awareness Month**  
Share your experience with autism and find local events and activities at [www.autism-society.org](http://www.autism-society.org).

#### Child Abuse Prevention Month

Help stop child abuse. If you suspect a child is being abused, report it at **800-252-5400**. Visit [www.txabusehotline.org](http://www.txabusehotline.org) to report situations that do not need to be investigated right away. Do not try intervening or investigating on your own.

#### April 10: National Siblings Day

A day promoting support for siblings of children with disabilities. Ask your local case manager about available sibling support groups and resources in your community.

### MAY

**National Water Safety Month**  
Learn about the importance of water safety such as safe swimming and other water-related activities at [www.nationalwatersafetymonth.org](http://www.nationalwatersafetymonth.org).

#### May 6: National Children's Mental Health Awareness Day

A day to focus on the importance of integrating children's mental, emotional, and physical health.

#### May 5 -11: Children's Mental Health Awareness Week

Help raise awareness for children's mental health across the country. Learn more by visiting [ffcmh.org/events](http://ffcmh.org/events).

See page 4 for additional Mental Health Resources.

### JUNE

#### National Cytomegalovirus (CMV) Awareness Month

Learn about the effects of Cytomegalovirus (CMV) on pregnant women and their children. CMV is the most common virus affecting newborns in the United States. Visit [www.nationalcmv.org/](http://www.nationalcmv.org/) for more information.



# Do You Need Help Paying Your Insurance Premium?

## Insurance Premium Payment Assistance (IPPA)

Active CSHCN clients with other health insurance (except for the Children’s Health Insurance Program) can get help from the Insurance Premium Payment Assistance (IPPA).

IPPA helps families pay for other insurance or other health-benefit programs, such as the Medicaid Buy-In for Children program. Each month, active CSHCN clients pay the premium and then send in proof of payment, and then the CSHCN Services Program pays back the amount that covers the client.

For example, if your employer deducts a health insurance premium from your pay, you must submit the pay stub showing the deduction if you get help from IPPA.

IPPA can be used for health, dental, and vision coverage. We recently heard about how IPPA makes a big difference in one person’s life:

*A client had money problems that kept him from being able to pay for health insurance coverage. His father heard about IPPA and helped him send in the necessary documentation. For the last two years, he has had medical, dental, and vision coverage because of IPPA.*

If you need help right now paying your insurance premium, call the TMHP-IPPA Helpline at **800-440-0493**.

### Getting Started With IPPA

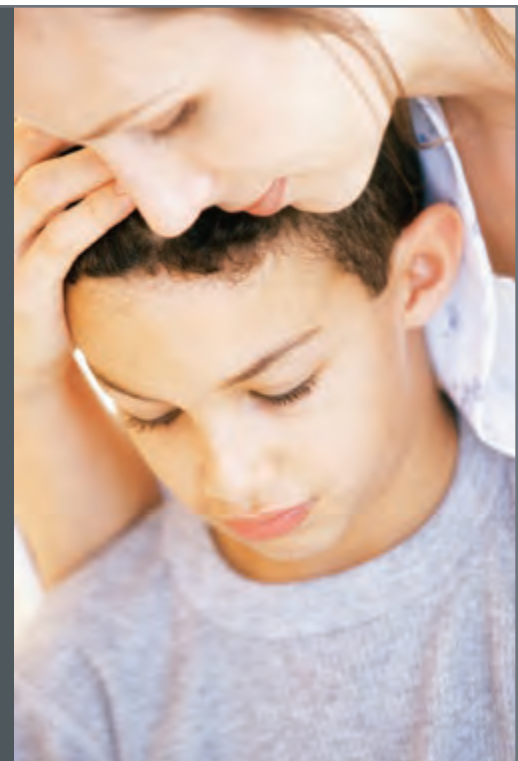
- ▶ Most CSHCN clients are referred to IPPA. After receiving a referral, TMHP-IPPA reaches out to the client to explain how to enroll in the IPPA program.
- ▶ Sometimes case managers recommend clients apply for the program.
- ▶ IPPA coverage is reviewed each year. When you renew your CSHCN eligibility, make sure you always fill out all of the section on “Insurance Information” on page 5 of the Children with Special Health Care Needs Program Application. If you lose your CSHCN Services Program eligibility, you also lose IPPA coverage.
- ▶ If you get help from the IPPA program, you must call the CSHCN Services Program Hotline at **800-252-8023** when you have changes to your other health insurance coverage.

