# Conecciones Útiles

## para usted, su familia, su comunidad

Guía de
Recursos
Para el Este
Del condado
De King

(Spanish)

Noviembre 2004

**ERIC y EHSF agradecen a los siguientes patrocinadores:**

Eastside
Human
Services
Forum

LANE
POWELL
SPEARS
LUBERSKY
LLP

# AGRADECIMIENTOS

Muchas personas y organizaciones dieron su tiempo, pericia y entusiasmo para crear la Guía. Eastside Refugee and Immigrant Coalition (ERIC) y el Eastside Human Services Forum (EHSF) agradecen la devoción y dedicación de todos los que contribuyeron a este proyecto.

**Miembros del comité:** representantes de estas organizaciones se reunieron una vez al mes durante los últimos dos años para completar el proyecto. Gracias a estas organizaciones por su trabajo:

American Red Cross
Bellevue Community College
Chinese Information and Service Center
Cuidad de BellevueCiudad de Kirkland
Diana Lindner, MD, FAAP
Eastside Literacy Council
Hopelink
Public Health – Seattle & King County

**Contribuciones financieras, de voluntarios y de servicios:**

Americorps-VISTA
Ciudad de Bellevue
Ciudad de Kirkland
Ciudad de Redmond
Eastside Community Network
Fremont Public Association
United Way de King County

**Escritores de la versión inglesa:**
A Regional Coalition for Housing, Bellevue Community College, Chinese Information and Service Center, City of Bellevue, City of Kirkland, Crossroads Mini City Hall, Eastside Literacy Council, Eastside Domestic Violence Program, Family and Child Early Support, Hopelink, Starla Bailey, Tim Bernthal, Anne Curtis, Franz Loewenherz-Metro, Mary Jo Magruder, Kathy Moore, Diane Pawluck, Louis Watanabe, e información adicional provista por Tenant Net y la página web de Landlord Tenant law: http://www.atg.wa.gov/consumer/lt/.

Traducir la guía al chino, coreano, ruso, español y vietnamés fue un enorme esfuerzo. ERIC tuvo la buena fortuna de encontrar miembros de la comunidad con habilidades de traducción que se prestaron a proporcionar su tiempo y conocimiento para traducir las guías. Muchos de ellos son también inmigrantes, y todos estan comprometidos a ayudar a la comunidad.

**Las siguientes personas participaron en los equipos de traducción**:
Augusto Aguilera, Asian Counseling and Referral Services, Ngan T. Bui, Gina Cogan, Laura Cooper, Yuxin Deng, Young-Hee Choi Dwyer, Grupo de Madres Latinas de Crossroads, Oliver Hsu, Daniel Kim, Grace Kuan, Tra My-Lam, Carla Miranda, Gauhar Nguyen, Kristy Nguyen, Olga Petrova, Janitzia N. Pizarro, Tania Rzhondkovska, Le S. Tran, Thuy Tran, Sang Pil Yun

**Los siguientes donaron servicios específicos**:
La ciudad de Kirkland, Sarah St. George y Dimitri Ancira (diseño y trazado de computadora), Sherry Grindeland, Seattle Times, revisión de la versión inglesa, Phil Noble (consulta legal), Steven Winters de Lane Powell Spears Lubersky (consulta legal).

ERIC y EHSF también agradecen al personal de Hopelink y del Crossroads Community Center por el espacio para reuniones regulares.

Especiales agradecimientos para dos personas muy especiales que contribuyeron a este proyecto. Sin su firme devoción y dedicación, la guía no sería lo que es hoy. ERIC y EHSF desean agradecer a Debbie Lacy, consultora del proyecto y a Maria Soriano, voluntaria de VISTA, por su energía y devoción al proyecto.

# INTRODUCCIÓN

La idea de crear esta Guía de Recursos nació en 2001 cuando agencias locales, empleados de la ciudad, United Way, maestros, policías y otros miembros de la comunidad se reunieron para formar Eastside Refugee and Immigrant Coalition (ERIC). ERIC trabaja para mejorar los servicios para los inmigrantes y refugiados y para asegurar que las familias tengan acceso a la ayuda que necesiten. ERIC ha crecido a más de 100 miembros, varios de los cuales son inmigrantes o inmigrantes de segunda generación. Ellos trabajan para ayudar a gente de su propia cultura y también a otros.

ERIC sabe que uno de los problemas a los que se enfrentan los inmigrantes y refugiados es no saber que recursos tienen disponibles, especialmente si no hablan o leen mucho inglés. Muchas personas vienen de países que no tienen las clases de servicios y ayuda que hay disponibles aquí en los Estados Unidos. Muchas veces los inmigrantes se sorprenden al enterarse de los servicios gratuitos que existen en la comunidad. En todo los Estados Unidos, existen personas y organizaciones que proporcionan servicios a las familias e individuos que tengan dificultades financieras o que necesiten ayuda para ajustarse a la vida en los Estados Unidos. A veces, puede ser difícil confiar en otros o sentirse cómodo pidiendo ayuda, pero nosotros esperamos que esta guía le de a usted y a su familia la información que necesita.

Además de 22 secciones sobre tópicos generales hay también una sección con consejos e información especiales. Estas son cosas que a otros les hubiera gustado saber cuando recién habían llegado a la comunidad.

Esta Guía está disponible en chino, coreano, ruso, español y vietnamés, así como inglés. Es posible que parte de la información cambie a través del tiempo, como las direcciones y los números de teléfono de las agencias. La mayoría de las organizaciones enumeradas en la Guía tienen páginas Web; estas son casi siempre en inglés. Pero, si usted o alguien que conoce habla un poco de inglés, pueden ser un lugar muy útil para encontrar más información sobre servicios. Con una tarjeta de biblioteca, puede usar computadoras para tener acceso al Internet en la biblioteca gratuitamente.

Hay algunas agencias que ayudan a su cultura y comunidad específica en su propio idioma, pero algunos de los lugares enumerados en la Guía es posible que no tengan a nadie que hable su idioma. Pida un intérprete si no hay nadie disponible que hable su idioma. Hay lugares donde las agencias pueden conseguir un intérprete para ayudarlo.

## El Banco de Idiomas de la Cruz Roja Americana

El banco de idiomas proporciona servicios a organizaciones sin fines de lucro y a individuos en los condados de King y Kitsap. Tienen 442 voluntarios que hablan más de 75 idiomas y dialectos. Proporcionan interpretación en persona y por teléfono las 24 horas al día, siete días a la semana. Todos los servicios son confidenciales. También pueden traducir documentos simples. En algunos casos, no pueden proporcionar servicios de interpretación, pero lo pueden referir a otros proveedores de servicios.

### La interpretación es gratuita para los individuos.

(Se les cobra un cargo muy pequeño a las organizaciones sin fines de lucro que utilizan el banco de idiomas durante el año.)

### Para pedir un intérprete:

*Lunes a viernes, 8:30 a.m. a 5:00 p.m., llame al ..... (206) 709-4522.*
*Para ayuda de emergencia fuera*
*de las horas anteriores, llame al ..... (206) 323-2345*
*Línea de información a la comunidad ..... 1-800-621-4636*
*(206) 461-3200*

Puede pedir un intérprete para su idioma cuando llame a los números anteriores.

### Le agradecemos sus comentarios

Si tiene algún comentario, adición o corrección que nos quiera comunicar, por favor mande una carta a:

**Carrie Hite**
Eastside Human Services Forum
P.O. Box 97010
Redmond, WA 98073

O mande un correo electrónico a ERICleaders@hotmail.com
(Por favor escríbanos en el idioma en el que usted se sienta más cómodo.)

# TABLA DE CONTENIDOS

## USTED


Los Bancos 7-8

El Empleo 8-13

*Servicios de Empleo*

*Agencias Temporales*

*Ayuda e Información sobre Impuestos*

Clases de Inglés y Otros Tipos de Educación para Adultos 13-15

Información Legal 16-18

*Derechos del Inmigrante*

*Discriminación en la Vivienda*

Cómo Abrir su Propio Negocio 19-20

Transportación y Conducir 21-25

*Transporte Público*

*Acerca de ser Dueño de un Vehículo*

*Servicios para los Discapacitados*

*Sobre Conducir un Vehículo*


## SU FAMILIA


El Cuidado de los Niños 32

*Head Start y Early Head Start*

*Asistensia para pagar por el cuidado o la educación preescolar de sus hijos*

*Inmunizaciones*

La Educación de los Niños 36-37

Recursos para las Víctimas de la Violencia Doméstica 38-41

Ayuda Económica, Alimentos y Ropa 41-45

Servicios de Salud: Médico y Dental 46-50

# TABLA DE CONTENIDOS


Servicios de Salud Mental, Drogas y Alcohol, y Crisis 51-55

Servicios para los Discapacitados 55-59

Servicio Telefónico 59-61

**SU COMUNIDAD**

Servicios Municipales 62-66

Servicios de Emergencia: Policía y Bomberos 67-70

Vivienda y Albergue 70-81

*Sobre ser dueño de una casa*

*Vivienda arrendada*

*Vivienda de emergencia, albergue y transicional*

*Información sobre arrendar una vivienda*

La Biblioteca 81-83

El Correo 83-86

Actividades y Recreación en La Comunidad 87-89

Servicios Públicos (Electricidad, gas y agua) 89-92

Más Información 92-93

Tabla de Conversion back page

## ¿ESTÁ SEGURO MI DINERO EN EL BANCO?

Sí. Si deposita su dinero en el banco no tiene que preocuparse de que se lo roben o se le pierda. Con algunas cuentas hasta puede recibir interés. Con una cuenta de cheques, puede escribir cheques para sus pagos y así tiene un récord permanente. Las cuentas de cheques, de ahorros y de jubilación, así como también los certificados de depósito están asegurados por la FDIC. La FDIC (Federal Deposit Insurance Corporation, o Corporación Federal de Seguros de Depósitos) es una agencia del gobierno federal que protege su dinero en caso de que el banco quiebre. Específicamente, asegura los fondos en cuentas bancarias hasta un límite de $100,000 si el banco quiebra.

Las acciones, los bonos, fondos mutuos y otras inversiones no son aseguradas por la FDIC, aunque las compre en un banco.

### Cómo escoger un banco

Asegúrese de escoger un banco, ya sea un banco comercial o un Credit Union, que puede hacer el tipo de transacciones que usted quiere y que tiene los servicios que usted necesita. Por ejemplo, si va a enviar dinero a su país, asegúrese de que su banco pueda hacer transacciones internacionales fácilmente. Su guía de teléfonos local tiene una lista de bancos comerciales y Credit Unions en su localidad. Tómese el tiempo de investigar cuál sería el mejor para usted.

### Acerca de las cuentas de cheques o de ahorros

Es necesario presentar identificación para abrir cuentas bancarias. El banco puede requerir 2 formas de identificación, como una licencia de manejar o conducir, una visa para los EE.UU., visa de residente (green card o tarjeta verde), pasaporte, tarjeta de crédito, recibo de pago de servicios (electricidad, teléfono, etc.) reciente, tarjeta de identificación escolar, etc. Llame al banco si tiene preguntas sobre esto.

Usualmente, tiene que depositar un mínimo de $200 para abrir una cuenta. Guarde los papeles que le da el banco al abrir su cuenta en un lugar seguro. Todos los meses el banco le enviará un resumen de todas sus transacciones y el estado de su cuenta.

## ATM (automatic teller machines o cajeros automáticos)

Los ATM o cajeros automáticos son convenientes porque le permiten retirar dinero de su cuenta o ver su saldo 24 horas al día. Puede obtener una tarjeta para usar los ATM en su banco. Su banco le proporcionará un PIN (número de identificación personal) para utilizar los ATM. El PIN es para su uso personal; no le pase esta información a ninguna otra persona. Hay ATM por todos lados: en supermercados, centros comerciales, bancos y muchos otros lugares. Es posible que le cobren por usar un ATM que no sea de su banco.

### Otros servicios que proporciona el banco

El banco puede proporcionarle estos y otros servicios (es posible que haya que pagar un cargo):

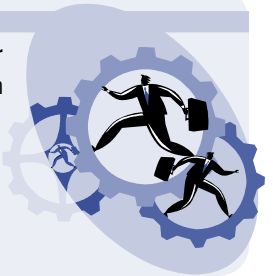
- Préstamos personales
- Hipotecas para comprar una casa
- Préstamos para autos
- Cajas de seguridad
- Cheques de viajero
- Giros
- Cheques de caja
- Es posible que su banco le cobre por estos servicios.

## Tarjetas de crédito

Es muy común en los Estados Unidos el uso de una tarjeta de crédito para comprar cosas y para pagar las cuentas. Es una industria muy grande que hace mucho dinero gracias a la gente que usa las tarjetas de crédito. Esto se debe a que la mayoría de las compañías de tarjetas de crédito cobran intereses altos si no paga su saldo en totalidad cada mes. Puede obtener efectivo de la ATM usando su tarjeta de crédito, pero la tasa de interés es muy alta (a veces más del 20%). Puede solicitar una tarjeta de crédito en su banco y también hay muchas compañías de tarjetas de crédito que le mandan solicitudes por correo. Tener una tarjeta de crédito y hacer pagos regulares es una buena manera de establecer su crédito; usted necesita un buen historial de crédito si quiere obtener un préstamo para comprar un auto o una casa o hacer otros gastos mayores.

## Sobre los servicios de empleo

Hay muchos lugares que lo pueden ayudar a encontrar trabajo. Muchos de ellos tienen gente que lo pueden aconsejar sobre cómo tener éxito con las entrevistas, escribir su resume, ayudarlo a usar la computadora y darle ideas sobre dónde buscar trabajo. Llame a estos lugares para ver si es elegible para recibir los servicios.



### Bellevue Community College

Tiene muchos recursos si usted es un miembro de la comunidad o está estudiando en el Bellevue Community College (BCC). Estos incluyen el Centro de Carreras y el programa de recapacitación WorkFirst/Worker Retraining, ambos ubicados en el BCC.

*Centro de Carreras ..... (425) 564-2018*

Disponible para todos. Ofrece asesoramiento para planificar su carrera y encontrar trabajo. Proporciona asesoría sobre su carrera, clases y talleres, oportunidades de estudio y trabajo y de interno, y recursos en la computadora.

*3000 Landerholm Circle SE, Bellevue, WA B231 98007*

*WorkFirst/Worker Retraining Programs..... (425) 564-4054*

Los requisitos incluyen cierto nivel de ingresos y tener hijos. Llame al programa en que está interesado para ver si es elegible. Todos los programas de WorkFirst y Worker Retraining enumerados aquí son gratuitos.

*3000 Landerholm Circle SE, Bellevue, WA. B131 98007*

*WorkFirst ESL ..... (425) 564-4144*

Proporciona servicios a personas que son padres, tienen permiso para trabajar en los Estados Unidos y que están actualmente buscando trabajo. Tienen clases que le ayuda a mejorar su habilidad de leer, escribir y hablar inglés, aprender a usar las computadoras y encontrar trabajo.

*WorkFirst Computer Basics Class ..... (425) 564-2363*

Clases de corto plazo sobre computadoras y software para padres. Esta clase enseña cómo usar el teclado de la computadora, Microsoft Word, Excel y Outlook, cómo escribir un resume y cómo usar el Internet. También este programa lo puede ayudar a encontrar un trabajo o un internado con paga.

*WorkFirst Advanced Computer Class ..... (425) 564-2363*

Una clase a corto plazo para padres que saben como usar Microsoft Word y Excel que le enseña a los estudiantes técnicas avanzadas de Word y Excel y los

prepara para la certificación MOS (Microsoft Office Specialist). También este programa lo puede ayudar a encontrar un trabajo o un internado con paga.

*WorkFirst Financial Aid..... (425) 564-4178*
Matrícula y libros gratis para padres que trabajan y que están matriculados en programas profesionales o técnicos. Para ser elegible, los estudiantes deben: Ser padres con hijos dependientes, tener un trabajo (de medio tiempo o completo), cumplir con las pautas de ingresos, matricularse en cursos aprobados y no estar recibiendo ninguna otra ayuda monetaria que cubra libros, matricula u otros cargos.

*Worker Retraining..... (425) 564-4054*
Ofrece ayuda con la matrícula, ayuda para encontrar educación y matriculación de prioridad para aquellos que están actualmente cobrando el desempleo o que se han quedado sin beneficios en los últimos dos años. También para ex amas de casa, o para aquellos que eran independientes en una industria en decadencia. Hay orientación para quien esté interesado.

**Casa Latina: Centro de Ayuda Solidaria a los Amigos**
*Oficina principal ..... (206) 956-0779*
*Centro de trabajadores diurnos ..... (206) 229-2272*
*2330 Western Ave., Seattle, WA 98121 .....*
Provee servicios a inmigrantes latinos. El centro de trabajadores diarios es un lugar donde los trabajadores diurnos se pueden reunir para ir a sus trabajos. Los trabajos típicamente duran un día y la persona que lo emplea le paga al trabajador directamente. Mientras esperan por un trabajo, los trabajadores pueden participar en clases de inglés como segundo idioma (ESL) y otros tipos de capacitación.

**Jewish Family Service**
*Employment Counseling & Job Placement ..... (425) 643-2221*
Proporciona listas de trabajos y lo ayuda a encontrar trabajo, ayuda a llenar la solicitud para un trabajo y lo puede ayudar a recibir capacitación para un trabajo.
*1811 - 156th Ave. NE, Suite 2, Bellevue, WA 98007*

**Lake Washington Technical College: Centro de Recursos de Empleo**
*Empleo ..... (425) 739-8113*
*Taller para escoger carrera ..... (425) 739-8315*
Provee ayuda con el resume, técnicas de entrevistas para trabajo y acceso a los recursos del Internet. Conduce talleres para escoger carrera y habilidades para buscar trabajo. Ofrece servicios de empleo.
*West Building, Room W-201, Kirkland, WA 98034*

### Refugee Resettlement Office

*Programa de búsqueda de trabajo ..... (206) 323-3152*

El programa de búsqueda de trabajo ofrece clases y tutoría individual para prepararse trabajar. Especialistas de empleo ayudan a los refugiados con sus resumes, solicitudes, búsqueda de trabajo y empleo. Llame para más detalles.

*1610 S. King St., Seattle, WA 98144*

### Westminster Chapel: Job Support Ministry

*Recepcionista de la capilla ..... (425) 562-8028*

*Líder del ministerio de voluntarios ..... (425) 558-2401*

Proporciona ayuda con la preparación del resume, entrevistas y búsqueda de trabajo. Ofrece reuniones semanales y proporciona un lugar donde usted puede buscar trabajo usando panfletos, libros y acceso a la computadora. A veces hay agentes de empleos y consejeros de carrera voluntarios disponibles para servirlo.

*13646 NE 24th St., Bellevue, WA 98005*

### WorkSource

*(425) 861-3700 · TTY (425) 861-3708*

Proporciona ayuda para encontrar trabajo, uso gratuito de computadoras, copiadoras, teléfonos, máquina de fax, acceso al Internet para la búsqueda de trabajo, clases sobre cómo obtener y no perder el trabajo y acceso a seguro de desempleo. Ofrece traducción, consejeros de trabajo bilingües y talleres para refugiados. En el Internet: www.worksource.wa.gov tiene listas de trabajos y recursos para ayudarlo a que vuelva a trabajar.

*7735 178th Place NE, Redmond, WA 98052*

### YWCA Family Village

*Eastside Employment Services ..... (425) 556-1352*

Proporciona ayuda para escribir resumes y cartas de presentación, práctica de entrevistas, consejos personalizados sobre capacitación y educación, acceso al Internet, listas de trabajos disponibles y teléfonos. También ofrece ropa profesional.

*16601 NE 80th St., Redmond, WA 98052*

### Oficina de desempleo del estado

*Inglés y otros idiomas ..... (206) 766-6000*

*Español ..... (206) 766-6063*

*TTY/TDD ..... 1-800-365-8969*

Si a usted le han dado lay off o ha perdido su trabajo sin tener culpa, puede calificar para recibir beneficios del seguro de desempleo. Estos beneficios son una fuente de ingresos temporales mientras busca un nuevo trabajo, o en algunos casos, mientras recibe capacitación. Solicite en el Internet: https://fortress.wa.gov/esd/uia/icintro/intropage.aspx?lang=en-us

## Sobre las Agencias de Empleo Temporal (“Temp Agencies”)

Las agencias de empleo temporero, también conocidas como temp agencies, contratan trabajadores para que trabajen para empleadores diferentes por un plazo corto o temporal. El trabajo temporal puede durar de un día a seis meses y a veces más. Las temp agencies proporcionan trabajadores a empleadores. Las temp agencies reciben pago de los empleadores por este servicio. El trabajador temporal no paga ningún cargo a la agencia y se considera un empleado de la agencia. La agencia paga al empleado temporal directamente. El trabajo temporero ofrece flexibilidad al empleado, pero no ofrece estabilidad a largo plazo o seguros médicos, y generalmente paga menos de lo que recibiría un trabajador si el o ella trabajara directamente para la compañía. Algunos de los trabajos disponibles para los inmigrantes con capacidad limitada de hablar inglés incluyen trabajos de ensamblaje, limpieza y construcción.

## Los Impuestos

El impuesto sobre los ingresos es un tema complicado. Presentamos alguna información básica. Las personas que no son ciudadanas estadounidenses que viven y trabajan en los Estados Unidos tienen que presentar una declaración de ingresos sin importar cuál es su estado migratorio. Esto también incluye a los trabajadores indocumentados. Si trabajó y obtuvo ingresos en los Estados Unidos, tiene que presentar la declaración de ingresos antes del **15 de abril** del año siguiente. El Servicio de Rentas Internas (IRS, por sus siglas en inglés) es la institución del gobierno de los Estados Unidos que supervisa la retención y declaración de los impuestos. Los impuestos pagan por servicios y asistencia para las personas de bajos ingresos. Los impuestos también pagan por cuidados médicos, la educación, vivienda, protección del medio ambiente, capacitación para trabajar y las fuerzas militares de los Estados Unidos.