For questions about an IPPA application or a payment, call the TMHP-IPPA Helpline at **800-440-0493**. ■

## Mental Health Resources

If someone you know needs mental or behavioral health services, contact:

- ▶ **2-1-1 Texas:** Dial **2-1-1** to find mental or substance abuse services near you, or visit **211Texas.org**.
- ▶ **Suicide Crisis Line:** Seek support for yourself or someone you know who may be suicidal by calling **800-273-8255** (TTY: 800-799-4889).
- ▶ **Mental Health Texas:** Learn about mental illness and support near you by visiting **mentalhealthtx.org**, an online guide from the Texas Health and Human Services Commission (HHSC).





# READY OR NOT?

## HAVE A PLAN

# BUILDING YOUR DISASTER SUPPLY KIT



**Build your kit all at once or step by step. Start with what you have at home. Then shop for the rest. Build it to shelter in place or evacuate.**

Pack these basic supplies for each person in a portable container or backpack. You'll need them whether you stay or go.



### STEP 1 FOOD AND WATER

- 3-day supply of food that needs no cooking
- 1 gallon of water per day for each person
- Manual can opener
- Baby items (baby food, formula, bottles)
- Pet Supplies (listed on next page)



### STEP 2 FIRST AID, MEDICATION, HYGIENE

- First-aid kit (listed on next page)
- Prescriptions and backup medications
- Hand sanitizer, wipes, bleach (To purify water, mix 1/8 teaspoon per gallon. Stir and let stand for 30 minutes.)
- Toilet paper, paper towels, garbage bags
- Dental care, hearing aids, and vision products
- Soaps, personal supplies, diapers
- Sunscreen, insect repellent
- Face masks to filter air (N-95 rating)



### STEP 3 COMMUNICATION, LIGHTING, DOCUMENT BAG ITEMS

- Battery-powered radio with extra batteries or crank radio (emergency alert radio is best)
- Extra cell phone battery and car charger
- Flashlights and extra batteries
- Matches and lighter
- Whistle
- Reading glasses and sunglasses
- Document bag items (listed on next page)

You may have to leave in a hurry to get to a safe place. Keep these supplies near your car. When it's time, grab them and go.



### STEP 4 ADD THESE ITEMS FOR EVACUATING BY CAR

- Road maps
- Car repair items (tools, spare tire, tire patch kit, oil)
- More food and water
- Plastic plates, cups and utensils
- Tent, blankets and pillows
- Clothes and sturdy shoes
- Rain gear and towels
- Books, games and toys

### BEFORE YOU LEAVE HOME

- Fill your gas tank, check your spare tire
- Take cash, checkbook and credit cards
- Call your family emergency contact
- Charge your mobile phone
- Get a map of your route

When staying home is your safest choice, add these items to your kit and stay tuned to the news.



### STEP 5 ADD THESE ITEMS FOR SHELTERING IN PLACE

- Smoke detectors with extra batteries
- Carbon monoxide detector (if using generators, charcoal grills or camp stoves)
- Fire extinguisher
- Land line phone with extra long cord
- Plastic sheeting and duct tape (to seal doors, windows and air vents from contaminated air or to build an emergency shelter)



HAVE A PLAN

# Family Emergency Plan



Make sure your family has a plan in case of an emergency. Before an emergency happens, sit down together and decide how you will get in contact with each other, where you will go and what you will do in an emergency. Keep a copy of this plan in your emergency essentials kit or another safe place where you can access it in the event of a disaster.

|                                   |                          |
|-----------------------------------|--------------------------|
| Out-of-Town Contact Name: _____   | Telephone Number: _____  |
| E-mail: _____                     | Cell Phone Number: _____ |
| Local Contact Name: _____         | Telephone Number: _____  |
| E-mail: _____                     | Cell Phone Number: _____ |
| Neighborhood Meeting Place: _____ | Telephone Number: _____  |
| Out-of-Town Meeting Place: _____  | Telephone Number: _____  |

Fill out the following information for each family member and keep it up to date.

|                                      |                      |                               |
|--------------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |
| Name: _____                          | Date of Birth: _____ | Social Security Number: _____ |
| Important Medical Information: _____ |                      |                               |

Write down where your family spends the most time: work, school and other places you frequent. Schools, daycare providers, workplaces and apartment buildings should all have site-specific emergency plans that you and your family need to know about.

### Work Location One

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

### School Location One

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

### Work Location Two

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

### School Location Two

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

### Other place you frequent

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

### Other place you frequent

Address: \_\_\_\_\_  
 Phone Number: \_\_\_\_\_  
 Evacuation Location: \_\_\_\_\_

| Important Information           | Name | Telephone Number | Policy Number |
|---------------------------------|------|------------------|---------------|
| Doctor(s):                      |      |                  |               |
| Other:                          |      |                  |               |
| Pharmacist:                     |      |                  |               |
| Medical Insurance:              |      |                  |               |
| Homeowners/Rental Insurance:    |      |                  |               |
| Veterinarian/Kennel (for pets): |      |                  |               |

Dial 911 for Emergencies



## Health Service Regional Offices\*

The CSHCN Services Program has offices all over the state of Texas to provide case management services. Case management involves working one on one with a social worker to help you plan, coordinate, and access health care and related services for you and your family.

Call the region where you live to begin working with a case manager in an office near you.

### Health Service Region 1 - Lubbock

6302 Iola Ave.

Lubbock, TX 79424-2721

**Telephone:** 1-806-744-3577

**Fax:** 1-806-783-6455

### Health Service Region 2/3 - Arlington

1301 South Bowen Road, Suite 200

Arlington, TX 76013-2262

**Telephone:** 1-817-264-4624 or 1-817-264-4627

**Fax:** 1-817-264-4911

### Health Service Region 4/5 North - Tyler

2521 West Front Street

Tyler, TX 75702-7822

**Telephone:** 1-903-533-5269

**Toll-free:** 1-877-340-8842

**Fax:** 1-903-535-7593 or 1-903-595-4706

### Health Service Region 6/5 South - Houston

5425 Polk Avenue, Suite J

Houston, TX 77023-1497

**Telephone:** 1-713-767-3000

or 1-713-767-3111

**Fax:** 1-713-767-3223 or 1-713-767-3125

## Oficinas regionales de servicios de salud\*

El programa cuenta con oficinas en todo el estado de Texas para proporcionar servicios de administración de casos. En colaboración con un trabajador social, este servicio es útil para planificar y coordinar el cuidado de la salud y los servicios de apoyo a la familia.

Marque el número de la región que le corresponde para comenzar a utilizar este servicio en la oficina más cercana.

### Health Service Region 7 - Temple

2408 South 37th Street

Temple, TX 76504-7168

**Telephone:** 1-254-771-6791

**Toll-free:** 1-800-789-2865

**Fax:** 1-254-778-5490

### Health Service Region 8 - San Antonio

7430 Louis Pasteur Drive

San Antonio, TX 78229-4507

**Telephone:** 1-210-949-2000, 1-210-949-2142,  
or 1-210-949-2044

**Fax:** 1-210-949-2047

### Health Service Region 9/10 - El Paso

401 East Franklin, Suite 210

El Paso, TX 79901-1206

**Telephone:** 1-915-834-7675

**Fax:** 1-915-834-7808

### Health Service Region 11 - Harlingen

601 West Sesame Drive

Harlingen, TX 78550-4040

**Telephone:** 1-956-423-0130

**Fax:** 1-956-444-3293

\* See the Texas Health Service Regional Map on page 15  
*Véase el mapa de las regiones de Texas en la página 15.*

## Address Change Form—*Formulario de cambio de domicilio*

If you have moved, please complete this form and attach a copy of the required documentation to update our records. Please print.

*Si se mudó, rellene y mande este formulario con una copia del documento requerido para que actualicemos nuestros registros. Escriba en letra de molde.*

|  |                      |   |  |
|--|----------------------|---|--|
| <b>CSHCN Client's Name/Nombre del cliente de CSHCN</b>                     |                      | <b>CSHCN Case No./N.o de caso de CSHCN:</b> |  |
| <b>Parent's/Guardian's Name/Nombre del padre, la madre o el tutor:</b>     |                      | <b>Telephone No./Teléfono:</b>              |  |
| <b>Street Address/Domicilio:</b>   |                      | <b>Apartment No./N.o de apartamento:</b>    |  |
| <b>City/Ciudad:</b>  | <b>State/Estado:</b> | <b>ZIP Code/Código postal:</b>              |  |
| <b>Parent's/Guardian's Signature/Firma del Padre, la madre o el tutor:</b> |                      |   |  |

Required documentation attached (a copy of one of the following forms of proof of residence is required). Please check the documentation you will send with this form:

*Documento requerido adjunto (requerimos una copia de uno de los siguientes comprobantes de residencia). Marque abajo el documento que mandará con este formulario:*

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Current utility bill (electricity, water, telephone)</li> <li><input type="checkbox"/> Current lease agreement (with landlord's name, address, and telephone number)</li> <li><input type="checkbox"/> Current mortgage bill or payment</li> <li><input type="checkbox"/> Current rent receipt (with landlord's name, address, and telephone number)</li> <li><input type="checkbox"/> Current Texas Driver's License</li> <li><input type="checkbox"/> Current Texas Motor Vehicle Registration</li> <li><input type="checkbox"/> Current Texas Voter Registration</li> <li><input type="checkbox"/> Current school records showing attendance in a Texas school</li> <li><input type="checkbox"/> Current Texas medical care identification (Medicaid ID)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <i>Factura actual de servicios públicos (electricidad, agua, teléfono)</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Acuerdo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Factura o pago actual de hipoteca</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Recibo actual de renta (con el nombre, domicilio y teléfono de quien le renta)</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Licencia actual de conducir de Texas</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Registro actual de automóvil de Texas</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Registro actual de votante de Texas</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Registros escolares actuales que muestren la asistencia a una escuela de Texas</i></li> <li><input type="checkbox"/> <i>Identificación actual de atención médica (identificación de Medicaid) de Texas</i></li> </ul> |
|--|---|