Casi todos los empleadores retienen impuestos de su sueldo durante el año y le envían un formulario (llamado W-2) que muestra cuánto ganó y cuántos impuestos se restaron de su sueldo. A veces, se retuvo demasiado impuesto y usted puede calificar para recibir un reembolso del gobierno. Otras veces, si no ha pagado suficiente, tiene que pagar impuesto. Existe un crédito de impuestos especial llamado el “Crédito por Ingreso del Trabajo (EITC, por sus siglas en inglés)” para las familias de bajos ingresos, que puede reducir la cantidad de impuestos que debe pagar y posiblemente darle un reembolso mayor; averigüe si califica. Usted puede conseguir una copia de la mayoría de los formularios de impuestos en su biblioteca local, en la oficina de correos o en el Internet en **www.irs.gov**.

Si está preocupado o confundido sobre pagar impuestos y necesita más información, muchas bibliotecas proporcionan ayuda gratuita para los

impuestos durante la "temporada de impuestos", entre el primero de enero y el 15 de abril. A veces las agencias como Hopelink también proporcionan ayuda gratuita con intérpretes. Póngase en contacto con ellos para averiguar:

| | | |
|---|---|---|
| **Bellevue** | **(425) 943-7555** | 14812 Main St.<br>Bellevue, WA 98007 |
| **Redmond** | **(425) 882-0241** | 16225 NE 87th St.<br>Redmond, WA 98052-3536 |
| **Kirkland** | **(425) 889-7880** | 302 First St.<br>Kirkland, WA 98033-6129 |
| **Bothell** | **(425) 485-6521** | 18220 96th Ave. NE<br>Bothell, WA 98011-3390 |
| **Carnation** | **(425) 333-4163** | 31957 E. Commercial St.<br>Carnation, WA 98014 |

También hay contadores de impuestos que lo pueden ayudar; ellos cobran por sus servicios. Tenga cuidado, porque algunos cobran tarifas muy altas o le cobran extra para conseguirle su reembolso más temprano.

# CLASES DE INGLÉS Y OTROS TIPOS DE EDUCACIÓN PARA ADULTOS

## Inglés como segundo idioma (ESL)

Los recién llegados a los Estados Unidos necesitan aprender inglés para ir de compras, llamar al médico o hablar con los maestros de sus hijos. El inglés es necesario en el trabajo para hablar con los clientes, leer instrucciones, llenar los reportes de accidentes, etc.

Los centros universitarios o centros comunitarios de educación (Community Colleges), bibliotecas, iglesias y organizaciones de servicios sociales ofrecen clases gratuitas en muchos lugares, diurnas o nocturnas, a varios niveles de instrucción. También ofrecen clases de ciudadanía. Los estudiantes aprenden a hablar y entender el inglés que se usa en el trabajo y en otros aspectos de la vida diaria, y también pueden aprender sobre la cultura estadounidense. En casi todas las clases de ESL los adultos practican escuchar, hablar, leer y escribir. Los grupos Talk Time (hora de conversación) son más informales, el enfoque es en la práctica de la conversación.

Llame a la agencia directamente para informarse sobre su elegibilidad y para información sobre los procedimientos de inscripción y exámenes. Cada programa tiene su propio enfoque y requisitos. Los centros universitarios o de educación popular y Hopelink requieren un examen para determinar su nivel de enseñanza antes de empezar las clases o la tutoría. Sus resultados se pueden transferir de una institución a otra. Muchas clases de ESL tienen listas de espera.

## Otros tipos de educación para adultos

Los adultos también pueden continuar su educación a través de los centros universitarios y técnicos. Estos centros ofrecen cursos de 2 años y preparación para trabajar en muchas ramas. Los estudiantes tienen que pagar colegiatura, pero a veces se pueden conseguir becas.

### Dónde conseguir ayuda

**Asian Counseling and Referral Service**
Clases de ciudadanía y educación vocacional.
**Bellevue** ..... **(425) 284-0017**
*12808 Northup Way, Suite 100, Bellevue, WA 98005*
**Seattle** ..... **(206) 695-7511**
*720 8th Ave S, Suite 200, Seattle, WA 98104*

**City of Bellevue Mini City Hall..... (425) 452-2800**
"Talk Time" (para practicar el ingles) está en Crossroads Community Center y Crossroads Mall. Llame a Bellevue Mini City Hall para más información; voluntarios que hablan español son disponibles.
*www.cityofbellevue.org*

**Elder and Adult Day Services ..... (425) 452-4282**
Presentado por la ciudad de Bellevue—clases de ciudadanía: todos los Sábado, 2:30-4:30 por la tarde. Es gratis.
*12831 NE 21st Place, Bellevue, WA 98005*

**Bellevue Community College..... (425) 564-2349**
La mayoría de las clases de ESL se reúnen 8 horas por semana. Ofrecen clases sobre habilidades para la vida diaria, capacitación laboral y preparación para la universidad. Servicio limitado de guardería. También ofrece una clase de Basic Skills (habilidades básicas) y Talk Time.
*3000 Landerholm Circle SE, Bellevue, WA 98007*
*Internet: www.bcc.ctc.edu*

**Cascadia Community College .....(425) 352-8158 ó 352-8860**
Clases de ESL dos noches por semana, se ofrecen en el centro universitario y en las bibliotecas de Redmond y de Bothell. También se ofrece Talk Time, uso de computadoras y tutoría individual en el centro universitario.
*18345 Campus Way NE, Bothell, WA 98011*
*Internet: www.cascadia.ctc.edu*

**Chinese Information and Service Center..... (206) 624-5633**
Clases de inglés en varios centros para ancianos en el este en el Eastside *(North Bellevue, Kirkland, y South Bellevue).*
*Internet: www.cisc-seattle.org*

**Hopelink/Eastside Literacy Program ..... (425) 643-1912**
Muchas clases de ESL y grupos de Talk Time se reúnen en Hopelink y en escuelas primarias, iglesias, centros para ancianos en el este y bibliotecas. Sesiones diurnas y nocturnas.
*14812 Main St., Bellevue, WA 98007*
*Internet: www.hope-link.org/programs/literacy*

**Jewish Family Service ..... (425) 643-2221**
Clases de inglés y de ciudadanía para los refugiados. Servicio de guardería limitado.
*1811 156th Ave. NE Ste 2, Bellevue, WA 98007*
*www.jfsseattle.org*

**King County Library System** ..... **(425) 369-3454**
Grupos de Talk Time, clases de ciudadanía y ayuda con el proceso de solicitud de ciudadanía. Materiales en varios idiomas. Página Web de la biblioteca en coreano, ruso y español. Hay más información en la sección sobre bibliotecas.
Internet: www.kcls.org

**Lake Washington Technical College** ... **(425) 739-8100 ext 656 o 331**
Clases diurnas y nocturnas de ESL se reúnen hasta 15 horas por semana; prepara a los estudiantes para trabajar la educación vocacional (preparación para trabajos como mecánico de automóvil, asistente dental, entrenador físico y otros). El centro de asistencia está abierto todos los días hábiles y 2 noches por semana.
*11605 -132nd Ave NE, Kirkland, WA 98034*
*Internet: www.lwtc.ctc.edu*

**Refugee Resettlement Office** ..... **Clases de ELL (206) 323-3152**
Las clases English Language Learner se enfocan en el vocabulario necesario para trabajar y habilidades necesarias para la vida diaria. Por favor llame para más detalles.
*1610 S. King Street, Seattle, WA 98144*

**St Louise Parish** ..... **(425) 747-4450**
Clases de ESL para principiantes o nivel intermedio solamente. Se requiere inscribirse a fines de enero o principios de septiembre. Las clases se reúnen los lunes y jueves por la noche.
*141 156th. Ave. SE, Bellevue, WA 98007*

**Westminster Chapel** ..... **(425) 747-1461**
Clases de Talk Time los jueves por la noche de 7 a 8:30. No se necesita registrarse.
*13546 NE 24th St., Bellevue, WA 98005*

**St. James ESL** ..... **(206) 382-4511**
*803 Terry Ave., Seattle, WA 98104*

# INFORMACIÓN LEGAL

Tal vez usted es originario de un país donde los servicios gratuitos no existen o donde no se puede confiar en que las agencias públicas lo ayuden. Por esto, es posible que a usted le sea difícil el solicitar ayuda, pero en los Estados Unidos, hay muchos servicios y programas que se han creado para ayudar a proteger sus derechos.

**Es importante que usted sepa:**

- Sus derechos y responsabilidades
- Dónde acudir para pedir ayuda
- Qué hacer para obtener lo que necesita

Aunque le sea molesto, tal vez tenga que hacer preguntas y comunicar sus necesidades a otros para que usted y su familia se beneficien de los servicios disponibles en la comunidad. Usted tiene derechos en muchos aspectos de la vida, por ejemplo, la educación, discapacidad, vivienda, cuidados médicos, empleo y violencia doméstica, sea usted ciudadano americano o no. Los recursos enumerados aquí están disponibles para personas de estados legales diferentes (sean ciudadanos americanos o no). Es posible que se le pregunte cuál es su estado legal para ver cuáles servicios le corresponden.

Si usted cree haber sufrido discriminación debido a su nacionalidad cuando ha tratado de conseguir un trabajo, alquilar un apartamento, comprar una casa u obtener una hipoteca para comprar una casa, puede obtener ayuda. Vea la sección "Dónde conseguir ayuda" para información sobre a quién llamar.

**Tenga en mente que las leyes de inmigración cambian frecuentemente. Póngase en contacto con las oficinas siguientes para obtener la información más reciente y respuestas a sus preguntas especificas.**

## Dónde conseguir ayuda

**Northwest Immigrants Rights Project**.....(206) 587-4009
1-800-445-5771

Northwest Immigrants Rights Project (NWIRP) es una oficina legal sin fines de lucro que proporciona representación legal y educación comunitaria a los refugiados de bajos ingresos y a los inmigrantes en el estado de Washington. NWIRP proporciona asistencia con diversos asuntos relacionados a la inmigración, incluyendo:

- Solicitudes para asilo político
- Representación en los procedimientos de deportación
- Peticiones bajo el acta de violencia contra las mujeres
- Otras solicitudes de migración, incluyendo ciudadanía, visas para

miembros de su familia y solicitudes para reemplazar su tarjeta verde (green card)

NWIRP no proporciona asistencia con lo siguiente:

- Visas de estudiante (f-1) o visas de turista (b-1)
- Peticiones de visa para empleo
- Visas para inversionistas
- Preguntas de empresarios sobre la migración

*www.nwirp.org*

**Catholic Community Services Legal Action Center.... (425) 284-2211**

Asistencia con problemas entre propietario y inquilino, incluyendo el desalojo y otros problemas relacionados a la vivienda alquilada. Llame para hacer una cita.

*12828 Northup Way, Suite 100, Bellevue WA 98005*

**King County Bar Association..... (206) 624-9365**

Varios programas gratuitos ofrecidos por abogados voluntarios y estudiantes de leyes.

*900 4th Ave., Suite 600, Seattle, WA 98164-1060*

**King County Office of Civil Rights ..... (206) 296-7592**

*TTY (206)296-7596*

La oficina de derechos legales del condado de King (King County Office of Civil Rights) investiga alegatos de discriminación en la vivienda, alojamiento público, empleo y contratación en las regiones no incorporadas del condado (fuera de los límites de las ciudades).

*400 Yesler Way, Room 260, Seattle WA 98104*

Internet: www.metrokc.gov/dias/ocre/

**The Washington State Human Rights Commission...1-800-233-3247**

*TTY 1-800-300-7525*

Hace cumplir las leyes estatales contra la discriminación en la vivienda y el empleo.

*711 S. Capitol Way, Suite 402, Olympia, WA 98504-2490*

**Northwest Justice Project..... 1-888-201-1012 ó (206) 464-1519**

*TTY 1-888-201-9737*

Proporciona, gratuitamente, consejos legales sobre los beneficios públicos y representación a los refugiados e inmigrantes elegibles. Se proporciona asistencia para obtener ciudadanía a los inmigrantes discapacitados. Los clientes tienen que estar por lo menos al 125% por debajo del nivel federal de pobreza y tienen que poder comprobar que son ciudadanos estadounidenses o que son residentes legales (aunque también se proporciona asistencia en algunos casos sin estas pruebas). Proporciona consejos legales y representación

en la ley familiar en casos de violencia doméstica.
401 Second Avenue S, Suite 407 Seattle, WA 98104
*Internet: www.nwjustice.org*

**Eastside Legal Assistance Program** ..... **(425) 747-7274**
*TDD (425) 747-1663*

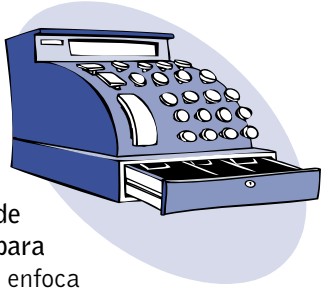
Proporciona asistencia y educación legal gratuita a personas de bajos ingresos que viven al este del lago Washington y al norte de Renton. Incluye clínicas de asesoría, sesiones de auto ayuda, conferencias, Wills Project, y Domestic Violence Legal Fund. Hay 6 clínicas legales: Crossraods Community Center, Jewish Family Service, Friends of Youth/Issaquah y los centros para ancianos en Bellevue, Redmond y Kirkland. Tres son para la ley civil general (asuntos no relacionados a la ley familiar). Otra clínica sólo maneja casos de ley familiar y violencia doméstica. Otra clínica trabaja con clientes que hablan ruso o español, y la última trata con asuntos de migración. Todas las clínicas proporcionan una cita de 30 minutos gratuita para consejos y consultas legales. Este programa no asiste con asuntos criminales.

**Northwest Women's Law Center** ..... **(206) 682-9552**
**Servicio telefónico solamente, NO** proporciona consejos o representación legal.

**Legal Information & Referral** ..... **(206) 621-7691**
*TYY (206) 521-4317*

Proporciona información por teléfono sobre sus derechos y opciones legales. También puede referirlo a abogados; los abogados están enumerados por área de conocimiento y por ubicación. Puede referirlo a abogados bilingües si usted no habla inglés.
*3161 Elliott Ave., Ste. 101 Seattle WA 98121*

# CÓMO ABRIR SU PROPIO NEGOCIO



**Es importante tener una visión clara de lo que es su negocio.** Su idea debe ser algo que usted pueda realizar sin gastar demasiado tiempo o dinero. Si su idea no se puede entender es posible que el negocio que quiere emprender es el equivocado para usted, o es muy complicado.

**Si quiere abrir un negocio, la mejor manera de aprender sobre este tipo de negocio es trabajando para una compañía similar.** Usted tendrá más éxito si se enfoca en lo que hace mejor y desarrolla sus habilidades. Cuando esté listo a empezar su propio negocio, fíjese metas y haga planes.

**Asegúrese de que tiene suficiente dinero para abrir el negocio porque los negocios nuevos y recién abiertos consumen más dinero que el que se obtiene.** Muchos dueños de negocio empezaron sus negocios con sus ahorros personales o con inversiones de su familia y amigos. Aunque los bancos sí hacen préstamos de negocio, en general prefieren trabajar con negocios que han estado operando por lo menos 2 años. A veces es mejor empezar despacio y probar el negocio a medio tiempo para ver como le va.

**Los dueños de negocios exitosos se hacen las siguientes preguntas cuando van a abrir un negocio nuevo:**

1) Mercadeo – ¿Hay suficientes clientes para sostener el negocio?
- ¿Quiénes son sus clientes?
- ¿Qué necesitan y qué les importa?
- ¿Cuánto están dispuestos a pagar?
- ¿Cómo van a saber los clientes que su negocio existe?
- ¿A dónde van a ir sus clientes para obtener su producto o servicio?

2) Operaciones – ¿Cómo cumplirá el negocio lo que promete?
- ¿Qué trabajo se necesita hacer?
- ¿Quién va a hacer ese trabajo y cuánto se les va a pagar?
- ¿Cuándo hay que hacer el trabajo?

3) Finanzas – ¿De dónde viene el dinero y a dónde va?
- ¿Va a tener suficiente dinero para pagar las cuentas todos los meses?
- ¿Después de abrir el negocio, cuándo va a empezar a ganar dinero?
- ¿Cuál será el valor del negocio después de varios años?

**Cuando usted abre un negocio nuevo, tiene varias opciones legales sobre cómo establecerla.** Las tres formas principales que toman los negocios son: negocio propio, sociedad o corporación. Un lugar en donde puede encontrar información en línea (internet) sobre el proceso legal es en el Washington State Department of Licensing, Master License Service en Internet: www.dol.wa.gov o (360) 664-1400.

**Llame a Bellevue Entrepreneur Center (BEC) al (425) 464-2888 para más información sobre los negocios.** Los dueños de negocios en el Eastside, especialmente las mujeres, minorías e inmigrantes, pueden usar muchos servicios gratuitos para negocios ofrecidos por el gobierno, la industria privada y organizaciones comunitarias. Los servicios comprenden asesoría de negocios, referencias para obtener ayuda con financiamiento y capacitación y proyectos de consultoría que utilizan la experiencia de universidades y expertos voluntarios. Estas organizaciones invierten en el BEC porque saben que ayudando a los dueños de pequeños negocios se generan nuevos impuestos, se expande el sector de negocios, y se proporcionan ingresos y trabajos para la comunidad.

**Refugee Resettlement Office .....Jump Start Fund (206) 323-3152**
El Jump Start Fund ofrece préstamos a interesados en abrir un pequeño negocio a quienes son refugiados o asilados. Por favor llame para obtener más detalles. 1610 S. King Street, Seattle, WA 98144

# TRANSPORTACIÓN Y CONDUCIR

## Sobre el Transporte Público

Hay diferentes tipos de transporte público. El precio que se paga para usar el transporte público depende de su edad y de si es discapacitado. Las agencias de transporte público ofrecen servicios especiales para las personas de tercera edad y los discapacitados. Muchos sistemas de transporte tienen un programa gratuito llamado **Travel Training** para ayudar a las personas de tercera edad, personas con discapacidad y a las personas que no hablan inglés a aprender a viajar en autobús. Llame a su agencia de transporte público local para más información sobre Travel Training.

También hay muchos lotes de Park & Ride donde puede estacionar su auto y fácilmente conectarse con los servicios de transporte público.

**Dónde encontrar los horarios de autobús:** Los horarios están disponibles gratuitamente en los autobuses, en las bibliotecas (vea la sección sobre bibliotecas), los centros comerciales, y el centro de Seattle. Las oficinas municipales también los tienen (vea la sección sobre ciudades para localidades). Llame a la agencia de transporte público para informarse sobre otros lugares donde los puede encontrar.

### Cómo tomar el autobús

**1.) En la parada de autobús:** Mire los rótulos que muestran los diferentes autobuses que paran allí. Llegue por lo menos 5 minutos antes del horario indicado.

**2.) En el autobús:** Esté listo con la tarifa exacta, el boleto, pase o transfer. Los conductores no llevan cambio. Ponga su dinero o boleto en la caja de pago que está junto al conductor, o muestre al conductor su pase o transfer. Si quiere que el conductor le indique cuando ha llegado a su parada, siéntese en un asiento de adelante y pídale al conductor que se lo diga. Por favor ceda los asientos delanteros a las personas mayores y a los discapacitados.

**3.) Cómo salir del autobús:** Salga por la puerta de atrás a no ser que tenga una bicicleta con usted. Cuando viaje con su bicicleta, salga por la puerta delantera y dígale al conductor que va a tomar su bicicleta. Si no alcanza el primer escalón del autobús, dígaselo al conductor. El conductor puede bajar el autobús. Si no puede usar la escalera, dígaselo al conductor y él o ella puede bajar un ascensor o una rampa.

## Consejos para usar el horario del autobús

Los autobuses generalmente van en 2 direcciones, así que asegúrese de que está esperando el bus en la dirección que quiere ir. Si usted sabe cuando quiere llegar a su destino, empiece con esa hora en el horario para ver a que hora tiene que estar en la parada. Llame a la agencia de transporte público o pregunte al conductor de autobús si necesita más ayuda.

**El trasbordo** es una conexión entre diferentes rutas de autobús o diferentes sistemas de autobús. Si tiene que trasbordar para hacer su viaje, pídale un transfer (es un pequeño pedazo de papel) al conductor del primer autobús cuando pague al subir al autobús. Es posible que el transfer no cubra el costo total de su siguiente viaje en autobús, pregúntele al conductor si no está seguro.

## Cómo pagar por su viaje

Hay muchas maneras de pagar por su viaje; por ejemplo, efectivo, pases mensuales y boletos. Puede comprar pases y libretas de boletos en muchos lugares, como las farmacias, otros negocios o directamente de las agencias de transporte público. Llame a su agencia de transporte público para más información. Un pase de uso común es el "Puget Pass." Si usted es discapacitado y necesita un animal de servicio o un ayudante para viajar, ellos viajan gratis.

## Reglas del viaje

Cada sistema de transporte público tiene reglas que los viajeros deben obedecer. No se puede comer, beber o fumar en el autobús. La comida y bebida se tienen que llevar en recipientes cerrados. Los niños no deben estar en sus carreolas y las carreolas deben ponerse entre los asientos. Los animales ayudantes son bienvenidos y tienen que tener puesta una correa o arnés. Hay muchas más reglas; puede preguntar a su agencia de transporte público o al conductor del autobús sobre ellas.

## Para las personas mayores y personas que necesitan ayuda para entrar al autobús

Llame a su agencia local de transporte público para obtener más información sobre los servicios enumerados abajo:

**Permiso regional de pasaje reducido:** Si usted tiene 65 años o más de edad o es discapacitado, puede calificar para este permiso. Este le permite viajar pagando un precio reducido. Llame a su agencia local de transporte público para obtener más información.

**Rampas y ascensores:** Los conductores saben cómo ayudarlo a subir al autobús y asegurar las sillas de ruedas. Casi todos los autobuses tienen ascensores o rampas que se pueden usar en las paradas de autobús.

**Ridematch:** Personas con horarios similares que viajan juntos en un vehículo.

**Servicio Paratránsito ADA:** Las agencias de transporte públicos ofrecen el servicio paratránsito, que funciona con el mismo horario y rutas que los autobuses regulares, para las personas discapacitadas que no pueden usar los autobuses regulares. Llame a la agencia de transporte público en su localidad y pregunte sobre este servicio.