Mail to/Mándelos por correo postal a:

**CSHCN Services Program**

**MC 1938**

**P.O. Box 149347**

**Austin TX 78714-9347**

**1-800-252-8023**



# Boletín para Familias

Abril 2019

## Preparación para emergencias

Proteger a sus seres queridos durante una emergencia

p. 10

**¿ESTÁS LISTO?**

Documentos para su plan de emergencia. p.13

|  |    |
|--|----|
| Próximas fechas de interés .....               | 11 |
| Ayuda para pagar su seguro médico .....        | 12 |
| Recursos de salud mental.....                  | 12 |
| Oficinas regionales de servicios de salud..... | 7  |

**¿ESTÁS LISTO?**

# Preparación para emergencias en temporada de huracanes

¿Están preparados en caso de un huracán? La temporada de huracanes se avecina y trae consigo la posibilidad de tormentas y condiciones meteorológicas extremas que pudieran causar desastre. Además, se puede dar el caso de que haya tormentas con poco aviso, de modo que es importante planificar de antemano. Sírvese de los siguientes consejos para mantenerse a salvo durante el mal tiempo.

## Esté al tanto de la información

Mantenerse informado es indispensable. Siga de cerca el pronóstico del tiempo local y preste atención a las condiciones meteorológicas peligrosas para proteger a su familia y sus bienes. Asimismo, conocer el clima local, le ayudará a prepararse en caso de emergencia.

## Prepare un plan de emergencia

Platique con su familia sobre los posibles peligros. Primero, identifiquen las emergencias que pueden ocurrir con base en el clima de su región. Luego, identifiquen las formas de proteger a cada uno de los miembros de su familia y satisfacer cualquier necesidad. Asigne responsabilidades específicas

en caso de una emergencia a cada persona.

Las siguientes preguntas son importantes para determinar cuál es el lugar más seguro para su familia durante una tormenta:

- ▶ ¿Es su hogar el lugar más seguro para resguardarse durante condiciones meteorológicas extremas?
- ▶ ¿Sería más seguro pasar el mal tiempo en otro lugar?
- ▶ ¿Todos sabemos las direcciones para llegar al refugio más cercano o a la casa de un amigo o familiar?

No olvide asegurarse de que su hijo tenga un plan de cuidados de emergencia actualizado.

## Tenga listo un equipo de emergencia

El equipo de emergencia incluye artículos básicos necesarios para sobrevivir durante un desastre, tales como: agua, alimentos no perecederos, linternas, pilas y un radio portátil solar o de pilas. Para empezar, use la lista de artículos de emergencia de la página 13.

También incluya la información médica importante acerca de los miembros de su familia con necesidades especiales de salud. ¿Sabía que es buena idea utilizar una bolsa de plástico para almacenar sus documentos importantes de emergencia? Solicite una bolsa a prueba de agua gratis vía [DSHS.ReadyOrNot@dshs.state.tx.us](mailto:DSHS.ReadyOrNot@dshs.state.tx.us).

HAGAMOS UN PLAN

**¿ESTÁS LISTO?**

NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES ADICIONALES E INFORMACIÓN:

**Plan de emergencia de familia:** 

Contacto de emergencia en otra ciudad:  
Teléfono: \_\_\_\_\_ Célular: \_\_\_\_\_

Contacto vecindario de emergencia:  
Teléfono: \_\_\_\_\_ Célular: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión vecindaria:  
Teléfono: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión en otra ciudad:  
Teléfono: \_\_\_\_\_

MARCA 911 PARA EMERGENCIAS VISITA TEXASPREPARA.ORG

< Doble Aquí >

HAGAMOS UN PLAN

**¿ESTÁS LISTO?**

NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES ADICIONALES E INFORMACIÓN:

**Plan de emergencia de familia:** 

Contacto de emergencia en otra ciudad:  
Teléfono: \_\_\_\_\_ Célular: \_\_\_\_\_

Contacto vecindario de emergencia:  
Teléfono: \_\_\_\_\_ Célular: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión vecindaria:  
Teléfono: \_\_\_\_\_