## Sobre King County Metro

Esta información fue provista por King County Metro y es usada con su permiso.

King County Metro Transit proporciona servicios de transporte a casi todos los lugares del condado de King. Los autobuses de Metro se conectan con los de Community Transit y los de Sound Transit.

**Travel Training:** Un video de 16 minutos que enseña como viajar en autobús para las personas que no hablan inglés, los discapacitados y las personas mayores. Proporciona un video sobre "Como viajar en autobús." Internet: http://transit.metrokc.gov
Teclee "how to ride the bus" en el renglón de búsqueda de Metro para encontrar este enlace. (206) 553-3060.

**Tarifas:** Pague la tarifa del autobús con efectivo, un pase de autobús o un boleto. **Los conductores no dan cambio.** Puede comprar pases y boletos de autobús por teléfono, correo, fax o en persona en una oficina de servicio al cliente de Metro. Hay también muchas tiendas que venden boletos y pases. Por favor póngase en contacto con King County Metro o vea un horario de autobús para más información.

**Servicio paratránsito:** Metro proporciona muchos servicios como ascensores y rampas en los autobuses y camionetas para las personas que son discapacitadas o tienen dificultad al usar las escaleras. Llame con anticipación para inscribirse con Metro para usar estos servicios.

**Community Transit** sirve al condado de Snohomish y proporciona servicio expreso al centro de Seattle, Bellevue, Redmond y la Universidad de Washington. Community Transit se conecta con Metro y Sound Transit.

**Sound Transit** sirve al condado de King y proporciona servicios en muchas regiones. Se conecta con Community Transit, Everett Transit y Metro.

## Otros medios de transporte

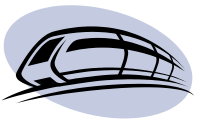
**Avión:** La mayoría de las aerolíneas permiten 2 o 3 maletas por persona. Pregúntele a su aerolínea sobre el peso y tamaño del equipaje que puede llevar con usted.

**Bicicleta:** Andar en bicicleta es muy económico. Muchas calles tienen "carriles para bicicletas" marcados y hay muchos senderos regionales para bicicletas. No se necesita una licencia. Los ciclistas tienen que usar un casco y obedecer todas las leyes de tránsito.

**Motocicleta:** Usted tiene que tener una licencia para operar una motocicleta. La motocicleta tiene que estar registrada y asegurada. Llame a una oficina de licencias para más información. Los motociclistas tienen que usar casco.

**Taxi:** Usted tiene que llamar a la compañía de taxi para que lo recojan. Los taxis son caros. Pague con efectivo; los taxistas llevan muy poco cambio. Algunos aceptan tarjetas de crédito. Para encontrar una compañía de taxis, busque bajo "Taxis" en su guía de teléfonos.

**Tren:** Los trenes son accesibles a los viajeros en sillas de ruedas.



## Dónde conseguir ayuda

### King County Metro

*http://transit.metrokc.gov*
*Servicio al cliente ..... (206) 553-3060 or TTY (206) 684-2029*
*Rutas y horarios..... 1-800-542-7876 ó (206) 553-3000*
*TTY (206) 684-1739*
*Bus Time (horarios de autobús)..... Línea de 24 horas (206) 287-8463*
*Paratránsito..... (206) 263-3113 ó TTY (206) 263-3116*

### Sound Transit

*www.soundtransit.org..... 1-888-889-6368*
*ó TTY 1-888-713-6030*

### Community Transit

*www.commtrans.org ..... (425) 353-7433 ó 1-800-562-1375*
*Travel Training..... (425) 348-2379*
*Paratránsito..... (425) 347-5912 ó 1-800-562-1381*
*TTY (425) 347-7997*

**Ridematch** **1-888-814-1300**

**Seattle-Tacoma (Sea-Tac) International Airport**
*17801 Pacific Highway S. Seattle, WA 98158..... (206) 433-5388*

**The Sounder, Amtrak** **1-800-872-7245**

## Acerca de ser dueño de un vehículo

Si usted reside en Washington, su vehículo tiene que estar matriculado en el estado de Washington. Las palabras y frases relacionadas a ser dueño de un vehículo pueden confundirlo. Algunas cosas que tiene que tener en mente: matricular su vehículo es lo mismo que obtener una licencia para su vehículo. Una matrícula de vehículo es lo mismo que una licencia de vehículo de Washington. Un título es un documento legal que dice que usted es dueño de su vehículo. Si usted sacó un préstamo para pagar por el vehículo, el banco que le dio el préstamo se queda con el título.

**Si su vehículo no está actualmente matriculado en Washington, o si es un vehículo usado,** esta sección le dará mas información sobre cómo matricular su vehículo.

Muchas de las cosas que usted tiene que hacer para ser el dueño legal de un vehículo en Washington se hacen en las oficinas de licencias de vehículos (Vehicle Licensing Offices). Estas no son lo mismo que las oficinas de licencias de conducir (Driver Licensing Offices). La información sobre las oficinas de licencias de conducir está en la sección sobre manejar un vehículo.

Si su vehículo es nuevo, lo más seguro es que matricule su vehículo donde lo compró, no en la oficina de licencias de vehículos. El concesionario hace la mayoría del trabajo requerido para matricular el vehículo en Washington, usted tiene que firmar algunos papeles y el concesionario le cobra la tarifa de matriculación.

## ¿Cuándo debo matricular mi vehículo? ¿Cuánto me va a costar?

Su vehículo debe matricularse en menos de 30 días desde que entró a residir en Washington. Usted puede recibir una multa si es un residente de Washington y no tiene una licencia de Washington para su vehículo. Hay varias tarifas asociadas con la adquisición de una matrícula de vehículo, póngase en contacto con una oficina de licencias de vehículos para más información.

## Lo que tiene que traer para solicitar una matrícula de vehículo

Los documentos que tiene que traer a la oficina de licencias de vehículos

depende de si su vehículo es nuevo o usado. Estos son documentos oficiales que demuestran que usted es el dueño del auto, como por ejemplo su título, y su matrícula (autos usados solamente). Debe traer identificación personal en todos los casos, y efectivo o un cheque para pagar las tarifas de la licencia y los impuestos. Llame a una oficina de licencias de vehículos para que le digan que tiene que traer.

### Cómo renovar la matrícula de su vehículo

La matrícula de su vehículo es válida por un año. Usted recibirá un aviso de renovación por correo antes de que se venza la matrícula de su vehículo. Aunque no reciba el aviso, aún tiene que renovarla antes de su fecha de expiración.

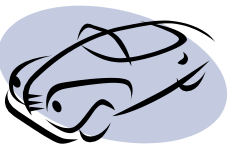
### Sobre el seguro

Es obligatorio tener un seguro por daños a terceros sobre su vehículo. Debe llevar en su persona o en el vehículo una tarjeta de identificación que verifique que usted tiene una póliza válida de seguro por daños a terceros.

**Emisiones..... 1-800-272-3780 or (425) 649-7021**

En el condado de King, usted tiene que someter las emisiones de su vehículo a una prueba para limitar la polución del aire si su vehículo tiene 5 años o más. Esto es parte del programa de chequeo de emisiones.

### Sobre los "tabs"



En Washington, los vehículos deben tener tabs en la placa de matrícula trasera. Los tabs son unas etiquetas de colores que indican el año y el mes en que son válidas. Para más información póngase en contacto con su oficina de licencias de vehículos.

### Ley sobre los cinturones de seguridad

La ley requiere que use los cinturones de seguridad. Los niños también deben usar cinturones de seguridad. Si usted no lo hace, puede ser multado.

### Uso de asientos infantiles (booster seats)

Las leyes de Washington requieren que todo niño que tiene entre 4 y 6 años de edad o que pese entre 40 y 60 libras (18.1kg – 27.2kg) tiene que viajar en un asiento infantil en el asiento trasero del vehículo cuando cinturones de falda y de hombro estén ambos disponibles. La ley requiere que los niños menores de 12 años viajen en el asiento de atrás.

## Servicios para los discapacitados

Si usted tiene una discapacidad, puede obtener tarjetas de identificación, placas de matrícula y carteles especiales que le permiten estacionarse en

lugares reservados para los discapacitados. Los carteles son azules y deben colgarse del espejo retrovisor cuando se estaciona. Los vehículos con las placas especiales deben estar matriculados a nombre de la persona discapacitada.

Para obtener la tarjeta de identificación, el cartel o las placas de matrícula, puede encontrar solicitudes en las oficinas de licencias de conducir o de matriculación de vehículos. Puede obtener una solicitud de la página Web del Departamento de Licencias: http://www.dol.wa.gov/forms/420073.htm
La tarjeta de identificación se le enviará por correo directamente a la persona discapacitada. Las placas de matrícula y los carteles están disponibles solamente en las oficinas de matriculación de vehículos.

Los estacionamientos para los discapacitados están cerca de las entradas de las tiendas, cines, edificios de oficinas, centros comunitarios y otros, para darle acceso más fácil a ellos. Están marcados con letreros o símbolos en el lugar de estacionar. Existen multas para cualquier uso no autorizado del cartel, placa o tarjeta de identificación de discapacitados. Para más información, llame o visite una oficina de matriculación de vehículos.

### Oficinas de Matriculación de Vehículos

| | |
|---|---|
| **BelRed Auto License Crossroads**<br>15600 NE 8th Suite O -14<br>Bellevue, WA 98008-3947<br>(425) 747-0444 | **Sno Falls Credit Union**<br>9025 Meadow Brook Way SE<br>Snoqualmie, WA 98065<br>(425) 888-8705 |
| **Eastside Auto Licensing**<br>12006 NE 85th St<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 828-4661 | **Worthington Brokerage**<br>Across from City Hall<br>10035 NE 183rd St<br>Bothell, WA 98011<br>(425) 481-1644 |

## Para los que no conducen un vehículo: la tarjeta de identificación de Washington

Usted puede obtener una tarjeta de identificación con fotografía aunque no conduzca. Esta tarjeta se conoce como la tarjeta de identificación del estado de Washington. Llame a una oficina de licencias de conducir para más información.

### ¿Quiénes son elegibles?

Para poder obtener una licencia, debe tener por lo menos 18 años de edad. Si tiene entre 15 ½ - 18 años de edad puede obtener un permiso o una licencia intermedia de conducir.

## Como obtener una licencia de conducir

Si usted conduce, tiene que solicitar una licencia dentro de un plazo de 30 días desde que empezó a residir en Washington. Vaya a la oficina de licencias de conducir para solicitar una licencia, y esté listo a:

- Proporcionar documentos de identificación: Se aceptan muchos documentos diferentes. Puede encontrar un larga lista en la Guía del Conductor (disponible gratis en las oficinas de licencias de conducir). Más adelante, la sección sobre los documentos de identificación tiene también algunos ejemplos.
- Proporcionar un cheque para pagar por la licencia.
- Firmar documentos sobre su historial de conducir.
- Dar su número de seguro social (SSN). Este se puede usar para propósitos de identificación, y lo archivan en el departamento de licencias.

También le pueden examinar la vista, audición y hacerle un examen sobre sus conocimientos sobre las leyes de tránsito de Washington **(el examen de conocimientos).**

### *Como prepararse para el examen de conocimientos*

Estudie la Guía del Conductor del estado de Washington. La Guía del Conductor se consigue gratis en cualquier oficina de licencias de conducir. La guía ha sido traducida al chino, japonés, coreano, ruso, español y vietnamita.

### *Sobre el examen de conducir*

Durante este examen, debe conducir un vehículo en una ruta especial o en calles comunes. Un empleado del departamento de licencias estará en el auto con usted. Usted debe conducir su propio vehículo. Antes del examen, un representante de los servicios de licencias inspeccionará su vehículo. También tiene que presentar prueba de seguro por daños a terceros. El examen de conducir es obligatorio para solicitantes con licencias de conducir extranjeras.

### *Sobre los documentos de identificación*

Son aceptables muchos documentos y también diferentes combinaciones de documentos. Póngase en contacto con la oficina de licencias de conducir para más información sobre lo que es aceptable. Usted puede preguntar si hay alguien en la oficina que hable su idioma, o puede traer a alguien con usted que hable inglés para que lo ayude. También le puede pedir a alguien que habla inglés que llame a la oficina por usted. Si sus documentos de identificación no son aceptables, puede pedir una revisión adicional de sus documentos en la oficina de licencias de conducir.

Los documentos enumerados aquí pueden no ser suficientes por sí mismos sin algún otro documento. **También tenga en mente que los representantes de la oficina de licencias aceptan otros documentos que no están en esta lista.**

Un formulario original del Bureau of Citizenship and Immigration Service (BCIS), antes conocido por Immigration and Naturalization Services (INS) que contenga su firma y fotografía.

- Un pasaporte no expirado de un país extranjero.
- Una carta del Department of Social and Health Services. (Vea la sección sobre asistencia financiera, alimentos y ropa para más información sobre DSHS.)
- Una tarjeta de identificación de empleado de la policía de una ciudad o condado de Washington, que contenga su firma y fotografía.

La oficina de licencias puede aceptar algunos documentos si contienen su nombre y firma o su nombre y fecha de nacimiento. Llame o visítelos para más información.

### *Documentos de identificación en otros idiomas*

Si usted presenta documentos extranjeros, los empleados del departamento de licencias harán todo lo posible por leerlos. Es posible que los tengan que enviar por fax a otra oficina. Si no hay nadie que los pueda leer, es posible que le pidan que los traduzcan al inglés.

### *El programa de licencias para adolescentes de Washington*

Permisos de instrucción están disponibles para las personas de entre 15 y 18 años de edad. Los documentos de identificación pueden ser diferentes y hay tarifas para obtener las licencias y permisos. Póngase en contacto con una oficina de licencias de conducir para más información.

## Oficinas de Licencias de Conducir

| | |
|---|---|
| **Bellevue**<br>525 156th Ave SE<br>(425) 649-4281 | **North Bend**<br>402 Main Ave S<br>(425) 888-4040 |
| **Bothell**<br>18132 Bothell Way NE Ste B6<br>(425) 483-1739 | **The Washington State Dept. of Licensing**<br>1125 Washington St. SE<br>PO Box 9020<br>Olympia, WA 98507<br>(360) 902-3600 or (360) 902-3900<br>TDD (360) 664-8885<br>TTY (360) 664-0116 |
| **Kirkland**<br>10639 NE 68th<br>(425) 827-0317 | |

## Qué hacer cuando se vence su licencia

Su primera licencia vence en 5 años. A veces puede vencer en menos de 5 años. Pregunte en su oficina de licencias sobre la renovación temprana. Puede renovar su licencia en cualquier oficina de licencias de conducir. Para renovar su licencia, debe ir en persona y pasar un examen de la vista. Tiene que pagar para renovar la licencia.

## Conducir con una licencia de otro estado o país

Si usted tiene por lo menos 16 años de edad y tiene una licencia válida de su estado de residencia, puede manejar un vehículo en Washington por un período de seis meses o menos. Si tiene una licencia de otro país puede operar un vehículo de motor en Washington por un período menor de un año.

## Conductores mayores

| | |
|---|---|
| **AAA Washington**<br>1745 114th Ave. SE<br>Bellevue, Washington 98004<br>(425) 462-2222 | **Evergreen Safety Council**<br>401 Pontius Ave. North<br>Seattle, Washington 98109<br>1-800-521-0778 or<br>(206) 382-4090 |

La ley del estado permite a los conductores de 55 años o más, que tienen licencia, recibir descuentos en los pagos de seguros si completan una clase aprobada sobre la prevención de accidentes de vehículos. El departamento de licencias del estado de Washington ha certificado los siguientes programas para que ofrezcan clases de prevención de accidentes a los conductores mayores:

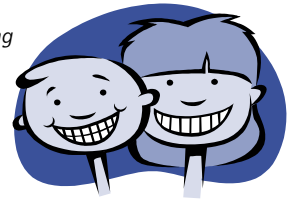
## Manejar bajo la influencia (DUI)

Es ilegal manejar cuando está intoxicado por el alcohol. La mayoría de las personas no pueden manejar con seguridad *antes* de estar legalmente intoxicados (la intoxicación legal es determinada por la cantidad de alcohol en su cuerpo). Los oficiales de policía pueden usar una prueba de aliento u otras pruebas para verificar que si usted está intoxicado. La prueba de aliento es muy exacta, simple y no duele. Si usted es convicto de manejar bajo la influencia de alcohol o drogas, puede ir a la cárcel, le pueden quitar la licencia y puede tener que pagar los gastos de la corte. Lor sed magna facidunt in eugueratin ulput praesendre commy nulputat wisl doluptat. Ut lute veros do dit ea alit alit velesti senit wisit augue.

**Para reportar a un conductor ebrio en Washington: llame al 1-800-28-DRUNK o el 911**

# EL CUIDADO DE LOS NIÑOS

*Esta sección fue adaptada de The Guide to Early Learning Opportunities in King County (La Guía de Oportunidades de Aprendizaje Temprano en el Condado de King), y usada con su permiso. La guía es publicada por el Early Learning Access Project, (Proyecto de Acceso al Aprendizaje Temprano), usando fondos de una beca del Early Learning Access Project.*



## Sobre el cuidado de los niños

Si los padres trabajan, generalmente tienen que encontrar a quien cuide a sus hijos pequeños. Un buen cuidador de niños es importante para que ellos crezcan sanos y estén listos a aprender. Encontrar un buen proveedor de cuidado de niños puede ser difícil. Una buena manera de empezar es ponerse en contacto con Child Care Resources llamando al (206) 329-5544. Child Care Resources es una agencia sin fines de lucro que provee servicios de localización de recursos y referencias, disponible para todos los residentes del condado de King. Ellos pueden darle nombres de lugares donde se cuidan niños, ayudarle a decidir qué tipo de cuidado de niños es el mejor para sus hijos y darle información sobre programas que lo pueden ayudar a pagar por el cuidado de sus hijos. Su página Web (www.childcare.org) es también un buen recurso para los padres.

### Dónde conseguir ayuda

**Child Care Resources** ..... **(206) 329-5544**
Para referencias a hogares autorizados para cuidar niños, educación preescolar y guarderías. Proporciona servicios a todas la familias en la comunidad.
15015 Main St., Suite 206
Bellevue, WA 98007

## Head Start y Early Head Start

Head Start y ECEAP son programas preescolares completos que proporcionan servicios a los niños de hogares con bajos ingresos y a los niños discapacitados. Head Start recibe fondos federales; ECEAP recibe fondos estatales. Sus servicios incluyen educación preescolar gratuita, servicios de salud y nutrición y servicios de apoyo a las familias. El programa se ofrece en muchos distritos escolares y a través de agencias comunitarias, centros universitarios, guarderías y hogares de familia que cuidan niños. Los programas de Head Start y ECEAP seleccionan a las familias según su edad, ingresos y necesidad. Por favor llame al programa para ver si su familia califica para sus servicios.

| | |
|---|---|
| **Bellevue Head Start**<br>14220 NE 8th St.<br>Bellevue, WA 98007<br>(425) 456-6062 | **Issaquah Head Start**<br>15025 SE 117th St.<br>Renton, WA 98059<br>(425) 837-7523 |
| **Bellevue Community College Head Start Early Learning Family & Childcare Ctr Bldg**<br>3000 Landerholm Cr. SE<br>Bellevue, WA 98007<br>(425) 564-2308 | **Lake Washington Head Start**<br>15130 NE 95th St.<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 882-8170 |
| **Children's Services of SnoValley ECEAP**<br>1407 Boalch Ave. NW<br>North Bend, WA 98045<br>(425) 888-2777 | **Northshore Head Start**<br>19705 – 88th Ave. NE<br>Bothell, WA 98011<br>(425) 489-6434 |
| **Hopelink Head Start (Bellevue)**<br>537 – 102nd Ave. SE<br>Bellevue, WA 98004<br>(425) 462-1456 | **Redmond Family Village YWCA Head Start**<br>16601 NE 80th St.<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 556-1355 |

## Early Head Start

Head Start provee servicios a los niños de 1 mes a 5 años de edad en ciertos hogares familiares que cuidan niños en la parte este del condado de King. Debido a que este programa es provisto en una guardería, las familias tienen que tener un subsidio u otros medios para pagar por el cuidado de los niños.

Póngase en contacto con:

**Puget Sound ESD ..... (206) 439-6910, ext 4936**

*400 SW 152nd St., Burien, WA 98166*

Los programas de Head Start seleccionan a las familias según su edad, ingresos y necesidad. El Early Head Start proporciona servicios a las familias que viven bajo el nivel federal de pobreza, las familias que tienen hijos discapacitados y a algunas familias que tienen más ingresos, niños que viven con familias substitutas y familias que reciben ayuda monetaria (TANF, SSI). Por favor llame al programa para ver si su familia califica para estos servicios.

## Programas para antes y después de la escuela

| Boys and Girls Clubs (Bellevue) | Boys and Girls Clubs (Kirkland) | Boys and Girls Clubs (Redmond) |
|---|---|---|
| 209 100th Ave. NE<br>Bellevue, WA 98004<br>(425) 454-6162 | 10805 124th Ave. NE<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 827-0132 | 7300 208th Ave. NE<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 836-9295 |

La escuela de sus hijos puede tener información sobre otros programas.

## Cómo solicitar asistencia para pagar por el cuidado o la educación preescolar de sus hijos

**Working Connections DSHS ..... 206-341-7404 (y número 3)**
*Child Care Subsidy Program*
Working Connections proporciona servicios a las familias cuyos ingresos están 175% por debajo del nivel de pobreza federal

**Child Care Financial Assistance Program (CCFAP)**
**(Recursos para cuidado de niños) .....(206) 329-1011**
Ayuda económica para el cuidado de los niños para los residentes de ciertas ciudades fuera de los límites de la ciudad de Seattle que no califican para ningún otro subsidio para el cuidado de los niños y que están trabajando o estudiando. Proporciona servicios a las familias con ingresos de hasta el 80% del ingreso medio de HUD (Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de Estados Unidos).