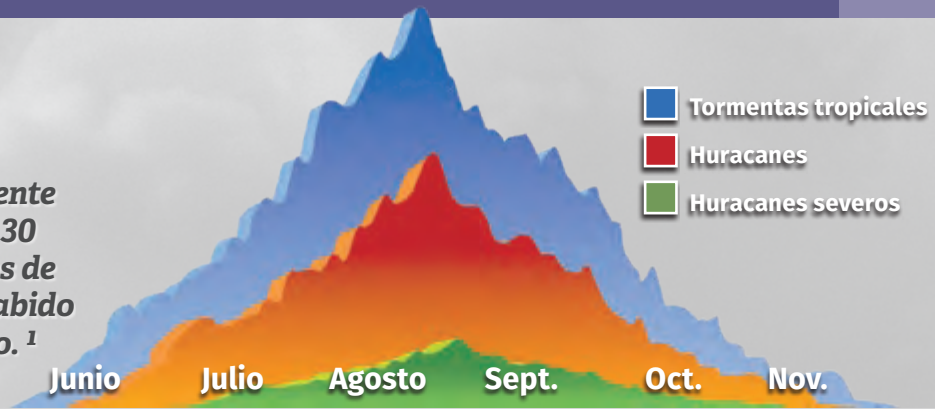
Lugar de reunión en otra ciudad:  
Teléfono: \_\_\_\_\_

MARCA 911 PARA EMERGENCIAS VISITA TEXASPREPARA.ORG

▲ Completa estas tarjetas y dale una a cada miembro de tu familia para asegurarte que ellos saben a quien llamar y dónde encontrarse en caso de una emergencia. Se pueden descargar tarjetas adicionales desde [www.texasprepares.org/](http://www.texasprepares.org/) Spanish/.

## ¿Sabía usted?

La temporada de huracanes normalmente se extiende desde el 1 de junio hasta el 30 de noviembre, septiembre siendo el mes de mayor actividad. De 1900 a 2018, ha habido un promedio de seis huracanes por año.<sup>1</sup>



Para aprender más sobre la planificación de emergencia para las personas con necesidades especiales de salud, visite [www.dshs.texas.gov/preparedness/Preparación-de-salud-pública.aspx](http://www.dshs.texas.gov/preparedness/Preparación-de-salud-pública.aspx).

### Más recursos en Internet

Estos son algunos recursos para ayudar a su familia a prepararse para la temporada de huracanes:

FEMA. Qué hacer antes y después de una emergencia ([www.ready.gov/es](http://www.ready.gov/es))

Departamento de Servicios de Salud del Estado Texas. ¿Estás listo?: Hagamos un plan (<http://texasprepares.org/Spanish>):

- Planificación cuando se tiene miembros familiares con discapacidad ([http://texasprepares.org/Spanish/family\\_special\\_sp.shtml](http://texasprepares.org/Spanish/family_special_sp.shtml))
- Planificación para familias con niños ([http://texasprepares.org/Spanish/family\\_children\\_sp.shtml](http://texasprepares.org/Spanish/family_children_sp.shtml))

Programa STEAR del Departamento de Seguridad Pública de Texas. ([www.dps.texas.gov/dem/stear/public.htm](http://www.dps.texas.gov/dem/stear/public.htm)) Es un registro público gratis que ofrece información adicional a los planificadores de emergencias y al personal local de emergencias para los momentos cuando se presenta una emergencia. ■

1. <http://www.nhc.noaa.gov/climo/>

## PRÓXIMAS FECHAS DE INTERÉS

### ABRIL

#### Mes Nacional de Concientización sobre el Autismo

Comparta sus experiencias con el autismo, y busque eventos locales y actividades en [www.autism-society.org](http://www.autism-society.org).

#### Mes de la Prevención del Abuso Infantil

Ayude a detener el abuso infantil: Si sospecha que un niño es víctima del abuso, repórtelo al **800-252-5400**. Visite [www.txabusehotline.org](http://www.txabusehotline.org) para reportar situaciones que no necesitan ser investigadas de forma inmediata. No intente intervenir o investigar por su propia cuenta.

#### 10 de Abril: Día Nacional de Hermanos

Día para fomentar el apoyo a los hermanos de los niños con discapacidades. Infórmese con su administrador de casos acerca de grupos de apoyo para hermanos y otros recursos disponibles en su comunidad.

### MAYO

#### Mes Nacional de Seguridad en el Agua

Obtenga información sobre la importancia de la seguridad en el agua, como tener cuidado al nadar y durante otras actividades acuáticas, en [www.nationalwatersafetymonth.org](http://www.nationalwatersafetymonth.org) (sitio en inglés).

#### 6 de Mayo: Día de Concientización sobre la Salud Mental Infantil

El día para reflexionar sobre la importancia de integrar la salud mental, emocional y física de los niños.