**Bellevue Schools Foundation**
**(Bellevue School District) ..... (425) 456-4030**
Proporciona servicios a niños desde 3 años de edad hasta de quinto grado. Paga por el cuidado de niños de edad preescolar y escolar en el distrito escolar de Bellevue. BSF agrega fondos para los residentes de la ciudad de Bellevue cuando el programa de subsidios de DSHS Working Connections Child Care o los fondos del condado de King no son suficientes. Proporciona servicios a familias con ingresos de hasta el 80% del ingreso medio de HUD.

**Lake Heights Family YMCA Scholarship .....(425) 644-8417, ext 16**
Proporciona servicios a niños de 6 semanas a 12 años de edad. Se ofrecen becas, y los padres deben pagar la diferencia entre lo que paga la beca y el costo del cuidado de los niños.
*Lake Heights Family YMCA, 5225 – 119th SE, Bellevue, WA 98006*

## Sobre la asistencia económica a través de ciudades y comunidades locales

Las ciudades de Bellevue, Kirkland, Redmond y casi todas las comunidades del norte y el este del condado de King ofrecen asistencia económica para el

cuidado de los niños a través de Child Care Resources para los residentes que cumplen con cierto nivel de ingresos de ingresos y otros criterios. Para saber si usted califica para este programa, o para pedir una solicitud, por favor llame al (206) 329-1011, ext. 218.

### Becas y manera de pagar de acuerdo a sus ingresos

Algunas organizaciones que patrocinan programas de aprendizaje temprano o a lugares que cuidan niños ofrecen becas. Cuando se comunique con un programa, pregunte si estas opciones de bajo costo están disponibles.

### Dónde obtener las inmunizaciones obligatorias

Los programas de cuidado de niños exigen que los niños estén inmunizados. Puede obtener inmunizaciones de rutina para niños de 6 semanas a 18 años de edad en:

| | | |
|---|---|---|
| **Community Health Centers of King County – Eastside**<br>16315 NE 87th St. B6<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 882-1697 | **Eastgate Public Health**<br>14350 SE Eastgate Way<br>Bellevue, WA 98121<br>(206) 296-9722 | **Northshore Public Health**<br>10808 NE 145th St.<br>Bothell, WA 98011<br>(206) 296-9787 |

# LA EDUCACIÓN DE LOS NIÑOS

## Sobre la educación

La ley, de acuerdo con el "Becca Hill", requiere que todos los niños entre las edades de 8 y 18 años tienen que asistir a la escuela en el estado de Washington. Si un estudiante no va a la escuela regularmente, esta ley requiere que el distrito escolar intervenga, y en algunos casos, los padres y los hijos tengan que ir a la corte. Es muy importante que los padres llamen a la oficina de la escuela si su hijo va a faltar.

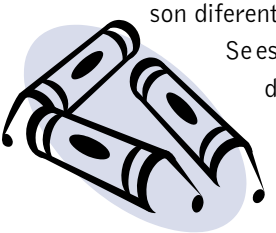
La educación pública es gratuita para los niños desde los 5 años de edad hasta la escuela secundaria. La mayoría de los niños empiezan a ir a la escuela cuando tienen 5 años, en el "Kindergarten." El Kindergarten dura medio día; también hay de día entero en la mayoría de las escuelas, pero con cuotas extra.

Las escuelas tienen información sobre cómo comenzar el Kindergarten al principio de cada año escolar; póngase en contacto con su escuela local. El año escolar empieza de principios de septiembre a mediados de junio. Las escuelas proporcionan almuerzos que los niños pueden comprar, y las familias de bajos ingresos son elegibles para obtener el almuerzo gratis o a costo reducido. Solicítelo en la escuela de su hijo.

Antes de que los niños puedan ir a la escuela, tienen que estar inmunizados contra ciertas enfermedades. El médico de sus hijos o una enfermera de salud pública le puede informar sobre si las inmunizaciones de sus hijos están completas y al día.

Para matricular a sus hijos en la escuela, póngase en contacto con la escuela más cercana en su vecindario. Esté preparado a llevar el certificado de nacimiento del niño, información sobre inmunizaciones, dos contactos de emergencia y número de seguro social (opcional).

Todos los niños tienen derecho a recibir servicios educacionales especializados, si son elegibles, hasta que cumplan 21 años o hasta que se gradúen de la escuela secundaria. Póngase en contacto con su escuela local para que su niño sea examinado para ver si tiene necesidades especiales. Muchas escuelas ofrecen servicios para estudiantes cuyo primer idioma no es el inglés. Los programas son diferentes dependiendo de la escuela y el distrito.



Se espera que los padres participen activamente en la educación de sus hijos. Esto implica hablar con los maestros, leerle a su hijo, asegurarse que hagan las tareas y ofrecerse de voluntario en el salón de clases, si le es posible. La mejor manera de asegurar una buena educación para sus hijos es participar en ella lo más posible.

| | |
|---|---|
| **Bellevue School District**<br>(425) 456-4000<br>www.bsd405.org | **Mercer Island School District**<br>(206) 236-3300<br>www.misd.wednet.edu |
| **Issaquah School District**<br>(425) 837-7000<br>www.issaquah.wednet.edu | **Northshore School District**<br>(425) 489-6001<br>www.nsd.org |
| **Lake Washington School District**<br>(425) 702-3200<br>www.lkwash.wednet.edu | **Riverview School District**<br>(425) 844-4500<br>www.riverview.wednet.edu |
| **Snoqualmie Valley Public Schools**<br>(425) 831-8000<br>www.snoqualmie.k12.wa.us | |

## Escuelas de español

El distrito escolar de Bellevue tiene un programa llamado Inmersión en el Español. Los estudiantes que hablan inglés empiezan a la edad de 5 ó 6 años y reciben la mayoría de la instrucción en español. Este programa puede ser apropiado para niños que no hablan, leen o escriben español con fluidez pero cuyos padres hablan español. Para más información llame a:

*Newport High School* ..... *(425) 456-7400*
*Sunset Elementary* ..... *(425) 456-6100*
*Tillicum Middle School*..... *(425) 456-6700*

## Sobre la violencia doméstica

Los cónyuges o compañeros abusivos usan varias formas de comportamiento para mantener poder y control sobre sus cónyuges o compañeros. Estos pueden incluir maltrato físico, amenazas de maltrato físico, mantener al cónyuge alejado de sus amigos y familia, control de todo el dinero o amenazas de entregar al cónyuge a las autoridades de migración. Aunque algunas de las cosas que en Estados Unidos se consideran "violencia doméstica" pueden ser muy comunes y aún aceptables en otros países, aquí son ilegales. Los niños y adolescentes también pueden ser el objeto directo de un abusador o pueden sufrir el impacto indirecto cuando el padre o la madre son abusados. El bienestar físico y emocional de los niños puede ser afectado significativamente por el comportamiento de un padre o madre violento. La violencia doméstica no es un asunto privado de familia; es asunto de la comunidad entera que impacta a todos.

## Planificación para la seguridad

Si usted vive en una relación abusiva, hay varios pasos que puede tomar para protegerse. Las agencias enumeradas a continuación pueden ayudarle a crear un plan de seguridad. Algo importante que debe recordar es que si no habla inglés, puede pedirle un intérprete a la policía, la corte, los médicos y las líneas telefónicas de crisis. Si su cónyuge o compañero abusivo lo amenaza con su estado migratorio, puede llamar a The Northwest Immigrants Rights Project (proyecto de derechos del inmigrante del noroeste) al (800) 445-5771 o (206) 587-4009 para información sobre sus derechos.

Si su cónyuge o compañero lo amenaza con llevarse a sus hijos del país, puede ponerse en contacto con el Children's Passport Issuance Alert Program (programa de alerta de emisión de pasaporte para niños) al (202) 736-7000.

Las "órdenes de protección" son órdenes especiales de la corte que protegen a las personas de un cónyuge violento. Usted puede consultar a un Protection Order Advocate (abogado de órdenes de protección) para obtener más información sobre las órdenes de protección y también para obtener ayuda para conseguir una. El número del King County Protection Order Advocacy Program es (206) 296-9547.

## Dónde conseguir ayuda

Usted puede llamar a cualquiera de las agencias contra la violencia doméstica o hotlines enumeradas abajo para platicar sobre planificación para la seguridad, recursos y formas de apoyo disponibles para usted y sus hijos. Algunas de ellas operan albergues seguros y confidenciales en donde usted y sus hijos pueden vivir si necesita alejarse de un cónyuge abusivo.

### Hotlines

*Washington State Domestic Violence..... 1-800-562-6025*
*National Domestic Violence Hotline..... 1-800-799-7233*
*Crisis Clinic .....1-800-244-5767 ó 206-461-3222*

### Agencias contra la violencia doméstica

Muchas de estas organizaciones tienen localidades confidenciales, por lo tanto, su dirección no está disponible. Si el personal no habla su idioma, puede pedir un intérprete.

**Abused Deaf Women's Advocacy Services (ADWAS) .. (206) 726-0093**
Para las víctimas del abuso sexual y violencia doméstica que son sordas, sordas y ciegas.
*2627 Eastlake Avenue East Seattle, WA 98102-3213*
*Línea de crisis de 24 horas: (206) 236-3134*

**New Beginnings..... Línea de crisis de 24 horas: (206) 522-9472**
Asesoría, albergue, ayuda en la defensa de sus derechos, ayuda para conseguir vivienda transitoria.

**Asian and Pacific Islander Women and Family Safety Center ..... (206) 467-9976**
Servicios de educación. Acepta llamadas por cobrar de mujeres en situaciones de violencia doméstica o si está pasando por una crisis.

**Northwest Immigrants Rights Project..... (206) 587-4009 ó 1 (800) 445-5771**
Consejos legales, representación y educación para los inmigrantes sobrevivientes de la violencia doméstica.
*909 8th Ave Seattle, WA 98104*
*Internet: www.nwirp.org*

**Catherine Booth House ..... Línea de Crisis (206) 324-4943**
Albergue, ayuda legal, asesoría.

**Northwest Justice Project** ..... **(206) 464-1519 ó 1 (888) 201-1012**
Consejos legales y representación en casos de ley familiar relacionados a la violencia doméstica.
*401 Second Avenue S, Suite 407 Seattle, WA 98104*
*1 (888) 201-9737 (TTY)*
*www.nwjustice.org*

**CHAYA**..... **Línea de ayuda: 1-877-922-4292 ó (206) 325-0325**
Servicios de apoyo y línea de ayuda de 24 horas para víctimas surasiáticas de la violencia doméstica.

**The Northwest Network of Bisexual, Trans and Lesbian Survivors of Abuse** ..... **(206) 568-7777**
Consejería, grupos de apoyo y ayuda en la defensa de sus derechos de las lesbianes, bisexuales, y transgeneros sobre vivientes de violencia doméstica.
*TTY (206) 517-9670*

**Consejo Counseling and Referral Services** ..... **(206) 461-4880**
Principalmente ayuda a personas de habla hispana. Consejería y grupos de apoyo. Ayuda con la vivienda.
*3808 South Angeline Seattle, WA 98118*

**Protection Order Advocacy Program** ..... **(206) 296-9547**
**ó 1 (800) 326-6165 ext. 69547**
Provee ayuda para solicitar órdenes de protección.
*516 3rd Ave, E233 King County Courthouse Seattle, WA 98104-2312*
*TTY Seattle (206) 205-6198*

**Eastside Domestic Violence Program**. **Línea de crisis: (425) 746-1940**
**ó 1-800-827-8840 (TTY)**
Servicios de crisis, apoyo, albergue, ayuda en la defensa de sus derechos legales, servicios para los niños.

**Refugee Women's Alliance** ..... **(206) 721-0243**
Apoyo y recursos para las mujeres inmigrantes y refugiadas.
*4008 Martin Luther King Jr. Way, Seattle, WA 98108*

**Eastside Legal Assistance Program**.. **Número principal (425) 747-7274**
Póngase en contacto con la clínica de ley familiar y violencia doméstica para consejería e información.
*Hablan ruso, ucraniano y español; llame y deje un mensaje*
*(425) 747-1663*

**Seattle Indian Health Board** ..... **(206) 324-9360**
Principalmente ayuda a los nativos americanos y nativos de Alaska. Asesoría y grupos de apoyo.
*611 12th Ave S. #200, Seattle, WA 98144*

**Jewish Family Services, Project DVORA** ..... **(206) 461-3240**
Servicio para judíos víctimas de la violencia doméstica. Asesoría, grupo de apoyo y educación.
*1601 16th Avenue Seattle, WA 98122*

**Youth Eastside Services**
**Teen Dating Violence Program** .....**(425) 747-4937 (TDD)**
Consejería, grupos de apoyo, educación a la comunidad para adolescentes.
*999 164th Ave NE Bellevue, WA 98008*

# ASISTENCIA ECONÓMICA, ALIMENTOS Y ROPA

## Sobre la asistencia económica, alimentos y ropa

Hay lugares que lo pueden ayudar con necesidades como los alimentos, la ropa y asistencia económica para pagar sus cuentas tales como la renta, medicinas, servicio de agua y otros servicios públicos. Esta sección contiene información sobre estos lugares. Puede encontrar información sobre los servicios públicos en la sección sobre electricidad, gas y agua. Para información sobre la vivienda, vea la sección sobre vivienda y albergue.

### ¿Quién califica?

Cada agencia tiene sus propias reglas – qué servicios proporciona, normas sobre los ingresos, regiones en las que proporcionan servicios y como inscribirse. En la mayoría de los casos, usted no tiene que devolver el dinero o bienes que recibe. Por favor llame a las agencias para más información.

## Dónde conseguir ayuda

## Department of Social and Human Services (DSHS)

Una agencia que proporciona programas de welfare (bienestar) a aquellos que califican. Los servicios incluyen asistencia social:

- Abuso y negligencia
- Adopción
- Apoyo a los asistentes
- Dinero
- Cuidado de niños
- Seguridad para los niños
- Apoyo a los niños
- Sordera
- Servicios a los niños
- Discapacidad
- Violencia doméstica
- Adicción a las drogas, alcohol o productos químicos
- Edificación
- Ayuda de emergencia
- Servicios de empleo
- Alimentos
- Familias sustitutas
- Ayuda en el hogar
- Carencia de vivienda
- Rehabilitación juvenil
- Cuidados médicos
- Salud mental
- Cuidados residenciales

### Donde están las oficinas de DSHS:

**King Eastside Community Services Office**
*14360 SE Eastgate Way*

*Bellevue, WA 98007*
Cerca del Park & Ride de Eastgate y de Eastgate Public Health.
*(206) 341-7404 or 1-800 662-6715*
*TTY (425) 649-4012*

Para solicitar servicios llame al (206) 341-7404 y pida que le envíen una solicitud por correo o bien obtenga una solicitud en la oficina.
*Working Connections Child Care ..... (206) 341-7404*
*Pregnancy Medical ..... 1-800-337-1835*
*Children's Medical ..... 1-800-337-1835*

Para Working Connections Child Care/Pregnancy Medical y Children's Medical. Puede solicitar ayuda por teléfono.

**Skykomish Valley Community Services Office**
*19705 State Route 2*
*Monroe, WA 98272*
*Junto al lote de estacionamiento de Safeway enfrente del restaurante KFC.*
*(425) 438-4972 or 1-800-735-7039*
*TTY (360) 805-1158*

Working Connections Child Care o Pregnancy Medical o Children's Medical (425) 438-4972 o 1-800-735-7039

Para solicitar servicios llame al (425) 438-4972 y pida que le envíen una solicitud por correo o bien obtenga una solicitud en la oficina.
*Dirección:*
*PO Box 6053, Arlington, WA 98223*

## Hopelink

Proporciona servicios a las familias de bajos ingresos, niños, personas mayores y discapacitados. Los servicios de Hopelink cubren desde aquellos que son inmediatos y relacionados a una crisis (alimentos, albergue de emergencia, prevención del desalojo, ayuda para pagar por los servicios públicos) hasta programas a largo plazo (alfabetización, desarrollo de la familia, desarrollo y cuidado de los niños) que ayudan a las familias a prosperar.

| Bellevue Center | Adelle Maxwell Child Care Center |
|---|---|
| 14812 Main St.<br>Bellevue, WA 98007<br>(425) 943-7555 | (425) 462-1456 |

| | |
|---|---|
| **Kirkland Center**<br>302 First St.<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 889-7880 | **Energy assistance**<br>(Para otros programas de ayuda de energía, por favor vea la sección de electricidad, gas y agua.) (425) 869-6027 |
| **Northshore Center**<br>18220 96th Ave NE<br>Bothell, WA 98011<br>(425) 485-6521 | **Programas de desarrollo familiar**<br>(425) 943-7550 |
| **Redmond Center**<br>16225 NE 87th St.<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 882-0241 | **Transporte**<br>(425) 943-6789 |
| **Sno-Valley Center**<br>31957 Commercial St.<br>Carnation, WA 98014<br>(425) 333-4163 | |

## Otros servicios de ayuda

| | |
|---|---|
| **Catholic Community Services**<br>12828 Northup Way, Suite 100<br>Bellevue, WA<br>(425) 284-2211 | **Salvation Army**<br>911 164th Ave NE<br>Bellevue, WA 98008<br>(425) 452-7300 |
| **Overlake Service League**<br>(425) 451-1175 | **St. Vincent de Paul**<br>Llame para ser dirigido a una parroquia en su localidad.<br>(206) 767-6449 |

## Sobre los bancos de alimentos y programas de alimentación

Los bancos de alimentos y los programas de alimentación reciben y ofrecen alimentos a la comunidad. Los alimentos son gratuitos. La mayoría de los bancos de alimentos proveen alimentos no perecederos. Algunos proporcionan ciertos alimentos perecederos como verduras frescas, productos lácteos y carnes. Los programas de alimentación sirven y proporcionan comidas calientes que usted come en un lugar específico. Las iglesias, municipalidades, centros comunitarios (centros para adolescentes, centros para personas mayores) frecuentemente trabajan juntos para proporcionar alimentos, así que por favor póngase en contacto con su lugar del centro comunitario para

más información. Algunos están enumerados en la sección de recreación y actividades de la comunidad. Vea Hopelink en la sección anterior para muchos otros bancos de alimentos.

| | |
|---|---|
| **Crossroads Hot Meal Program**<br>Para residentes de Bellevue solamente<br>16000 NE 8th St<br>Bellevue, WA 98008<br>(425) 452-4874 | **World Impact Food Bank**<br>2015 Richards Rd<br>Bellevue, WA 98005<br>(425) 643-8246 |
| **Emergency Feeding Program (Banco de alimentos)**<br>(425) 869-6027 | **St. Andrew's Lutheran Church**<br>2650 148th Ave SE<br>Bellevue, WA 98007<br>(425) 746-2529 |
| **Asian Counseling and Referral Service**<br>Banco de alimentos ubicado en Seattle, pero también sirven a las personas que viven en el este del condado de King. Tiene que tener bajos ingresos y traer una identificación con fotografía.<br>919 S. King St.<br>Seattle, WA 98104<br>(206) 292-5714 | |
| **Programa de cupones de alimento (Food Stamp) 1-800-865-7801** | |

| | |
|---|---|
| **Old Firehouse Teen Center**<br>La cena es gratis. Todos los miercoles a las 6 por la noche.<br>16510 NE 79th<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 556-2370 | **Kirkland Teen Union Building**<br>La cena es gratis. Todos los viernes de 6 a las 7 por la noche.<br>348 Kirkland Ave<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 822-3088 ext. 202 |
| **Ground Zero Teen Center**<br>La cena es gratis: todos los jueves a las 5:30 por la noche.<br>257 100th Ave NE<br>Bellevue, WA 98004<br>(425) 452-6119 | |

## Sobre los bancos de ropa

Los bancos de ropa reciber ropa nueva y usada para la comunidad. La ropa es gratuita. Los bancos de ropa a menudo reciben y ofrecen juguetes.

| | |
|---|---|
| **Bellevue Seventh Day Adventist Church**<br>15 140th Ave NE<br>Bellevue, WA 98005<br>(425) 746-1763 | **Old Firehouse/Teen Center Clothing Bank**<br>16510 NE 79th<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 556-2370 |
| **Gear Up**<br>**Kirkland Teen Union Building**<br>348 Kirkland Ave<br>Kirkland, WA 98033<br>Programa mensual de ropa para adolescentes.<br>(425) 822-3088 | **Youth Link Teen Closet**<br>257 100th Ave NE<br>Bellevue, WA 98004<br>Para residentes del Eastside solamente<br>(425) 452-5254 |
| **Kirkland Seventh Day Adventist Church**<br>6400 108th Ave NE<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 822-7922 | **YWCA Family Village Working Wardrobe**<br>16601 NE 80th<br>Redmond, WA 98052<br>(425) 556-1350 |

# SERVICIOS DE SALUD: MÉDICO Y DENTAL

Prevenir enfermedades es más fácil que curarlas, así que acuérdese de mantener sus inmunizaciones (vacunas) al día para prevenir enfermedades tales como la difteria, tétano, tos ferina, polio, meningitis, hepatitis A y B, sarampión, varicela y otras. Hagase exámenes médicos regularmente como las mamografías, papanicolaus, y asegúrese que los niños reciban chequeos médicos regularmente. Obtenga inmunización contra la gripe (vacuna contra la influenza) todos los años en noviembre; esto es especialmente importante para los niños de 6 a 24 meses de edad y para las personas mayores.

## Seguros médicos

Casi todos los servicios médicos requieren cobertura por un seguro médico. Algunas personas obtienen esta cobertura a través de sus empleos, pero hay muchas personas sin seguro medico que no pueden pagar por el seguro medico aunque trabajen. Algunos médicos y clínicas cobran tarifas de acuerdo a sus ingresos. Esta sección incluye lugares específicos donde usted y su familia pueden ir si sonde bajos ingresos o si no tienen seguro médico. Hay muchos médicos de familia privados que usted puede encontrar en su guía local de teléfonos; los métodos de pago y lo que cobran varía, pero la mayoría de ellos sólo acepta ciertos tipos de seguro médico o pago total al tiempo de la cita.

**Basic Health .....1-800-826-2444**

Este es un programa estatal que ayuda a cubrir los costos médicos de familias de bajos ingresos que no califican para recibar otros servicios. Basic Health (Salud Básica) tiene contratos con planes de salud en todo el estado de Washington, y proporcionar cobertura para cuidados médicos a precio reducido para los residentes de Washington que califican. Todos los planes de salud en Basic Health ofrecen los mismos beneficios básicos, pero las primas mensuales, los médicos y otros detalles de la cobertura varían. El proceso para solicitar y obtener el Basic Health puede tomar mucho tiempo.

**Healthy Options .....1-800-562-3022**

El programa de cuidados médicos administrado por Medicaid se llama Healthy Options (Opciones de Salud). Como miembros de Healthy Options, las personas pueden escoger el plan de salud (compañía de seguros) que quieran de una lista de planes que tienen un contrato con el estado. Existen algunas excepciones. Healthy Options es un plan de cuidados médicos administrados. Esto significa que las personas tienen un proveedor de cuidados médicos primario (PCP, por sus siglas en inglés) que coordina toda su atención médica (por ejemplo, un médico, asistente médico o enfermera práctica). Los clientes tienen que ver

o telefonear a su PCP primero para cualquier problema médico excepto en casos de emergencia. Su PCP lo referirá a un especialista u otro proveedor de cuidados médicos si es necesario. Los miembros de Healthy Options pueden escoger su PCP de una lista de médicos que tienen un contrato con el plan médico que ellos escogen.

## Las clínicas de salud pública – Seattle y condado de King

Proporcionan cuidados médicos y servicios dentales a los residentes de bajos ingresos. Principalmente proporcionan servicios a los residentes del este del condado de King que tienen ingresos bajos. Proporcionan servicios a los niños, adultos y personas mayores. Se paga el costo de acuerdo a sus ingresos. No se le niegan los servicios a nadie porque no pueden pagar. Las clínicas aceptan Medicare, cupones médicos, Washington State Basic Health Plan, seguros privados y donaciones. Llame para determinar si califica.

**Bellevue Office.....(206) 296-4920**
*Maternity and WIC ..... (206) 296-9728*
Intérpretes de español disponibles todos los días. También disponibles intérpretes para otros idiomas. Se brinda asistencia para solicitar el Basic Health Plan. 14350 SE Eastgate Way, Bellevue, WA 98007

**Northshore Office ..... (206) 296-9787**
*Maternity and WIC ..... (206) 296-9820*
*Immunizations and Travel..... (206) 296-9816*
*Teen Clinic..... (206) 296-9814*
*Family planning, STD clinic ..... (206) 296-9814*
(Enfermedades transmitidas sexualmente)
Intérpretes de español disponibles todos los días. Intérpretes para otros idiomas están disponibles si los pide con anticipación.
10808 NE 145th St. Bellevue, WA 98011

## Centros de salud comunitarios

Proveen cuidados médicos primarios y de medicina natural, servicios de cuidados dentales y planificación familiar. Aceptan Medicare, cupones médicos y Community Health Plan de Washington, así como también otros seguros médicos. Las personas sin seguro médico pueden calificar de a cuerdo a sus ingresos móviles.

**Redmond-Eastside Community Health Center.....(425) 882-1697**
Ofrece cuidados médicos para jóvenes sin vivienda. Se habla español. Hay intérpretes disponibles para otros idiomas.
*16315 NE 87th. St., Suite B-6, Redmond, WA 98052*

**Bothell-Kenmore Community Health Center** ..... **(425) 486-0658**
Intérprete de español disponible todo el tiempo. También hay intérpretes disponibles para otros idiomas.
*6016 NE Bothell Way, Kenmore, WA 98028*

## Hospitales y salas de emergencia

**Evergreen Hospital** ..... **(425) 899-1000**
*12040 NE 128th St, Kirkland WA 98034*

**Group Health Hospital** ..... **(425) 883-5151**
*2700 152 AVE NE, Redmond WA 98052*

**Overlake Hospital** ..... **(425) 688-5000**
*1035 116th. AVE NE, Bellevue WA 98004*

**Harborview Medical Center** ..... **(206) 731-3000**
*325 9th Ave, Seattle WA 98104*

## Planificación familiar y salud de la mujer

**Planned Parenthood**
*1420 156th. Ave NE, Bellevue, WA 98007* ..... *(425) 747-1050*
*6610 NE 181st. Ste 2, Kenmore, WA 98028* ..... *(425) 482-1122*
*75 NW Dogwood St., Ste B, Issaquah, WA 98027* ..... *(425) 369-0301*

**Clínicas de salud pública**
*14350 SE Eastgate Way, Bellevue, WA 98007* ..... *(206) 296-4920*
*10808 NE 145th St., Bothell, WA 98011* ..... *(206) 296-9814*

**Línea de información sobre la salud de la mujer y la diabetes** ..... **(888) 438-2247**

## Otras clínicas médicas y servicios de cuidado de la salud

**RotaCare Free Medical Clinic**
No es necesario hacer cita. Venga los sábados por la mañana entre 9:30 y 11:30 AM para obtener servicios médicos gratuitos. Ubicada en Hopelink:
*Located at Hopelink: 14812 Main St., Bellevue,WA 98007*

**Sea Mar Community Health Center** ..... **(206) 762-3730**
Principalmente proporciona servicios a personas de habla hispana, personas mayores e individuos de bajos ingresos. Pueden pagar de acuerdo a sus ingresos. usted pueda pagar. Se aceptan Medicare y cupones médicos.
*8720 14th Ave. S., Seattle, WA 98108*

**Overlake Service League** ..... **(425) 451-1175**
Ayuda de emergencia para comprar medicinas para residentes del distrito escolar de Bellevue. Llame para programar una visita a su domicilio para determinar su elegibilidad.

**Enfermeras de salud pública**
Enfermeras hacen visitas a domicilio para asistir a las mujeres embarazadas y los infantes. Ayuda a niños con necesidades de salud especiales.
**Bellevue** ..... **(206) 296-3920**
**Bothell** ..... **(206) 296-9787**

## Sobre los servicios dentales

Hay lugares que ofrecen servicios dentales a bajo costo, y algunos ofrecen servicios en otros idiomas. Usted puede contractar estos lugares por sí mismo, o preguntar en su clínica comunitaria sobre ellos. Las clínicas comunitarias también le pueden indicar cómo obtener servicios dentales en las **camionetas dentales móviles.** Estas camionetas llevan profesionales dentales y su equipo, y viajan a ciertos lugares como escuelas, iglesias o clínicas médicas para ofrecer sus servicios. En algunos casos, la escuela, iglesia o clínica ofrece traducción e interpretación. Para obtener más información sobre las camionetas dentales móviles, llame a NW Medical Teams o Smile Mobile (los números están abajo), o a su proveedor de cuidados de salud.

### ¿Quién Califica?

La mayoría de las organizaciones enumeradas ofrecen sus servicios a grupos específicos: niños, adultos o personas mayores. Algunos aceptan cupones médicos o dentales. Para ver si un lugar acepta cupones médicos, por favor llame The Washington State Department of Health Services Client Assistance Line (línea de servicios al cliente del departamento de servicios de salud del estado de Washington) al 1-800-562-3022 o llame directamente a la organización. Para otras preguntas o para hacer una cita, llame al número indicado.

### Para las personas mayores y los discapacitados

Muchos miembros de la Washington State Dental Association también participan en un programa dental de bajo costo para las personas de bajos ingresos, las personas mayores y los discapacitados. Son elegibles las personas de 65 años de edad o más, que no tienen seguro dental y están dentro de los requisitos de ingreso, y los discapacitados de cualquier edad o los que sufren de Alzheimer´s. Las personas mayores y los pacientes de Alzheimer's que están dentro de estos requisitos pueden llamar a su oficina local de Senior Information and Assistance (información y ayuda a las personas mayores) al (206) 448-3110 para pedir asistencia. Los discapacitados, por favor llamen a WSDA al (206) 448-1914 para pedir un referido.

**Eastside Community Dental Clinic .....(425) 883-8000**
Ofrece servicios de emergencia para todas la edades, y servicios preventivos para niños menores de 18 años y sus familias. Acepta cupones médicos de DSHS. Se habla español.
*16345 NE 87th St. Building C2, Redmond, WA 98052*

**DSHS-Community Services Offices ..... (206) 341-7404**
*(King-Eastside) ..... TDD (425) 649-4012*
Para más información sobre DSHS por favor vea la sección de Ayuda Monetaria, Alimentos y Ropa.

**Eastgate Public Health Dental Clinic ..... (206) 296-9726**
Provee servicios dentales a los niños de 1 a 19 años que viven en el condado de King. También proporciona servicios para mujeres embarazadas y mujeres que dieron a luz hasta después de2 meses del parto. Se habla español.
*14350 SE Eastgate Way, Bellevue, WA 98007*

**Lake WA Technical College Dental Clinic ..... (425) 739-8130**
Provee servicios a personas de 3 años de edad en adelante. Se recomienda que traiga a alguien con usted que pueda interpretar en su primera cita porque en esta cita es cuando necesitan información sobre su historial médico. Debe llamar primero; no aceptan a las personas sin citas.
*11605 132nd Ave NE, Kirkland, WA 98034*

**Northwest Medical Teams**
Proveen servicios dentales gratuitos en una camioneta dental móvil. Principalmente proporcionan servicios a adultos, y el Smile Mobile provee servicios a los niños. La camioneta va a Bellevue una vez al mes y a Northshore 2 ó 3 veces al mes.
*Para **Bellevue, Kirkland, Redmond** llame al .....(425) 899-3254*
*Para otras regiones llame al ..... (425) 454-8326*

**Smile Mobile ..... (206) 517-6303**
Camioneta dental móvil que viaja por todo el estado de Washington para proporcionar servicios dentales a los niños de 13 años y menore de 13 años. Reciben pacientes a través de las escuelas, iglesias, clínicas comunitarias, etc. y dichas instituciones proporcionan intérpretes y locales. Ellos le dejan saber si usted califica para recibir servicios.

# SERVICIOS DE SALUD MENTAL, DROGAS Y ALCOHOL, Y CRISIS

## Sobre los servicios de salud mental

Lugares que ofrecen ayuda a las personas que se sienten tristes, o ansiosas existen y necesitan a alguien con quien hablar. A veces es difícil hacer frente a sus emociones o problemas por sí mismo. Sus emociones pueden estar interfiriendo con su habilidad para trabajar, cuidar a sus hijos o sus relaciones con los demás pueden estar sufriendo. Hay profesionales que están capacitados para escuchar a las personas hablar de sus problemas y ayudarlos a que se sientan mejor. Esta sección también contiene recursos para las personas que necesitan ayuda con problemas de drogas o alcohol. Algunas de estas organizaciones ofrecen clases sobre una variedad de tópicos, por ejemplo, cómo ser mejores padres. Llame a las agencias enumeradas para informarse sobre todos los servicios.

### ¿Quién califica?

Todos califican para los servicios de con sejería y apoyo. La mayoría de las organizaciones enumeradas ofrecen una manera de pagar de acuerdo a sus ingresos, y también aceptan seguro. Algunas aceptan cupones médicos. Llame para información o para hacer una cita.

## Dónde conseguir ayuda

### SALUD MENTAL Y Crisis

*Línea de Crisis de 24 Horas de la Clínica de Crisis ..... 1-866-427-4747 ó (206) 461-3222*

Intervención, evaluación y apoyo emocional durante una crisis, mediante una llamada telefónica.

### Asian Counseling and Referral Service

Servicios de salud mental para jóvenes, niños y personas mayores asiáticos o de las islas del Pacífico.

*Bellevue Office ..... (425) 284-0017*
*12808 Northup Way, Suite 100, Bellevue, WA 98005*
*Seattle Office ..... (206) 695-751*
*720 8th Ave S, Suite 200, Seattle, WA 98104*

### Catholic Community Services..... (425) 284-2211

Ofrece asesoría para individuos, parejas, niños y familias. Tarifas de tasa móvil disponibles. Pueden pagar de acuerdo a sus ingresos.

*12828 Northup Way, Suite 100, Bellevue, WA 98005*

**Changes Parent Support Network** ..... **(206) 618-2673**
Apoyo a los padres
*16600 NE 80th St., Redmond, WA 98052*

**Children's Response Center** ..... **(425) 688-5130**
Consejería para víctimas de violencia sexual menores de 18 años; apoyo a los padres también está disponible. Hay intérpretes disponibles.
*Overlake Hospital Medical Ctr, 925 116th Ave NE #211, Bellevue, WA 98004*

**Community Psychiatric Clinic** ..... **(425)454-3021**
Consejería para personas con enfermedades mentales.
*13133 Bel-Red Rd., Bellevue, WA 98005*

**Consejo Counseling and Referral Services** ..... **(425) 747-7892**
Ofrece consejería sobre salud mental para adultos y niños, en español.
*1412 140th Pl NE, Bellevue, WA 98007*

**Friends of Youth**
Consejería individual, familiar y grupal para jóvenes y familias.
**Carnation/Duvall** ..... **(425) 844-9669**
*26311 NE Valley St, Bldg A, Suite 101, Duvall, WA 98019*
**Issaquah** ..... **(425) 392-6367**
*414 Front St N, Issaquah, WA 98027*
**Redmond** ..... **(425) 869-6490**
*16225 NE 87th St, #A6, Redmond, WA 98052*
**Snoqualmie** ..... **(425) 888-4151**
*7972 Maple Ave SE, Snoqualmie, WA 98065*

**Harborview Medical Center**
**Center for Sexual Assault and Traumatic Stress** ..... **(206) 521-1800**
Evaluación y consejería para adultos y jóvenes que son víctimas de violación y ataque sexual. Hay intérpretes disponibles.
*1401 E Jefferson St, 4th Floor, Seattle, WA 98122*

**Jewish Family Service** ..... **(425) 747-2264**
Consejería individual, para parejas, familias y grupos para adultos, niños y adolescentes, incluyendo personas afectadas por el abuso de sustancias químicas.
*1607 116th Ave NE, Suite 103, Bellevue, WA 98004*

**Kindering Center**..... **(425) 747-4004**
Terapia de lenguaje y física, preescolar y consejería familiar para niños con retardo mental y niños maltratados de hasta 3 años; servicios a domicilio disponibles.
*16120 NE 8th St, Bellevue, WA 98008*

**King County Sexual Assault Resource Center** .....**1-800- 825-7273**
Consejo y ayuda en la defensa de los derechos para víctimas de ataque sexual. Hay intérpretes disponibles.

**Lutheran Community Services Northwest** ..... **(425) 644-4735**
Ofrece consejería familiar, marital, individual y de grupo. Ofrece servicios en amárico, farsi, polaco, ruso, somalí, sudanés, tigrinya y posiblemente otros (llame para más información).
*433 Minor Ave N, Seattle, WA 98109*

**Mercer Island Youth and Family Services**..... **(206) 236-3525**
Consejería para jóvenes, padres, personas mayores y familias en Mercer Island.
*8236 SE 24th St, Bldg C, Mercer Island, WA 98040*

**NAMI (National Alliance for the Mentally Ill)** ..... **(206) 617-7820**
Para personas que necesita apoyo cuando un miembro de la familia tiene una enfermedad mental. Llame para más información.

**Northshore Youth and Family Services** ..... **(425) 485-6541**
Consejería para jóvenes, padres y familias.
*10309 NE 185th, Bothell, WA 98011*

**Sea Mar Community Health Center** ..... **(206) 764-4716**
Consejería principalmente para adultos y personas mayores de habla hispana.
*8915 14th Ave S, Seattle, WA 98108*

**Seattle Mental Health**
Servicios de salud mental, emocional y del comportamiento para niños, adolescentes, adultos y personas mayores; citas para el día siguiente.
*Northcreek Campus/Bellevue* ..... *(425) 748-1900*
*14216 NE 21st St, Bellevue, WA 98004*
*Redmond*..... *(425) 869-6634*
*16345 NE 87th St, Suite C-1, Redmond, WA 98052-3538*

**Youth Eastside Services**
Consejería individual, familiar y de grupo para jóvenes con problemas; servicios especializados para las víctimas de abuso sexual y sus padres.

*Bellevue ..... (425) 747-4937*
*999 164th Ave NE, Bellevue, WA 98008*
*Kirkland..... (425) 827-4937*
*13009 NE 85th St, Kirkland, WA 98033*
*Redmond..... (425) 869-6036*
*Family Resource Center 16225 NE 87th, A-2,*
*Redmond, WA 98052*

## SERVICIOS DE DROGAS Y ALCOHOL

**Alcohol/Drug 24-Hour Helpline..... (206) 722-3700**
Línea de ayuda para crisis relacionadas a las drogas y el alcohol.

**Community Psychiatric Clinic .....(425) 454-3021**
Línea completa de servicios para la recuperación de dependencias químicas.
*Eastside Regional Service Ctr, 13133 Bel-Red Rd, Bellevue, WA 98005*

**DSHS Community Services Offices.....(206) 341-7404**
Tratamiento y albergue para individuos de bajos ingresos que están incapacitados debido al alcoholismo o uso de drogas; proporciona servicios a residentes del este y nordeste del condado de King.
*14360 SE Eastgate Way, Bellevue, WA 98007-6462*

**Friends of Youth**
Evaluación y consejería confidenciales para jóvenes y sus familias.
*Carnation/Duvall ..... (425) 844-9669*
*26311 NE Valley St, Bldg A, Suite 101,*
*Duvall, WA 98019*
*Issaquah ..... (425) 392-6367*
*414 Front St N, Issaquah, WA 98027*
*Redmond ..... (425) 869-6490*
*16225 NE 87th St, #A6, Redmond, WA 98052*
*Snoqualmie ..... (425) 888-4151*
*7972 Maple Ave SE, Snoqualmie, WA 98065*

**Jewish Family Service .....(425) 747-2264**
Consejería individual, para parejas, familiar y grupal para adultos, niños y adolescentes incluyendo a personas con problemas de abuso de sustancias químicas.
*1607 116th Ave NE, Suite 103, Bellevue, WA 98004*

**Northshore Youth and Family Services .....(425) 485-6541**
Evaluación y consejería para jóvenes sobre el abuso de sustancias químicas.
*10309 NE 185th, Bothell, WA 98011*

**Therapeutic Health Services**.....(425) 747-7892
Consejería para personas con problemas relacionados al alcohol y las drogas; evaluaciones e intervenciones; consejería familiar y de grupos.
*1412 140th Pl NE, Bellevue, WA 98007-3915*

**Youth Eastside Services**
Ofrece evaluación, pruebas y asesoría individual y familiar de abuso de sustancias químicas para jóvenes entre l0s 12 y 20 años de edad.
*Bellevue ..... (425) 747-4937*
*999 164th Ave NE, Bellevue, WA 98008*
*Kirkland..... (425) 827-4937*
*13009 NE 85th St, Kirkland, WA 98033*
*Redmond..... (425) 869-6036*
*Family Resource Center 16225 NE 87th, A-2,*
*Redmond, WA 98052*

# SERVICIOS PARA LOS DISCAPACITADOS

## Sobre los servicios para los discapacitados

Los servicios para los discapacitados han sido diseñados para mejorar la calidad de sus vidas. El acceso a servicios y programas de recreación de calidad y de precio razonable ayuda a las personas a alcanzar la autosuficiencia y asegura que todos los miembros de la comunidad del Eastside en el condado de King tengan las mismas oportunidades de participar activamente en la comunidad.

### ¿Quién califica?

Los requisitos varían. Algunos servicios son gratuitos; otros están disponibles por un cobro que depende del ingreso de la persona; otros exigen un pago completo. Medicaid, Medicare o un seguro privado paga por algunos de los servicios. Para determinar su elegibilidad y obtener servicios por favor póngase en contacto con la agencia directamente.

### Dónde conseguir ayuda

| | |
|---|---|
| **ARC of King County**<br>Tiene un programa que brinda información y apoyo por teléfono a las familias de los discapacitados.<br>*Servicios a los latinos:*<br>*(206) 364-4645, ext. 150*<br>*Servicios a los asiáticos y nativos de las islas del Pacífico:*<br>*(206) 364-4645, ext. 133*<br>*Referencia e información general:*<br>*(206) 364-8384* | **Evergreen Healthcare Horizons Program**<br>Información y referidos, clases y grupos de apoyo para familias y personas mayores o que tienen una enfermedad o discapacidad crónica.<br>*12040 NE 128th St., #B1-140, Kirkland*<br>*(425) 899-3200* |
| **Brain Injury Association of Washington**<br>Apoyo, recursos e información para personas con daños cerebrales y sus familias.<br>*16315 NE 87th, B4, Redmond*<br>*(425) 895-0047* | **Highland Community Center**<br>Oportunidades de recreación y socialización para discapacitados de todas las edades.<br>*14224 Bel-Red Rd., Bellevue*<br>*(425) 452-7686* |

| | |
|---|---|
| **Consejo Counseling and Referral Service**<br>Materiales educacionales y servicios de extensión para personas con HIV o SIDA.<br>*3808 South Angeline, Seattle, WA 98118*<br>*(206) 461-4880* | **Overlake Service League**<br>Brinda servicios a los residentes del distrito escolar de Bellevue. Becas y subvenciones para el cuidado de los niños, escuela de verano, campamento y tutoría para hogares de bajos ingresos y niños discapacitados.<br>*(425) 451-1175* |
| **Bridge Ministries**<br>Visitas a las personas con discapacidades físicas y mentales para brindar apoyo, actividades sociales y equipo médico usado.<br>*520 6th St. S., Kirkland*<br>*(425) 828-1431* | **Seattle King County Aging and Disabilities Services**<br>Para personas mayores y adultos discapacitados; provee administración de caso y una gama amplia de servicios, relacionados a muchos aspectos de la vida.<br>*618 2nd Ave. #1020, Seattle*<br>*(206) 684-0660* |
| **Crisis Clinic Community Information Line**<br>Brinda referidos sobre agencias y servicios. Hay disponibles especialistas en discapacidades.<br>*(206) 461-3200*<br>*1-800-621-4636* | **US Department of Veteran Affairs-Regional Office**<br>Brinda información y tramita los solicitudes de beneficios para los veteranos de servicio militar y sus familias.<br>*1-800-827-1000* |
| **Asian Counseling and Referral Service**<br>Ofrece cuidados en el hogar y apoyo para personas mayores y adultos discapacitados, principalmente para las comunidades asiáticas y las de nativos de las islas del Pacífico.<br>*(206) 695-7610* | **Volunteer Chore Services Catholic Community Services**<br>Assistencia para los adultos mayores y personas con discapacidades.<br>*(425) 284-2235* |

## Infantes y Niños

**Children's Hospital Bellevue ..... (425) 454-4644**

Provee exámenes en las áreas educacional, intelectual y mental para niños de hasta 21 años con posibles problemas de aprendizaje en su casa o en la escuela.