#### 5 a 11 de mayo: Semana de Concientización sobre la Salud Mental Infantil

Ayude a crear conciencia sobre la salud mental de los niños y obtenga más información en [ffcmh.org/events](http://ffcmh.org/events) (sitio en inglés).

Vea la página 14 para recursos adicionales de salud mental.

### JUNIO

#### Mes Nacional de Concientización sobre el Citomegalovirus (CMV)

Obtenga más información sobre los efectos de la infección por citomegalovirus (CMV) en las mujeres embarazadas y sus hijos. El CMV es el virus más común que afecta a los recién nacidos en los Estados Unidos. Aprenda más en [www.nationalcmv.org](http://www.nationalcmv.org) (sitio en inglés).



# ¿Necesita ayuda para pagar las primas del seguro médico?

## Asistencia para el Pago de las Primas de Seguro Médico (IPPA)

Los beneficiarios actuales de CSHCN que tengan otro seguro médico (a excepción del Programa de Seguro Médico para Niños) pueden recibir la Asistencia para el Pago de las Primas del Seguro Médico (IPPA).

La IPPA ayuda a las familias a cubrir el costo de otros seguros médicos o de otros programas de atención médica, como el programa Medicaid Buy-In para Niños. Cada mes, los beneficiarios que participan en CSHCN pagan la prima y envían el comprobante de pago. Luego el programa CSHCN le reembolsa el monto al cliente.

Por ejemplo, si su empleador retiene de su sueldo la prima del seguro médico, usted debe enviar la verificación del pago que muestre la cantidad retenida, para poder recibir ayuda de IPPA.

La IPPA se puede utilizar para la cobertura médica, dental y de la vista. Hace poco escuchamos cómo la IPPA tuvo un gran impacto en la vida de alguien:

*Un cliente tenía problemas económicos que le impedían pagar la cobertura del seguro médico. Su padre se enteró acerca de la IPPA y le ayudó a enviar la documentación necesaria. Durante los últimos dos años, ha tenido cobertura médica, dental y de la vista gracias a la IPPA.*

Si en estos momentos necesita ayuda para pagar las primas del seguro médico, llame a la línea de ayuda de TMHP-IPPA al **800-440-0493**.

### Cómo acceder a la IPPA

- ❑ La mayoría de los beneficiarios de CSHCN son remitidos al programa IPPA. Después de recibir una remisión, TMHP-IPPA se comunica con el cliente para explicarle cómo inscribirse en el programa IPPA.
- ❑ A veces los administradores de casos les recomiendan a los beneficiarios que soliciten ayuda del programa.
- ❑ Se evalúa cada año la cobertura del programa IPPA. Cuando renueva su participación en el programa CSHCN, no olvide llenar toda la sección denominada “Información sobre el seguro médico” en la página 5 de la “Solicitud de beneficios del Programa para Niños con Necesidades Médicas Especiales”. Si ya no reúne los requisitos para participar en el programa CSHCN, también perderá la cobertura de IPPA.
- ❑ Si recibe ayuda del programa IPPA, debe llamar a la línea de ayuda del programa CSHCN al **800-252-8023** cuando haya cambios en cualquier otra cobertura de seguro médico que usted tenga.

Si tiene preguntas sobre alguna solicitud o pago relacionados con el programa IPPA, llame a la línea de ayuda de TMHP-IPPA al **800-440-0493**. ■

## Recursos de salud mental

Si conoce a alguien que necesite servicios de salud mental o del comportamiento, comuníquese con:

- ❑ **2-1-1 Texas:** Marque el **2-1-1** para encontrar servicios de salud mental o abuso de sustancias cerca de usted, o visite **211Texas.org**
- ❑ **Línea de Ayuda para Crisis de Suicidio:** Busque apoyo para usted o para alguna otra persona conocida que esté contemplando el suicidio, llamando vía **800-273-8255** (TTY: 800-799-4889).
- ❑ **Mental Health Texas:** Aprenda sobre las enfermedades mentales y busque servicios de apoyo en **mentalhealthtx.org**, un recurso en Internet de la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas.





# ¿ESTÁS LISTO?

HAGAMOS UN PLAN

## PREPARA TU JUEGO DE SUMINISTROS PARA DESASTRES



**Prepara tu juego todo a la vez o paso por paso. Empieza con lo que tengas en casa. Y luego compra lo demás. Prepáralo ya sea que te refugies en donde estás o que evacues.**

Empaca estos suministros básicos para cada persona en un contenedor portátil o en una mochila. Los necesitarás ya sea que te quedes o te vayas.