*1135 116th Ave NE, Suite 400, Bellevue, WA 98004*

**Children's Services of Sno-Valley ..... (425) 888-2777**
Ofrece servicios para niños con retraso del desarrollo y con discapacidades, y para sus familias. Edades desde recién nacidos hasta 3 años.
*(Los servicios se proporcionan principalmente en su hogar.)*
*1407 Boalch Ave NW, North Bend, WA 98045*

**Kindering Center..... (425) 747-4004**
Terapias física y del habla, educación especial, asesoría, servicio de guardería, cuidado de familia sustituta a infantes y niños (y sus familias) que hayan sido maltratados, sean médicamente frágiles o tengan discapacidades.
*16120 NE 8th, Bellevue, WA 98008*

## Empleo

**AtWork! ..... (425) 274-4000**
Empleo y capacitación para los discapacitados.
*Bellevue: 15155 Bel-Red Rd. 98007*
*Issaquah: 690 NW Juniper St. 98027*

**DSHS Division of Vocational Rehabilitation ..... (425) 649-4241**
Servicios de rehabilitación vocacional para individuos discapacitados incluyendo evaluación, asesoría, preparación para el trabajo y ayuda para conseguir trabajo, y servicios de apoyo.
*14360 SE Eastgate Way, Bellevue, WA 98007*

**Eastside Employment Services..... (425) 453-0676**
Ofrece ayuda para conseguir trabajo y ayuda para que no pierdan su trabajo a personas con discapacidades mentales y de aprendizaje. Incluye capacitación en el trabajo, seguimiento y apoyo.
*1601 116th Ave NE , #102, Bellevue, WA 98004*

**Adult Day Health**
Para aquellos que necesitan servicios de salud, sociales o de rehabilitación durante el día.
**Elder and Adult Day Services**
*Bellevue ..... (425) 867-1799*
*12831 NE 21st Place, Bellevue, WA 98005*
*Issaquah..... (425) 837-3967*
*3707 Providence Pt Dr SE, Suite A, Issaquah, WA 98029*

**Jewish Family Service ..... (425) 643-2221**
**Seattle Association for Jewish Disabled**
Ofrece una variedad de servicios para ayudar a personas con enfermedades mentales, discapacidades mentales o daños al cerebro.
*1607 116th Ave NE, Suite 103, Bellevue WA 98007*

**Lake Washington Adult Day Health..... (425) 487-2441**
Proporciona servicios de salud, sociales, educacionales y de recreación para adultos mayores (55 años o más) en la región de Lake Washington.
*106 5th Ave, Kirkland, WA 98033*

**Northshore Senior Center Adult Day Health..... (425) 487-2441**
Proporciona servicios de salud, sociales, educacionales y de recreación para adultos mayores (55 años o más) en la región de Northshore.
*10201 E Riverside Dr, Bothell WA 98011*

## Transporte

Departamento de Licencias-
Permisos para Estacionar para Discapacitados ..... (360) 902-3770
Información para Pasajeros de Metro ..... (206) 553-3000
Permisos regionales para Autobús de tarifa reducida (206) 553-3060
Para Transit ADA ..... (206) 553-3060 ó 1-800-201-8888
*(para que lo vengan a recoger)*
Transportación de Medicaid/ Médica .....1-800-923-7433
Transportación por Voluntarios (personas mayores) . (206) 448-5740
American Cancer Society
(pacientes de cáncer) ..... 1-800-729-1151 ext 3304
American Cabulance..... (425) 741-3444 ó 1-800-750-5700
Rural Metro AM/Cabulance ..... (206) 972-1976 ó 1-800-989-9993

## Modificación y Reparación del Hogar, Servicios Públicos del Hogar

Catholic Community Services Servicios
de Tareas por Voluntarios ..... (425) 284-2235

Housing Rehabilitation Program,
*residentes de la ciudad de Bellevue solamente..... (425) 452-4069*

Programa de reparación de casas del condado de King.
*Todas las ciudades del este*
*del condado de King (excepto Bellevue) ..... (206) 296-7640*
*Northshore Handyman..... (425) 487-2441*
*Hopelink..... (425) 869-6027*
*Eastside LOVE Inc..... (425) 869-9561*

## Servicios Legales

Washington Coalition of Citizens- disAbility Resource Network
*V/TDD ..... (425) 558-0993*
*Legal Action Center Catholic Community Services..... (206) 324-6890*

# SERVICIO TELEFÓNICO

## Cómo obtener el servicio telefónico

Póngase en contacto con la compañía que seleccione (hay muchas entre las cuales escoger) y le preguntarán varias cosas (su dirección y el tipo de servicios que desea) para conectar su servicio telefónico. La información provista en esta sección está sujeta a cambios. Póngase en contacto con su compañía telefónica local para obtener respuestas a sus preguntas.

## Información sobre su cuenta

Su cuenta llega todos los meses y especifica la fecha en la cual la compañía espera recibir el pago. Después de esta fecha, pueden cobrarle interés. La primera cuenta que reciba va a contener los costos de instalación además de sus costos por llamadas telefónicas. Si necesita ayuda para pagar su cuenta, llame a su compañía telefónica.
Llame al **411** para encontrar números que no estén en la guía de teléfonos.

Las **llamadas locales** son las que se hacen dentro de su área de llamadas local. Puede encontrar esta área en la parte de atrás de su guía de teléfonos. Para llamar dentro de esta área, marque los 7 números del número de teléfono sin el código de área. No necesita marcar el 1 + (código de área) para hacer una llamada local.

Las **llamadas de larga distancia** son llamadas hechas fuera de su área local de llamadas. Marque 1 + (código de área) + número para hacer llamadas de larga distancia. Si no sabe el código de área de la ciudad, llame a su compañía de larga distancia. Para que lo ayude la operadora, marque 0 + (código de área) + número. La operadora le preguntará que tipo de llamada quiere hacer (vea "Algunos tipos de llamadas" a continuación). Hay costos adicionales bastante altos cuando lo ayuda la operadora.

## Algunos tipos de llamadas

- Persona a Persona: Usted tiene que pagar por la llamada solamente si la persona a quien llama responde.
- Por Cobrar: La operadora pregunta a la persona que responde si quiere pagar por la llamada. Este tipo de llamada es útil si usted está llamando de un teléfono público y no tiene suficiente dinero a la mano.

## Números gratis y números con costo

Muchos números de negocios empiezan con "800," "877," o "888." Estos son números "toll-free" (gratis). Esto significa que su llamada a estos números es

gratuita aunque el negocio no esté en su área local. Si llama a un número que empieza con "900," "915," o "976," usted paga por la llamada. Estos son números "toll charge" (con cargo) y le pueden costar hasta $7 cada minuto o más.

Las **llamadas internacionales** se hacen a través de su compañía de teléfonos si usted tiene servicio internacional. Existen muchos planes de llamadas que ofrecen descuentos para llamar a ciertos países, así que si llama a un país en particular frecuentemente, hable a su compañía de larga distancia para más información. Puede usar una compañía de larga distancia diferente a la que normalmente usa para hacer ciertas llamadas marcando un código de acceso. Esto le puede ahorrar dinero.

Marque 011 + código del país + código de la ciudad + número. Puede haber una espera de 45 segundos o más entre marcar el número y escuchar el timbre del teléfono. Para que lo ayude la operadora, marque 01 + código del país + código de la ciudad + número. La operadora le preguntará que tipo de llamada quiere hacer (vea "Algunos tipos de llamadas" arriba). Si no sabe el código del país, fíjese en la guía de teléfonos o llame a su compañía de larga distancia.

## Tarjetas de teléfono pre-pagadas

A veces la manera más barata de hacer una llamada de larga distancia es usando una tarjeta de teléfono pre-pagada. Puede comprarlas en muchos negocios o en el Internet. También puede hacer llamadas de larga distancia con ellas. Escoja una que le ofrezca descuentos para el país al que llama más. Las tarjetas vienen con un número "PIN" que usted debe proteger.

## Sobre las llamadas amenazadoras, obscenas y molestas:

Estas llamadas son ilegales. Si usted recibe alguna, no diga nada y cuelgue. Si recibe una llamada amenazadora, llame a la policía. Informe a su compañía de teléfonos sobre las llamadas y ellos pueden ofrecer diferentes servicios para averiguar de dónde vienen las llamadas o prevenirlas. También puede usted cambiar su número de teléfono.

## Consejos sobre el uso del teléfono

- Siempre examine cuidadosamente su cuenta de teléfono; llame a la compañía telefónica si hay cargos que no reconoce en su cuenta.
- Las personas que lo llaman para venderle alguna cosa pueden hacerlo legalmente sólo dentro de un período determinado. Tienen que desistir si usted les pide que lo quiten de "su lista".
- Nunca dé el número de su tarjeta de teléfono pre-pagada o su "PIN" a un extraño.
- Tenga cuidado si le piden que pague costos por minuto o que marque una larga secuencia de números que empiezan con un "1" después

de haber llamado a un número gratis (800, 888, o 877). Este es un método deshonesto para convertir las llamadas gratis en llamadas con cargos.

**Si su compañía es Verizon: .....1-800-483-4000**
**Si su compañía es Qwest: .....1-800-244-1111**

# SERVICIOS MUNICIPALES

**Los siguientes servicios son algunos e losrecursos útiles que ofrecen las ciudades:**

**Los servicios humanos** incluyen ayuda con los alimentos, ropa, albergue, cuentas de servicios públicos, cuidado médico y dental, asuntos legales, asesoría, empleo, aprendizaje de inglés y referencias para los varios servicios disponibles. La responsabilidad de la ciudad es ayudar económicamente a las organizaciones que proporcionan estos servicios, así como referir a las personas a los lugares apropiados para que obtengan la ayuda que necesitan.

**Los parques y departamentos de recreación** ofrecen programas y clases para niños, adolescentes, adultos, personas mayores y discapacitados. Hay becas disponibles para los residentes de bajos ingresos. Algunos de los centros comunitarios y parques se pueden rentar para eventos especiales. Existe una variedad de servicios gratuitos en los parques locales, incluyendo áreas para picnic, jardines, playas, campos deportivos y equipo de juegos para niños.

**Hay oportunidades para ofrecer sus servicios de voluntario** a través de su ciudad. Hay muchas oportunidades para dar su tiempo y ganar experiencia. La mayoría de las ciudades proporcionan programas de voluntarios que pueden coincidir con sus intereses y habilidades; ser voluntario puede ser beneficioso y ayuda a las personas a hacer conecciones valiosas en su comunidad.

**Los permisos y licencias** se adquieren a través del estado, el condado o su ciudad. Los permisos más comunes que se obtienen de una ciudad son para la construcción, uso de las calles y para eventos especiales para celebraciones y las licencias para negocios. Vea la sección sobre "cómo abrir su propio negocio".

**El agua, alcantarillado, desagüe y los programas de reciclado** generalmente son proporcionados por su ciudad. Los residentes que habitan viviendas pagan por estos servicios directamente a su ciudad, o estos costos están incluidos en la renta y el propietario paga a la ciudad. A veces si usted vive en un apartamento a veces usted paga los costos de agua, alcantarillado y desagüe a una compañía contratada por su propietario para que los cobre. Algunas ciudades proporcionan servicios y programas de reciclado y pueden tener programas de descuento para residentes que son personas mayores, discapacitados o que tienen bajos ingresos.

**La seguridad** es importante para todos los residentes. Existen programas para estar preparados en caso de emergencia y programas de prevención de incendios que se pueden obtener a través de los departamentos de bomberos o policías de su localidad. Las ciudades también ayudan con la seguridad de los peatones, las bicicletas y los autos. Vea la sección sobre servicios de emergencia para información sobre los departamentos de policía y bomberos y también para lo que hay que hacer en caso de emergencia.

**Los programas y servicios comunitarios** han sido planeados para ayudarlo a conectarse con su comunidad. La ciudad proporciona programas para mejorar los vecindarios, ayudar a los residentes a formar grupos de vecindario y ayudar con conflictos e inquietudes en la comunidad.

**Las calles y los caminos** los construye y mantiene su ciudad si están dentro de los límites de la ciudad. Las calles fuera de los límites de una ciudad las mantiene el condado o el estado. La ciudad planea y mantiene las señales de tráfico, se ocupa de la seguridad del tráfico en la carretera y mantiene las calles de la ciudad, los caminos para bicicletas, las banquetas y los caminos para peatones. Usted puede llamar a su ciudad si tiene alguna preocupación sobre el mantenimiento o la seguridad que necesita atención.

**Cada ciudad opera en forma diferente.** En general todas las ciudades tienen oficiales electos que hacen las decisiones sobre cómo gastar el dinero para mantener nuestras ciudades seguras y cómodas. Usted puede aprender cómo ponerse en contacto con los oficiales de la ciudad y asistir a las reuniones del consejo de la ciudad, tomar parte e influiren las decisiones, y ser miembro de juntas, comisiones y comités.

**Las ciudades les da referidos y ayudan a las personas a conectarse con los recursos de la comunidad.** Las personas que trabajan para la ciudad generalmente saben cuáles son los mejores lugares para conseguir ayuda en su comunidad. A veces los empleados de la ciudad hablan su idioma. Aún si usted no cree que la ciudad lo puede ayudar directamente, puede ser que lo puedan referir al lugar adecuado.

**Póngase en contacto con su ciudad para más información sobre los servicios que proporciona.**

**Algunas ciudades tienen empleados bilingües durante días y horas específicas.**

| | |
|---|---|
| **Ciudad de Beaux Arts Village**<br>10550 SE 27th Street<br>Bellevue, WA 98004<br>(425) 454-8580<br>www.beauxarts-wa.gov | **Ciudad de Carnation**<br>4621 Tolt Ave<br>P.O. Box 1238<br>Carnation, WA 98014<br>(425) 333-4192<br>www.ci.carnation.wa.us |
| **Ciudad de Bellevue**<br>11511 Main Street/PO Box 90012<br>Bellevue, WA 98009-9012<br>(425) 452-6800<br>Internet (español):<br>http://www.cityofbellevue.org/page.asp?view=22990<br>**Empleados bilingües están disponibles durante días y horas específicas.<br>La ciudad de Bellevue tiene un hotline de recursos gratis en español. Los residentes del Eastside que quieran más información general e información sobre recursos y servicios que brinda la ciudad de Bellevue, pueden llamar al (425) 452-4280. | **Ciudad de Clyde Hill**<br>9605 NE 24th Street<br>Clyde Hill, WA 98004<br>(425) 453-7800<br>www.clydehill.org |
| **Crossroads Mini City Hall (Centro de servicios de barrio de la ciudad de Bellevue)**<br>*Dentro del centro comercial Crossroads*<br>15600 NE 8th Street<br>Suite H-9<br>Bellevue, WA 98008<br>(425) 452-2800<br>**Líneas de mensajes en múltiples idiomas, empleados bilingües disponibles durante días y horas específicas | **Ciudad de Duvall**<br>15535 Main Street NE<br>P.O. Box 1300<br>Duvall, WA 98019<br>(425) 788-1185<br>http://www.cityofduvall.com/ |

| | |
|---|---|
| **Ciudad de Bothell**<br>18305 101st Ave NE<br>Bothell, WA 98011<br>(425) 486-6250<br>www.ci.bothell.wa.us | **Ciudad de Hunts Point**<br>3000 Hunts Point Road<br>Hunts Point, WA 98004<br>(425) 455-1834<br>www.ci.hunts-point.wa.us |
| **Ciudad de Issaquah**<br>130 E. Sunset Way – Administración<br>1775 12th Ave NW – Permisos de construcción, planificación P.O. Box 1307<br>Issaquah, WA 98027<br>(425) 837-3080<br>Internet: www.ci.issaquah.wa.us | **Ciudad de Newcastle**<br>13020 SE 72nd Place<br>Newcastle, WA 98059<br>(425) 649-4444<br>www.ci.newcastle.wa.us |
| **Ciudad de Kirkland**<br>123 5th Avenue<br>Kirkland, WA 98033<br>(425) 587-3000<br>www.ci.kirkland.wa.us<br>** Empleados bilingües están disponibles durante días y horas específicas. | **Ciudad de North Bend**<br>211 Main Ave N.<br>P.O. Box 896<br>North Bend, WA 98045<br>(425) 888-1211<br>www.ci.north-bend.wa.us |
| **Ciudad de Medina**<br>501 Evergreen Point Road<br>P.O. Box 144<br>Medina, WA 98039<br>(425) 454-9222<br>www.ci.medina.wa.us | **Ciudad de Redmond**<br>15670 NE 85th Street<br>Redmond, Washington 98052<br>Correo:<br>P.O. Box 97010<br>Redmond, WA 98073<br>(425) 556-2900<br>Internet: www.ci.redmond.wa.us<br>** Empleados bilingües están disponibles durante días y horas específicas. |
| **Ciudad de Mercer Island**<br>9611 SE 36th St.<br>Mercer Island, WA 98040<br>(206) 236-5300<br>www.ci.mercer-island.wa.us | **Ciudad de Sammamish**<br>486 228th Ave NE<br>Sammamish, WA 98074<br>(425) 898-0660<br>www.ci.sammamish.wa.us |

| | |
|---|---|
| **Ciudad de Snoqualmie**<br>8020 Railroad Ave SE<br>P.O. Box 987<br>Snoqualmie, WA 98065<br>(425) 888-5307<br>www.ci.snoqualmie.wa.us | **Ciudad de Woodinville**<br>13203 NE 175th ST<br>Woodinville, WA 98072<br>(425) 489-2700<br>www.ci.woodinville.wa.us |
| **Ciudad de Yarrow Point**<br>4030 95th Ave NE<br>Yarrow Point, WA 98004<br>(425) 454-6994<br>www.ci.yarrow-point.wa.us | |

# SERVICIOS DE EMERGENCIA: POLICÍA Y BOMBEROS

## Sobre la policía y los bomberos

Los oficiales de policía y los bomberos trabajan con todos los miembros de la comunidad, con personas de diferentes culturas y etnicidades, para proporcionar un ambiente seguro. Trabajan para protegerlo de los incendios, desastres y emergencias médicas. Llame al 911 en caso de emergencia.

### El 911

El 911 es un vínculo entre usted y los servicios de asistencia de policía y bomberos, y es el único número de teléfono que tiene que recordar. El personal del 911 le dirá lo que tiene que hacer hasta que llegue ayuda. Cuando usted marca el 911, su dirección aparece automáticamente en la pantalla del despachador, pero aún así puede ser que tengan que confirmar su dirección. Si usted no sabe la dirección en que está, aún así el personal del 911 responderá a su llamada. Generalmente el servicio de emergencia está en camino antes de que termine la llamada. **El 911 es solamente para emergencias**.

### *Si tiene que llamar al 911*

Mantenga la calma. Prepárese a describir el problema, dar su dirección, su nombre y su número de teléfono. Si usted no habla inglés, dígale a la persona que atendió el teléfono que idioma necesita, y un intérprete entrará en la conversación. Es posible que la persona que atendió el teléfono le haga más preguntas.

### En caso de incendio

Llame al 911 y su departamento de bomberos local responderá.

**Los detectores de humo:** Todas las casas y apartamentos tienen que tener un detector de humo que funcione. Los propietarios tienen que proporcionar detectores de humo. Dañar el detector de humo es ilegal.

**Centro de venenos**
**de Washington..... Línea de 24 horas 1-800-222-1222**
**Escoja la opción 1 para reportar un envenenamiento**
*o 1-800-732-6985 o TDD 1-800-572-0638*
**Para información que**
**no es de emergencia..... (206) 517-2350**

La agencia de control de venenos proporciona información las 24 horas por teléfono. Le pueden proporcionar información sobre los venenos y primeros auxilios en muchos idiomas. Hay varias maneras de prevenir que los niños entren en contacto con sustancias venenosas. Una es enseñarles a los niños qué se pueden poner en la boca y qué no se deben poner en la boca. El centro

también proporciona información y materiales para prevenir que los niños se envenenen. Para obtenerlos llame al 1-800-222-1222.

## Sobre la preparación para los desastres

En caso de una emergencia mayor como una inundación, deslizamiento o acto terrorista, hay maneras de prepararse y obtener ayuda. Es posible que usted no pueda ponerse en contacto con la policía o el 911 porque no tiene electricidad. Es posible que los servicios de emergencia no puedan responder. Así que usted tiene que hacer un plan para desastres para usted y su familia.

Los lugares de trabajo, las escuelas, los centros comunitarios y muchos otros lugares en su vecindario tienen planes en caso de desastre. Infórmese sobre ellos para estar preparado.

**En caso de un brote de enfermedad infecciosa o un incidente de terrorismo biológico** visite la página de Internet de Salud Pública de Seattle y el condado de King: www.metrokc.gov/health para obtener información.

### Planificación con su familia

- Escojan un lugar para encontrarse (un parque, la casa de un pariente, etc.) en caso de que no puedan ir a su casa.
- Pida a alguien que viva por lo menos a 200 millas (322 Km.) de distancia que sea su contacto en caso de emergencia, porque es más fácil hacer llamadas de larga distancia durante una emergencia local.
- Asegúrese que todos los miembros de la familia (incluyendo los niños) sepan que hay que llamar al 911 en caso de emergencia.
- Tenga extinguidores de incendios donde vive y asegúrese que todos saben como usarlos.
- Tenga preparado un kit de emergencia. Éste debe tener material de primeros auxilios, comida, agua, ropa, ropa de cama, herramientas y cualquier otra cosa que usted necesite. Tenga suficientes suministros para por lo menos 3 días.
- Aprenda primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar (CPR).
- Encuentre diferentes maneras de salir de su casa y 2 maneras de salir de cada habitación.
- Asegúrese que los extinguidores de incendios funcionan. Recargue o remplace los que están usados.
- Pruebe los detectores de humo y reemplace las baterías regularmente.
- Repase su plan regularmente para memorizarlo.