### PASO 1 ALIMENTOS Y AGUA

- Suministro para 3 días de alimentos que no necesiten cocinarse
- 1 galón de agua por día para cada persona
- Abrelatas manual
- Artículos para bebé (alimento, fórmula y biberones)
- Suministros para mascotas (en la siguiente página)



### PASO 2 PRIMEROS AUXILIOS, MEDICAMENTO E HIGIENE

- Botiquín de primeros auxilios (en la siguiente página)
- Recetas médicas y medicamentos de reserva
- Sanitizante de manos, toallitas húmedas (desechables), cloro (Para purificar el agua, agrégale 1/8 de cucharita a cada galón. Revuévela y déjala reposar por 30 minutos.)
- Papel sanitario, toallas de papel y bolsas de la basura
- Productos dentales, de la vista y aparatos auditivos
- Jabón, suministros personales y pañales
- Protector solar y repelente de insectos
- Mascarillas para filtrar el aire (tipo N-95)



### PASO 3 COMUNICACIÓN, ILUMINACIÓN Y ARTÍCULOS PARA LA BOLSA DE DOCUMENTOS

- Radio a pilas con pilas extra o radio de manivela (es mejor un radio de alerta de emergencia)
- Pila extra para el teléfono celular y un cargador para el coche
- Linternas y pilas extra
- Cerillos y encendedor
- Silbato
- Lentes para leer y gafas de sol
- Artículos para la bolsa de documentos (en la siguiente página)

Tendrás que irte de prisa rumbo a un lugar seguro. Guarda estos suministros cerca de tu coche. Cuando se llegue el momento, solo hay que agarrar y llevar.



### PASO 4 AGREGA ESTOS ARTÍCULOS PARA EVACUAR EN COCHE

- Mapas carreteros
- Artículos de reparación de coches (herramientas, llanta de repuesto, equipo para parchar llantas y aceite)
- Más alimentos y agua
- Platos, vasos y utensilios plásticos
- Tienda de campaña, cobijas y almohadas
- Ropa y zapatos resistentes
- Ropa y equipo para lluvia y toallas
- Libros, juegos y juguetes

#### ANTES DE QUE TE VAYAS DE CASA

- Llena el tanque de gasolina y revisa la llanta de repuesto
- Llévate dinero en efectivo, chequera y tarjetas de crédito
- Llámale al contacto de tu familia para emergencias
- Carga tu teléfono móvil
- Consigue un mapa de tu ruta

Cuando quedarte en casa es la opción más segura, agrega estos artículos a tu juego y sintoniza las noticias.



### PASO 5 AGREGA ESTOS ARTÍCULOS PARA CUANDO TE REFUGIES DONDE ESTÁS

- Detectores de humo con pilas extra
- Detector de monóxido de carbono (si usas generadores, asadores de carbón o estufas de campaña)
- Extinguidor de incendios
- Teléfono alámbrico con cable extra largo
- Plástico en planchas y cinta adhesiva plateada (para sellar puertas, ventanas y rejillas de ventilación para protegerse del aire contaminado o para construir un refugio de emergencia)



HAGAMOS UN PLAN

# Plan De Emergencia De la Familia



Asegúrate que tu familia tenga un plan en caso de una emergencia. Antes de que una emergencia pase, júntate con tu familia para decidir cómo comunicarse el uno con el otro, cómo encontrarse y lo que harán en una emergencia. Guarda una copia de este plan en tu equipo de elementos esenciales de emergencia u otro lugar seguro donde puedes tener acceso a ello en caso de un desastre.

Nombre de contacto en otra ciudad: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre de contacto local: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión vecindaria: \_\_\_\_\_

Lugar de reunión en otra ciudad: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Número de teléfono celular: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Número de teléfono celular: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

## Llena la información siguiente para cada miembro de familia y mantenla actualizada:

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Número de seguro social: \_\_\_\_\_

Información médica importante: \_\_\_\_\_

Anota dónde tu familia pasa la mayor parte de tiempo: trabajo, escuela y otros sitios que frecuentas. Las escuelas, los abastecedores de la guardería, los lugares de trabajo y edificios domesticos todos deberían tener un plan de emergencia específicos de sitio sobre los cuales tú y tu familia tienen que saber.

### Primer sitio de trabajo

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

### Segundo sitio de trabajo

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

### Otro lugar que frecuentas

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

### Primer sitio escolar

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

### Segundo sitio escolar

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

### Otro lugar que frecuentas

Domicilio: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Sitio de evacuación: \_\_\_\_\_

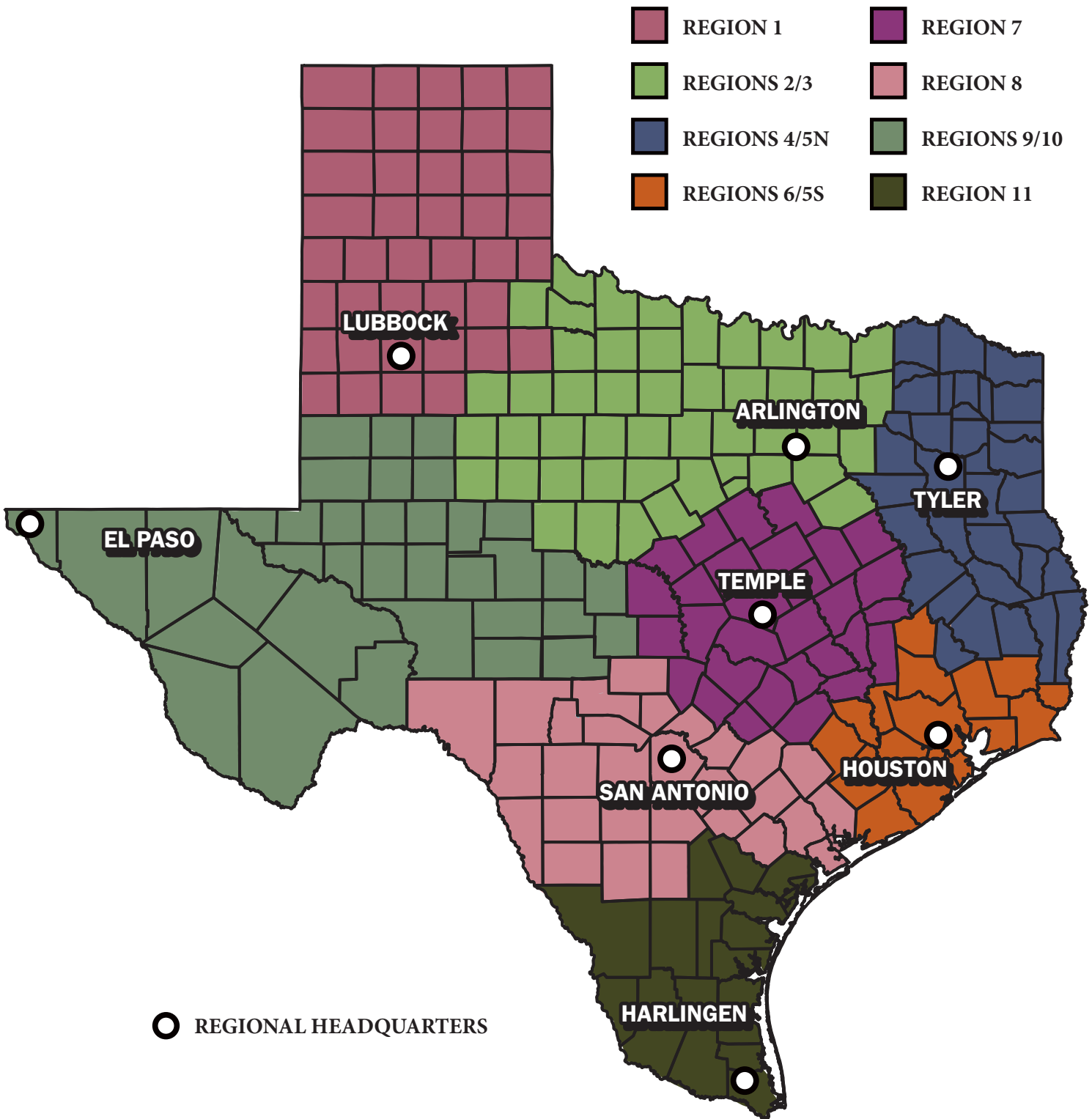
| Información Importante                  | Nombre | Número De Teléfono | Numero De Póliza |
|---|--------|--------------------|------------------|
| Doctor(es):                             |        |                    |                  |
| Otros:                                  |        |                    |                  |
| Farmacéutico:                           |        |                    |                  |
| Seguro médico:                          |        |                    |                  |
| Seguro de propietarios/alquiler:        |        |                    |                  |
| Veterinario/residencia (para mascotas): |        |                    |                  |

Marca 911 para emergencias



# Public Health Regions

[www.dshs.texas.gov/regions](http://www.dshs.texas.gov/regions)





**TEXAS**

Health and Human Services

Children with Special Health  
Care Needs Services

**CSHCN Services Program**  
Specialty Health Care Services, MC 1938  
P.O. Box 149347  
Austin, TX 78714-9347

Phone: 1-512-776-7355 or  
1-800-252-8023 (toll-free)  
Fax: 1-800-441-5133

# Newsletter for Families | Boletín para Familias

April 2019

Abril 2019