**NOTA:** Para más información sobre los pasos que debe tomar para varios tipos de desastres y también para preparación en caso de desastre, póngase en contacto con su oficina local o estatal de administración de emergencias, o con la Cruz Roja.

## Dónde conseguir ayuda

Durante las emergencias, la televisión y la radio son buenas fuentes de información.

**Cruz Roja Americana-Capitulo Seattle, Sirviendo a los Condados de King y Kitsap** **general: (206) 323-2345**

La Cruz Roja Americana (American Red Cross) es una organización humanitaria que provee asistencia gratis e inmediata a victimas de desastre. La Cruz Roja Americana también capacita a personas para prevenir, preparar y responder en caso de emergencias, busca reconectar familias separadas por dichos eventos y provee comunicaciones de emergencia entre miembros de las Fuerzas Armadas Estadounidenses y sus familias. Si necesita asistencia, por favor comuníquese con nosotros las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Teléfono (206) 323-6565. Para más información, también puede visitar nuestra página Web: www.seattleredcross.org

**King County Office of Emergency Management**
**Línea de 24 horas: (206) 296-3830**

**Salvation Army** **Oficina del Eastside (425) 452-7300**

**Información sobre seguros**
*Internet: www.insurance.wa.gov*
**WA State Office of Insurance Commissioner**
**Defensa de los derechos del consumidor y extensión para el consumidor** **1-800-562-6900**

**Federal Emergency Management Assistance (FEMA)**
Internet: www.fema.gov
Estos números sólo funcionan después de una declaración presidencial de desastre
1-800-621-FEMA o 1-800-621-3362
TTY 1-800-562-7585

**U.S. Small Business Administration**
Internet:
www.sba.gov/wa
1-800-488-5323
El número sólo funciona si ha declarado una emergencia.

Si usted sufre daños llame al 1-800-462-FEMA (3362) (Si tiene problemas de habla o de audición llame al TTY 1-800-562-7585) para inscribirse con la Federal Emergency Management Agency (FEMA). Debe llamar y hacer su solicitud dentro de un periodo determinado.

### Sobre los seguros

Si su propiedad está asegurada, póngase en contacto con su compañía de seguros. Si no tiene seguro, programas federales como FEMA lo pueden ayudar.

# VIVIENDA Y ALBERGUE

## Sobre la vivienda

Es contra la ley federal que los propietarios discriminen contra las personas que buscan vivienda por motivos de raza, color, origen nacional, religión, sexo, estado familiar o discapacidad. Planee gastar entre el 25 y 30% de sus ingresos en la vivienda.

### ¿Quién califica?

Hay algunos recursos disponibles para personas con discapacidad o personas sin discapacidades. Muchos de estos recursos están limitados a familias de bajos ingresos.

## Sobre ser dueño de una casa

Existen muchas organizaciones que lo pueden ayudar a conseguir una casa dentro de su alcance económico. Pueden preguntarle sobre sus ingresos para ver si califica para algún servicio. Hay algunos servicios para los discapacitados y las personas mayores, así que, si usted los necesita, por favor pregunte. La mayoría de estos programas ofrecen sus servicios gratuitamente.

**A Regional Coalition for Housing (ARCH)..... (425) 861-3676**
Un recurso de información sobre casas con precio por debajo del mercado que están disponibles a través de programas locales de vivienda de las ciudades. Vea qué casas están disponibles en la página Web de ARCH Internet: http://www.archhousing.org/ownership/index.htm

**Community Home Ownership Center (CHOC).....1-800-317-2918**
Ayuda a quienes desean comprar una vivienda. Para obtener guías gratis y otros recursos por favor vea su página Web Internet: www.choc-wa.org

**Habitat for Humanity of East King County..... (425) 869-6007**
Usted y su familia construyen su propia casa con la ayuda de voluntarios. Las casas se venden sin lucro y con hipotecas sin interés.

**Clases sobre cómo comprar una casa..... 1-800-767-4663, ext 775**
Clases gratuitas. Puede obtener un programa de las clases sobre como comprar una casa en la página Web de la Washington State Housing Finance Commission Internet: www.wshfc.org/buyers/schedule.htm

**House Key / House Key Plus ..... ARCH (425) 861-3677**
*Community Home Ownership Center (CHOC) ..... 1-800-317-2918*
*Washington State Housing Finance Commission ..... 1-800-767-4663*
Ofrece préstamos para ayudar a pagar el enganche (down payment en inglés)

e hipotecas a tasas por debajo del mercado para los que compran su primera casa y que cumplen con los requisitos de ingreso.
*Internet: www.wshfc.org/buyers/index.htm*

**Agencias de asesoría**
**sobre la vivienda patrocinadas por ..... HUD 1-888-466-3487**
Asesoría sobre cómo comprar una casa, cómo hacer los pagos y qué hacer si no puede hacer los pagos o ha perdido su casa.

**King County Housing Stability Project .....1-800-621-4636**
**(206) 461-3200**
Ofrece préstamos y subsidios a las personas que están en peligro de perder su casa.

**Reparación y protección**
**de su casa contra los elementos ..... (206) 214-1240**
La Autoridad de Vivienda del condado de King ofrece programas de reparación de casas y preparación contra los elementos para dueños de casa de bajos ingresos. También es posible que su ciudad ofrezca algunos programas.

**Para la reparación**
**de servicios públicos llame al ..... PSE 1-800-562-1482, Opción 1**
Para más información sobre cómo proteger su casa contra los elementos, por favor vea la sección sobre electricidad, gas y agua.

**Rebuilding Together Eastside ..... (425) 455-0179**
Repara y restaura casas para muchas personas, en particular las personas mayores, discapacitados y las familias con hijos.

## VIVIENDA ALQUILADA

**A Regional Coalition for Housing (ARCH)..... (425) 861-3676**
Un recurso de información sobre viviendas para alquilar a un costo por debajo del mercado. Llame a ARCH o vaya a su página Web
http:// www.archhousing.org/rental/index.html

**King County Housing Authority (KCHA) Rental Housing**
*KCHA Eastside Office ..... (206) 574-1140*
Proporciona unidades de vivienda alquiladas con subsidios para familias de bajos ingresos, personas mayores y discapacitados.
**Housing Choice Voucher Program (Sección 8)..... (206) 214-1300**
Puede proporcionar ayuda con los gastos de la renta. Llame a ver si tienen certificados disponibles.

**KCHA Housing Access & Services Program .....YWCA (206) 461-3694**
**(HASP)** Ayuda a los discapacitados a obtener acceso a certificados de sección 8. Hay información disponible a través del YWCA.

**King County Housing Stability Project**
*Community Information Line..... 1-800-621-4636 o (206) 461-3200*
Proporciona préstamos y subsidios a personas que están en riesgo inmediato de desalojo o de ejecución de su hipoteca y también ayuda a las familias sin vivienda que necesiten ayuda con los gastos de mudarse.

**Si piensa mudarse**, llame al número siguiente. Puede poner su nombre en más de una lista de espera.
**KCHA Eastside Office ..... (206) 574-1140**

**Saint Andrew's Housing Group (SAHG) ..... (425) 746-1699**
Proporciona servicios a los individuos y familias que no pueden pagar el precio del mercado por la vivienda.

## Vivienda De Emergencia, Albergue Y Temporal

Muchas organizaciones proporcionan un lugar seguro y confidencial donde usted puede vivir si tiene problemas. Diferentes organizaciones proporcionan vivienda de emergencia, vivienda temporal o ayuda para conseguir vivienda permanente. Llame a los números siguientes para obtener información sobre todos los servicios.

**Línea de información comunitaria .....1-800-621-4636**
**o (206) 461-3200**
*TTY (206) 461-3610*

**Clínica de crisis .....Números de emergencia**
**de 24 horas 1-800-244-5767**
**TTY (206) 461-3219**

**Catholic Community Services (CCS) .....1-800-872-3204**
Proporciona vivienda y otros servicios a mujeres embarazadas sin vivienda en hogares en Bellevue y Bothell. También proporciona albergue para hombres sin vivienda en el sur y el este del condado de King.

**Eastside Interfaith Social Concern Council**
**Congregations for the Homeless..... (206) 295-7803**
Un programa de albergue para hombres sin vivienda, proporcionado por grupos religiosos.

**El Centro de la Raza ..... (206) 329-7960**
Ayuda a familias con niños a encontrar vivienda permanente. Principalmente proporciona servicios a los de habla hispana, pero ayuda a cualquiera. Ayuda

con las solicitudes de vivienda y proporciona traducción. Opera El Patio, una instalación de vivienda temporal para personas de bajos ingresos.

**Friends of Youth** ..... **(425) 869-6490**
Proporciona muchos tipos de vivienda para jóvenes de 11 a 24 años de edad. Para más información sobre otros servicios sociales que ofrece Friends of Youth, vea la sección sobre salud mental, drogas y alcohol, y crisis.

**Hopelink** ..... **(425) 882-0241**
Proporciona albergue para las familias, vivienda temporal, ayuda con los gastos de energía (calefacción) y ayuda económica de emergencia entre otros servicios. Vea la sección sobre ayuda económica, alimentos y ropa para más información sobre Hopelink.

**Kirkland Interfaith Transitions in Housing (KITH)** ..... **(425) 576-9531**
Proporciona vivienda temporal para familias sin vivienda. Ofrece ayuda con los contratos de arrendamiento, el pago de la renta y la obtención de muebles u otras necesidades para el hogar.

**YWCA Family Village** ..... **(425) 556-1350**
Proporciona albergue de emergencia y hogares transitorios para mujeres y familias sin vivienda. Opera la YWCA Family Village en Redmond, una instalación de vivienda temporal para familias que proporciona servicios de empleo y guardería.

## Vivienda para discapacitados y personascon necesidades especiales

Los siguientes programas ofrecen servicios para los discapacitados y personas con necesidades especiales y para aquellos que no tienen que.

**Eastside Domestic Violence Program**
**Líneas de 24 horas** ..... **(425) 746-1940**
**1-800 827-8840**
Tiene dos albergues confidenciales, una red grande de lugares a donde usted puede ir si tiene problemas, una línea de crisis de 24 horas, grupos de apoyo, programas para niños, un programa que enlaza a las familias con la policía y la corte y programas de educación y capacitación. (Vea la sección sobre violencia doméstica para más información.)

**King County Housing Authority (KCHA)** ..... **(206) 461-3694**
**Housing Access & Services Program (HASP)**
HASP ayuda a los discapacitados a tener acceso a los certificados sección 8. Hay información disponible a través de la YWCA.

**Parkview Group Homes** ..... **(206) 324-4113**
Proporciona hogares y servicios de apoyo a personas con discapacidades mentales y sus familias.

## Información Sobre Alquilar Una Vivienda

Información sobre el inquilino y propietario es publicada con permiso de la Oficina del Procurador General. Esta información también se encuentra en inglés y otros idiomas en Internet: www.atg.wa.gov/consumer/lt/

### Los derechos básicos del inquilino

Derecho a un lugar decente donde vivir.
Protección contra la discriminación ilegal.
Derecho a que el propietario se haga responsable por daños causados debido a que el propietario no ha cuidado la propiedad.
Protección en caso que el propietario le niegue el acceso a su vivienda o le quite sus objetos personales.

### Tipos de contratos de alquiler

Un contrato de alquiler es un acuerdo entre usted y el propietario que enumera las expectativas y reglamentos que tanto usted como inquilino y el propietario deben cumplir.
Existen dos tipos de contratos de alquiler:

### Contrato de mes por mes

Este contrato es por un periodo indefinido. Bajo este contrato, en general, la renta se paga todos los meses. El contrato puede ser por escrito u oral, pero en caso de que haya que pagar algún cargo o depósito reembolsable, el contrato debe ser por escrito. Un contrato de mes por mes continúa hasta que usted o el propietario avise que quiere terminarlo. La renta puede aumentar o las reglas pueden cambiar en cualquier momento, si el propietario se lo avisa como lo requiere el contrato.

### Contrato por plazo fijo

Este contrato lo obliga a quedarse por un tiempo definido y restringe el poder del propietario de cambiar las reglas del acuerdo de alquiler. Este contrato debe ser por escrito para ser válido. Durante el término del contrato, la renta no se puede aumentar ni las reglas cambiar a no ser que usted y el propietario así lo acuerden.

### Términos ilegales en los acuerdos de alquiler

No todos los términos en los acuerdos de alquiler o contratos son necesariamente legales.
***Los términos ilegales incluyen:***

- Negarle alguno de los derechos que les da a los inquilinos el Landlord Tenant Act.

-Obligar a los inquilinos a renunciar a su derecho de defenderse a sí mismos en la corte contra las acusaciones del propietario.
-Limitar la responsabilidad del propietario en situaciones donde el propietario sería normalmente responsable.
-Permitir al propietario que entre a su vivienda sin darle aviso apropiado.
-Obligar al inquilino a pagar por todos los daños a la vivienda, aunque el inquilino o sus invitados no los hayan causado.
-Afirmar que el inquilino pagará los gastos de abogado del propietario bajo cualquier circunstancia si la disputa va a la corte.
-Permitir al propietario quedarse con la propiedad del inquilino si la renta no se paga a tiempo.

## Depósitos y otros cargos

Cuando usted se muda a una nueva vivienda, el propietario generalmente cobra un cargo para cubrir cosas como la limpieza o reparaciones que pueden ser necesarias después que usted se mude a otro lugar. Este cargo puede ser devuelto (si es reembolsable).

## Depósitos reembolsables

La palabra "depósito" simplemente significa dinero que puede ser devuelto al inquilino.

***Si se le ha cobrado un depósito reembolsable, la ley requiere:***

-Un acuerdo de alquiler por escrito que explica el motivo de cada depósito y qué debe hacer usted para que se lo devuelvan.
-Que le den un recibo por escrito por cada depósito.
-Un resumen completo que describe la condición de la vivienda al principio del alquiler. Debe estar firmado por usted y por el propietario, y le deben dar una copia firmada.
-Que los depósitos estén en una cuenta bancaria o compañía de fideicomiso, y que usted sea informado por escrito sobre donde están los depósitos.

## Costos no reembolsables

Estos no se devuelven bajo ninguna circunstancia. Si se le ha cobrado un cargo no reembolsable, el acuerdo de alquiler tiene que ser por escrito y debe incluir el hecho de que el cargo no será devuelto.

## Mientras vive en la vivienda alquilada

***Responsabilidades del propietario: Bajo la ley, el propietario debe:***

-Mantener la vivienda para que no viole los códigos estatales y locales en maneras que pudieran poner en peligro su salud y seguridad.
-Mantener partes del edificio, por ejemplo los techos, pisos y chimeneas, en

buenas condiciones, dentro de lo que es razonable.
-Mantener la vivienda en condición a prueba de los elimaticos, dentro de lo que es razonable.
-Proporcionar cerraduras y llaves adecuadas.
-Proporcionar lo que sea necesario para suministrar calefacción, electricidad y agua fría y caliente.
-Proporcionar receptáculos para los desechos y contratar un servicio de recolección de basura, excepto en casa particulares de una sola familia.
-Mantener las áreas comunes, por ejemplo, el vestíbulo, las escaleras y los pasillos, razonablemente limpios y libres de peligros.
-Controlar las plagas antes de que usted se mude a la vivienda. El propietario debe continuar controlando las infestaciones, excepto en casas particulares de una sola familia, o si usted causó la infestación.
-Hacer reparaciones para mantener la vivienda en la misma condición en que estaba cuando el inquilino se mudó a ella (con la excepción de uso normal).
-Mantener los sistemas eléctricos, de calefacción y la plomería en buen estado, y mantener los electrodomésticos que fueron proporcionados con la vivienda.
-Informarle a usted el nombre y dirección del propietario o su representante.
-Poner la temperatura del calentador de agua a 120° F (más o menos 49° C) cuando se muda un nuevo inquilino.
-Proporcionar detectores de humo, y asegurarse que trabajen bien cuando usted se mude a la vivienda. (Usted es responsable por mantener los detectores.)
-Investigar si usted está involucrado en actividades de pandillas si otro inquilino notifica al propietario que hay actividad de pandillas, dándole una notificación y demanda de investigación por escrito al propietario.

Nota: El propietario o su representante no es responsable por el costo de corregir problemas causados por el inquilino.

***Responsabilidades del inquilino: Bajo la ley, usted está obligado a:***
-Pagar la renta y los servicios públicos que se han acordado.
-Cumplir con las reglas de la ciudad, el condado y el estado.
-Mantener la vivienda limpia y sanitaria.
-Desechar los desperdicios apropiadamente.
-Pagar por la fumigación de infestaciones causadas por el inquilino.
-Operar apropiadamente los sistemas eléctricos, de calefacción y la plomería.
-No hacer daños intencionales a la vivienda.
-No involucrarse con pandillas o permitir sus actividades.
-No permitir daños sustanciales a la propiedad ni interferir con el uso de

la propiedad de los otros inquilinos.

-Cuando se muda, dejar la vivienda en la misma condición en que estaba cuando usted llegó, con la excepción de uso normal.

### Acceso del propietario a la vivienda alquilada

El propietario le tiene que dar por lo menos dos días de aviso cuando desee entrar a su vivienda durante horas razonables. La ley dice que los inquilinos no deben negarse sin razón a que el propietario o su representante entre a su vivienda si el propietario le ha dado por lo menos un día de aviso de su intención de entrar a cierta hora para mostrar la vivienda a futuros inquilinos o compradores. Los inquilinos no deben negarse sin razón a que el propietario entre a reparar, mejorar o proporcionar servicios a la vivienda. En caso de emergencia, o si la propiedad está abandonada, el propietario puede entrar sin aviso.

## Sobre las reparaciones

*Aviso obligatorio*

-Cuando hay que reparar algo, el primer paso que hay que dar es darle **aviso por escrito** del problema al propietario o su representante. El aviso tiene que incluir la dirección y número del apartamento de la vivienda, el nombre del dueño, si lo sabe, y una descripción del problema.

-Después de dar el aviso, el inquilino debe esperar el tiempo requerido para que el propietario empiece a hacer las reparaciones: 24 horas si le falta el agua fría o caliente, si no tiene calefacción o electricidad o por un problema que pudiera ser inminentemente peligroso; 72 horas para reparar un refrigerador, estufa u horno, o para reparaciones que requieran trabajo de plomería en instalaciones suministradas por el propietario; 10 días para todas las otras reparaciones.

## Sobre acciones ilegales del propietario

La ley prohíbe que el propietario tome ciertas acciones contra el inquilino, incluyendo:

### Prevenir que el inquilino entre a la vivienda

Se les prohíbe a los propietarios que cambien las cerraduras, añadan una cerradura o que de alguna otra manera hagan imposible a usted que use las cerraduras y llaves normales. Aún si usted está atrasado con el pago de su renta, prevenir que usted entre a su vivienda es ilegal. Si a usted se le previene la entrada a su vivienda, puede entablar una demanda para poder entrar otra vez.

### Cortar los servicios públicos

El propietario no le puede cortar los servicios públicos porque usted está atrasado con la renta o para forzarlo a que se mude. El propietario sólo puede cortar los servicios públicos para que se puedan hacer reparaciones, y sólo por una cantidad de tiempo razonable.

Si un propietario intencionalmente no paga por los servicios públicos para que el servicio sea interrumpido, esto se puede considerar un corte ilegal.

Si el propietario ha cortado los servicios públicos, usted debe primero llamar a la compañía de servicios públicos para ver si ellos lo pueden restablecer. Si parece que el corte de servicios es ilegal, puede establecer una demanda contra el propietario en la corte.

### Quedarse con la propiedad del inquilino

La ley permite que el propietario se quede con su propiedad sólo en caso de abandono. Si el contrato de alquiler dice que el propietario puede quedarse con la propiedad del inquilino en cualquier otra situación, no es legal. Si el propietario o su representante se queda con su propiedad ilegalmente, póngase en contacto con ellos primero. Si esto no resuelve la situación, notifique a la policía.

### Alquilar una propiedad que ha sido declarada no habitable

El propietario no puede alquilar una propiedad que ha sido declarada ruinosa (no apta para ser ocupada) o que no puede ser ocupada legalmente porque existen violaciones al código que no han sido corregidas.

### Tomar acciones de desquite

Si usted ejerce sus derechos bajo la ley, como por ejemplo si se queja a una autoridad del gobierno, la ley prohíbe al propietario o su representante que tome una acción para desquitarse (tome una acción contra usted como resultado de su queja) como subir la renta, reducir los servicios o desalojarlo.

## Sobre dar aviso apropiado para mudarse

Cuando usted se quiere mudar de una vivienda, es importante que dé aviso apropiado al propietario o su representante. Lea su contrato de alquiler para ver qué tipo de aviso tiene que dar.

### Devolución de los depósitos

Después que usted se mude, el propietario tiene 14 días para devolverle sus depósitos o darle una explicación por escrito sobre sus motivos para retener todo o parte del dinero. Deje su próxima dirección con el propietario cuando se mude. Bajo la ley, usted debe dejar la vivienda en las mismas condiciones en que estaba cuando se mudó a ella, excepto por desgaste normal. Los depósitos no se pueden usar para cubrir el uso normal, o daño que ya existía cuando usted se mudó a la vivienda.

## Sobre el desalojo

Hay cuatro tipos de desalojo bajo la ley, y para cada uno hay un tipo de aviso diferente: por no pagar la renta, por no cumplir con el contrato de alquiler, por generar "basura o molestias" y "sin causa".

Si el propietario quiere que usted se vaya y no le da una razón, le tiene que dar un aviso de 20 días para que usted se vaya, por lo menos 20 días antes del día que se debe pagar la próxima renta.

A usted sólo se le puede pedir que se mude al final de un periodo de alquiler (el día antes que se debe el pago.) Generalmente, no se le puede dar un aviso de 20 días si usted ha firmado un contrato por tiempo fijo. Lea el documento de alquiler específico para asegurarse.

### ¿Cómo debe el propietario o su representante dar aviso de desalojo?

Para que el propietario pueda tomar acción legal contra un inquilino que no se muda de la vivienda, el propietario tiene que primero darle aviso por escrito. Las opciones del propietario incluyen darle el aviso de desalojo en persona, mandarlo por correo o poner el aviso en un lugar prominente en la propiedad.

### ¿Qué pasa si el inquilino no se va de la vivienda después que ha recibido el aviso de desalojo?

Si usted no se va de la vivienda en violación del aviso de desalojo, el propietario deberá ir a la corte. Si la corte determina que el propietario tiene la razón, el policia lo sacará de la vivienda si usted no se va voluntariamente.

## Sobre el abandono

Bajo la ley, el abandono ocurre cuando usted se ha atrasado con la renta y también ha indicado oralmente o con sus acciones que tiene la intención de no continuar en la vivienda. Cuando una vivienda alquilada ha sido abandonada, el propietario puede entrar en ella y sacar toda la propiedad abandonada. La propiedad abandonada debe ser guardada en un lugar razonablemente seguro. Se le tiene que mandar por correo un aviso a usted que indica dónde está la propiedad y cuándo va a ser puesta a la venta. Si el propietario no tiene su nueva dirección, el aviso se debe mandar a la dirección de la vivienda abandonada, para que el correo la mande a su nueva dirección.

## Dónde conseguir ayuda

### Para preguntas generales sobre códigos de vivienda

Llame a su ciudad para más información y para hablar con alguien en los departamentos de división de zonas o de construcción. Vea los números de teléfono en la sección sobre las ciudades.

### Para quejarse sobre discriminación

**King County Office of Civil Rights** ..... (206) 296-7592
TTY (206) 296-7596

Investiga las alegaciones de discriminación en la vivienda.
*Internet: www.metrokc.gov/dias/ocre*

**HUD Office of Fair Housing and Equal Opportunity** ..... (206) 220-5170
TTY (206) 220-5185

Proporciona información sobre el cumplimiento de las Leyes de Justicia en la Vivienda para asegurar los derechos de igualdad para obtener vivienda sin discriminación.
*Internet: www.hud.gov/offices/fheao/*

**Washington State Human Rights Commission** ..... (206) 464-6500
TTY (206) 587-5168

Provee información y ayuda legal por teléfono para resolver las quejas sobre discriminación.

## Para obtener información sobre los derechos del inquilino y ayuda para resolver conflictos

**Bellevue Neighborhood Mediation Program**..... (425) 452-4091
Mediación gratuita para los residentes de la ciudad de Bellevue e intérpretes gratuitos para las mediaciones. La mediación es una manera de resolver los conflictos sin ir a la corte.

**Catholic Community Services Legal Action Center**.... (206) 324-6890
Provee ayuda legal para clientes de bajos ingresos que tienen problemas civiles y legales incluyendo asuntos entre propietarios y inquilinos.

**Columbia Legal Services**..... (206) 464-5933
Representa a personas de bajos ingresos en asuntos civiles y legales en todo el estado de Washington.

**Housing Justice Project** ..... (206) 624-9365
Ayuda a los inquilinos con el proceso de desalojo.

**King County Dispute Resolution Center**.....1-888-803-4696
(206) 443-9603

Mediación gratuita o de bajo costo para resolver los conflictos sin usar el sistema de las cortes.

**NW Justice Project**
*Internet: www.nwjustice.org/law_center/housing.html*
El Proyecto de Justicia del Noroeste: Sitio Web con información que incluye desalojo, derechos del inquilino, ser dueño de una casa y otros asuntos de vivienda.

**Tenant Net ..... Internet: www.wa.gov/ago/consumer/lt/home.html**
Información en el Internet sobre las leyes entre propietario e inquilino.
*Internet: www.atg.wa.gov/consumer/lt/*

**Unión de inquilinos ..... (206) 723-0500 o TDD (206) 723-0523**
Una organización sin fines de lucro. Los miembros son inquilinos. Proporciona información sobre las leyes de propietario e inquilino y los derechos del inquilino.
*Internet: www.tenantsunion.org*

**Washington Protection and Advocacy..... (206) 324-1521**
Busca la justicia para las personas con discapacidades en asuntos relacionados con los derechos humanos, legales y civiles.
*Internet: www.wpas-rights.org*

# LA BIBLIOTECA

## Sobre el sistema de bibliotecas del condado de King

El sistema de bibliotecas del condado de King le ofrece a las personas que viven en él condado de King acceso gratuito a libros, música, videos y computadoras. El sistema de bibliotecas del condado de King tiene libros, grabaciones en cinta y videos en muchos idiomas. También ofrece programas y clases gratuitas, incluyendo horas de lectura bilingüe para los niños, clases de ESL (inglés como segundo idioma), clases de computación, visitas de autores, presentaciones por autores y actividades de interés para todas las edades. Algunas bibliotecas ofrecen clases para prepararlo para el examen de ciudadanía.

Póngase en contacto con su biblioteca local para ver qué tienen disponible.

### ¿Quién puede obtener una tarjeta para la biblioteca y utilizar sus servicios?

Cualquiera que viva en la región que atiende el sistema de bibliotecas del condado de King. Cualquier persona puede usar las bibliotecas, pero para usar las computadoras en la biblioteca necesita una tarjeta de biblioteca emitida por el sistema de bibliotecas del condado de King y un número de teléfono. Si obtiene una tarjeta de biblioteca en una de las bibliotecas del condado de King, ésta le sirve en el resto de las bibliotecas del sistema. (A continuación hay una lista de los números de teléfono de las bibliotecas.)

### ¿Cómo obtengo una tarjeta para la biblioteca?

Para tomar prestados materiales de la biblioteca, tiene que conseguir una tarjeta de biblioteca gratuita. Cada miembro de la familia puede tener su propia tarjeta. Debe tener identificación con foto y algo que tenga su dirección (licencia de conducir o un recibo de pago de servicios públicos, por ejemplo). Puede obtener una tarjeta de biblioteca, por medio de su propia computadora, en el sitio del Internet: www.kcls.org o directamente en la biblioteca. Avise a la biblioteca si se le pierde la tarjeta.

### ¿Qué puedo tomar prestado de la biblioteca?

Puede tomar prestado libros, discos compactos, cintas de audio, videos, DVDs y revistas. Pregunte a la bibliotecaria cuándo tiene que devolverlos. Renovar le permite quedarse con el libro un poco más de tiempo más allá de la fecha original en que hay que devolverlo. Usted puede renovar en el sitio del Internet de la biblioteca o con la ayuda del personal de la biblioteca. Si devuelve algo después de la fecha de retorno, se le cobrará una multa a no ser que lo haya renovado. Pregunte en su biblioteca local cuál es el periodo de préstamo y de cuánto son las multas.

## ¿Puedo usar una computadora en la biblioteca?

Todas las bibliotecas del condado de King tienen computadoras que usted puede usar gratis si tiene una tarjeta de biblioteca y un número de teléfono. Se pueden usar para encontrar información, hacer las tareas escolares, buscar trabajo y muchas otras cosas. Puede usar estas computadoras para imprimir copias para llevar a su casa. Para hacer una cita para usar una computadora, llame a su biblioteca, o haga la reservación desde su propia computadora en el sitio del Internet del condado de King, Internet: www.kcls.org. Algunas de las bibliotecas tienen laboratorios de computación que ofrecen clases y otros tipos de ayuda para aprender a usar las computadoras. Llame a cualquier biblioteca para encontrar la sucursal más cercana que tenga un laboratorio de computación.

## ¿Qué programas especiales tiene la biblioteca para los niños?

La biblioteca tiene una hora de lectura para niños de bebés para arriba, y programas de hora de lectura especiales para niños y sus familias. Hay programas para días feriados, programas musicales, programas de cuentos y programas de lectura especiales para niños. Llame a su biblioteca para ver qué actividades tiene y a qué horas, o vaya al sitio del Internet: www.kcls.org y elija "Programs, Classes and Events."

### Bibliotecas en el este del condado de King

*Línea de información ..... (425) 462-9600 o 1-800-462-9600*
*..... TDD (425) 450-1788*

Proporciona información general, como la ubicación de las bibliotecas, programas y clases ofrecidas en las bibliotecas, y permite renovar y reservar libros. También le puede ayudar a encontrar rápidamente información sobre temas que usted puede estar investigando en la biblioteca.

*Bellevue Regional Library ..... (425) 450-1765*
*Bothell Regional Library ..... (425) 486-7811*
*Carnation Library ..... (425) 333-4398*
*Crossroads Library..... (425) 644-6203*
*Duvall Library..... (425) 788-1173*
*Fall City Library ..... (425) 222-5951*
*Issaquah Library ..... (425) 392-5430*
*Kingsgate Library..... (425) 821-7686*
*Kirkland Library ..... (425) 822-2459*
*Lake Hills Library ..... (425) 747-3350*
*Mercer Island Library ..... (206) 236-3537*
*Newport Way Library ..... (425) 747-2390*
*North Bend Library ..... (425) 888-0554*
*Redmond Regional Library..... (425) 885-1861*
*Sammamish Library ..... (425) 836-8793*

*Skykomish Library* ..... *(360) 677-2660*
*Snoqualmie Library* ..... *(425) 888-1223*
*Woodinville Library* ..... *(425) 788-0733*

# EL CORREO

## Sobre el servicio postal de los Estados Unidos

El servicio postal de los Estados Unidos (USPS, por sus siglas en inglés) es una agencia del gobierno federal que envía y distribuye correo doméstico e internacional a hogares y negocios. Puede haber más de una oficina de correos en su ciudad. El servicio postal de los Estados Unidos no es la única manera de enviar correo; hay otras compañías privadas que envían y distribuyen correo también.

## Cómo poner la dirección en una carta o paquete

**La dirección de destino:** Es la dirección a donde va el correo.
**El remitente:** La dirección de donde usted manda el correo (su propia dirección). Garantiza que el correo se pueda devolver si es necesario.

| | |
|---|---|
| (El remitente)<br>**De:**<br>Su nombre<br>1111 Anywhere Avenue<br>Somewhere, Washington 98083<br><br>(La dirección de destino)<br>**A:** Nombre del que recibe la carta<br>1111 21st Street Apartment #1<br>Somewhere, NY 12345 | Sello postal |

**Código postal:** Un número de 5 dígitos que le deja saber a la oficina de correos la región a donde va el correo.

## ¿Cómo mando correo a lugares fuera de los Estados Unidos?

Como con el correo doméstico, puede elegir el mejor servicio dependiendo del costo, la rapidez u otros servicios. Cuando envíe correo internacional tiene que incluir el nombre del país y el código postal del país en la dirección de destino. La dirección completa debe estar escrita a máquina o a mano, en inglés. También tiene que escribir "AIR MAIL" o "PAR AVION" en letra grande y legible cerca de la dirección de destino. Como precaución, al enviar un paquete, ponga una tarjeta con los nombres y direcciones suyos y de la persona a quien manda el paquete, adentro del paquete. Abajo se muestra el orden de la información que se usa para la dirección de destino:

PRIMERA LÍNEA: Nombre de la persona que recibe el correo
SEGUNDA LÍNEA: Dirección postal o número de apartado postal (P.O. Box) (vea a continuación información sobre los apartados postales)
TERCERA LÍNEA: Nombre de ciudad o pueblo, (provincia, estado, condado, etc.) y código postal (si lo sabe) (Nota: en algunos países, el código postal se

pone antes del nombre de la ciudad o pueblo)
CUARTA LÍNEA: NOMBRE DEL PAÍS (use mayúsculas, en inglés)

## Costo y servicios

El costo por mandar un paquete o carta depende de muchas cosas como a dónde va, cuán rápido va, qué tipo de objeto está enviando, cómo está empaquetado, etc. Usted puede elegir lo que mejor le convenga. También es posible que usted sea elegible para descuentos.

## Servicios de entrega dentro de los Estados Unidos:

Express Mail **entrega al día siguiente**
First-Class Mail **entrega en 1 a 3 días**
Priority Mail **entrega en 2 ó 3 días**
Correspondencia corriente que pesa menos de 16 onzas (.45kg) se puede mandar por tarifas descontadas o especiales.

## Cómo asegurar su carta o paquete:

**Confirmación de entrega:** Verifica que fue entregado.
**Confirmación con firma:** La persona que lo recibe tiene que firmar un recibo.
**Correo certificado:** Correo seguro que obliga al que lo recibe a firmar cuando lo recibe.
**A Cobrar (COD):** Permite que el costo de envío y de la mercancía sean pagados al USPS por quien la recibe, y el dinero se le da a quien la mandó.
**Correo asegurado:** Seguro en caso de pérdida o daños.
**Correo registrado:** Proporciona la máxima seguridad y la fecha en que fue entregado o cuándo se trató de entregarlo.

## ¿Dónde consigo las estampillas?

Los sellos vienen en muchos estilos y precios. Los puede comprar en lugares como su oficina local de correos, máquinas expendedoras, supermercados y por medio del Internet. El tipo y costo de las estampillas depende de a dónde va su correo y cuánto pesa. Llame a su oficina de correos para más información.

## Cómo recibir correo

Cuando usted vive en una casa o apartamento puede recibir correo en esa dirección. Hay otras opciones para recibir su correo. Una de ellas es tener un apartado postal (PO Box).

## ¿Qué es un apartado postal? ¿Cómo se obtiene uno?

Un apartado postal es un lugar donde puede recoger su correo, especialmente si usted se muda frecuentemente o si quiere mantener privado algún correo importante. Usted puede rentar un apartado postal en su oficina de correos.

Llame a su oficina local de correos para ver que tienen disponible.

### ¿Cómo continúo recibiendo mi correo si cambio de dirección?

Notifique a la oficina de correos sobre su mudanza con aproximadamente un mes de anticipación. Usted puede cambiar su dirección en el Internet o lo puede hacer en su oficina local de correos. Es importante notificar de su mudanza a las personas que le mandan correspondencia para que le llegue a su nueva dirección.

### ¿Cómo recibo mi correo si estoy de vacaciones?

Póngase en contacto con su oficina de correos para averiguar sobre los "vacation holds".

### Otros servicios en la oficina de correos

Puede comprar suministros de empaque, estampillas, tarjetas para llamar por teléfono y giros postales.

### Los giros postales: ¿cómo evito mandar efectivo por correo?

Los giros postales son una alternativa segura en vez de enviar efectivo por correo. Si el giro se pierde o se lo roban, se puede reemplazar. Usted puede comprar giros postales, de hasta $1,000 cada uno, en todas las oficinas de correos. Casi todos los giros postales cuestan de $0.90 a $1.25.

### Pasaportes

Algunas oficinas de correo ofrecen solicitudes para pasaportes y servicios de renovación. Para más información sobre solicitudes para pasaporte y dónde se puede hacer, llame al servicio postal de los Estados Unidos.

**Servicio Postal de los Estados Unidos.....1-800-ASK-USPS (1-800-275-8777)**
*Internet: www.usps.com .....TTY 1-877-7833*

### Centrales de correos en el este del condado de King

Nota: Hay generalmente varias oficinas de correos en cada ciudad; éstas son solamente las principales. Por favor póngase en contacto con ellas para obtener información sobre otras oficinas de correos en su ciudad o llame al número del servicio postal de los Estados Unidos que se muestra arriba.

*Bellevue ..... (425) 453-5655*
*Bothell..... (425) 482-9755*
*Carnation ..... (425) 333-6451*
*Duvall ..... (425) 788-5645*
*Fall City..... (425) 222-7501*
*Issaquah..... (425) 837-8795*

*Kenmore*..... *(425) 482-9755*
*Kirkland*..... *(425) 739-6727*
*Medina*..... *(425) 646-8111*
*Mercer Island* ..... *(206) 230-5636*
*North Bend*..... *(425) 831-7020*
*Preston* ..... *(425) 222-5536*
*Redmond*..... *(425) 885-1057*
*Skykomish*..... *(360) 677-2241*
*Snoqualmie* ..... *(425) 888-4317*
*Woodinville*..... *(425) 487-0995*

## Sobre las actividades y recreación en la comunidad

Las ciudades del este del condado de King tienen hermosos parques para el disfrute de todos y programas de recreación para todas las edades. Algunas ciudades también tienen senderos para caminar y para andar en bicicleta, también piscinas y playas. Hay varias organizaciones, como los clubes de niños y niñas (Boys and Girls Clubs), que proporcionan programas de recreación para niños y jóvenes, y el YMCA, que ofrece actividades para los adultos también. Casi todos los programas de las ciudades y otras organizaciones tienen becas para ayudar a las personas de bajas ingresos (a pagar por las clases o actividades).

### Cómo conseguir información sobre los parques, clases o actividades

La mejor manera de averiguar qué hay disponible es llamar a la oficina de parques y recreación de las ciudades. También usted puede obtener esta información por el Internet. A continuación está la información de contacto central para todas las ciudades en el este del condado de King que ofrecen actividades de recreación.

### ¿Quién califica?

Cada lugar tiene sus propios requisitos para ser elegible. Por ejemplo, las ciudades pueden requerir que usted viva dentro de los límites de la ciudad para ser elegible para descuentos. Por favor póngase en contacto con estos lugares directamente si está interesado en becas o descuentos para ver si usted califica.

**Ciudad de Bellevue** .....**www.cityofbellevue.org**

Para obtener servicios para personas de habla hispana, vaya al sitio del Internet de la ciudad de Bellevue y elija La Página de Internet de la Cuidad de Bellevue

*Registración e información sobre recreación y parques..... (425) 452-6881*
*Centro Acuático de Bellevue ..... (425) 452-4444*
*North Bellevue Community and Senior Center ..... (425) 452-7681*
*Highland Community Center ..... (425) 452-7686*
*(para discapacitados)*

**Ciudad de Bothell** .....**www.ci.bothell.wa.us**

*Registración e información sobre recreación y parques..... (425) 486-7430*
*Piscina de Northshore..... (206) 296-4333*
*Northshore Senior Center..... (425) 487-2441*

**Ciudad de Carnation**.....www.ci.carnation.wa.us
*Sno Valley Senior Center*..... *(425) 333-4152*

**Ciudad de Issaquah** .....www.ci.issaquah.wa.us
*Registración e información sobre recreación y parques*.... *(425) 837-3300*
*Piscina Julius Boehm* ..... *(425) 837-3350*

**Ciudad de Kirkland** .....www.ci.kirkland.wa.us
*Registración por el Internet* ..... *www.kirklandparks.net*
*Registración e información sobre recreación y parques*..... *(425) 587-3336*
*North Kirkland Community Center*..... *((425) 587-3350*
*Piscina Peter Kirk* ..... *(425) 587-3225*
*Teen Center* ..... *(425) 822-3088*
*Senior Center*..... *(425) 587-3336*

**Ciudad de Mercer Island** ..... www.ci.mercer-island.wa.us
*Registración e información sobre recreación y parques*..... *(206) 236-3545*
*Piscina de Mercer Island* ..... *(206) 296-4370*

**Ciudad de Newcastle** ..... www.ci.newcastle.wa.us
*Información sobre parques e instalaciones* ..... *(425) 649-4444*

**Ciudad de North Bend** .....www.ci.north-bend.wa.us

**Mt Si Senior Center** ..... **(425) 888-3434**

**Ciudad de Redmond** .... www.ci.redmond.wa.us o www.redmond.gov
*Registración e información sobre recreación y parques*.... *(425) 556-2300*
*Piscina de Redmond* ..... *(425) 828-1217*
*Teen Center* ..... *(425) 556-2370*
*Senior Center*..... *(425) 556-2314*

**Ciudad de Sammamish** .....www.ci.sammamish.wa.us
*Información* ..... *(425) 898-0660*

**Ciudad de Snoqualmie**.....ww.ci.snoqualmie.wa.us
*Información sobre recreación y parques*..... *(425) 831-5784*

Otro sitio del Internet bueno que tiene folletos sobre parques y actividades recreativas en varias ciudades del este del condado de King es:
*www.myparksandrecreation.com/info_activity/city_catalogs.asp*

## Otras organizaciones que ofrecen programas recreativos:

*Bellevue Boys and Girls Club..... (425) 454-6162*
*Kirkland Boys and Girls Club ..... (425) 827-0132*
*Mercer Island Boys and Girls Club..... (425) 232-4548*
*Redmond Boys and Girls Club..... (425) 836-9295*
*Femwood YMCA (Bothell) ..... (425) 806-0473*
*Lake Heights Family YMCA (Bellevue)..... (425) 644-8417*
*Campfire Boys and Girls..... (425) 885-0477 ó 1-800-451-2267*
*Big Brothers/Big Sisters Eastside..... (425) 415-0494*
*Strom Jewish Community Center (Mercer Island) ..... (206) 232-7115*
*Girl Scouts Totem Council*
*(oficina principal en Bellevue) ..... (425) 614-1126*

# SERVICIOS PÚBLICOS

## Sobre los servicios públicos

La electricidad, el gas y el agua se conocen como "servicios públicos" Probablemente usted recibe gas y electricidad de Puget Sound Energy (PSE); por favor vea a continuación la información de contacto de PSE. El servicio de agua generalmente lo proporciona su ciudad (vea la sección sobre las ciudades).

## Sobre los depósitos

Hay algunos casos en los que usted tal vez tenga que pagar un depósito. Por ejemplo:

- si la compañía de servicios públicos cree que usted no tiene un buen historial de crédito.
- si usted o alguien de su familia le debe dinero a una previa compañía de servicios públicos.
- si una compañía le ha negado sus servicios en el pasado.

## ¿Cuándo me devuelven el depósito?

Cuando paga su cuenta por 12 meses consecutivos antes de que pase la fecha en que se debe, su depósito se usará para pagar su próxima cuenta o se lo devolverán. Para más información, llame a su compañía de servicios públicos.

## ¿Qué hago si no puedo pagar el depósito?

Informe a su compañía y ellos pueden tratar de ayudarlo a encontrar una solución. También hay algunos lugares que lo pueden ayudar a pagar su recibo y lo pueden ayudar con el depósito si esto ha causado que su compañía le desconecte el servicio. Uno de éstos es el Programa de Ayuda de Servicios Públicos de Puget Sound Energy, el cual está relacionado con Hopelink y el Salvation Army. Vea a continuación sus números de teléfono.

## Sobre los recibos de pago de servicios públicos

Su recibo contiene información como la fecha antes de la cual se debe pagar éste y números de teléfono para llamar y quejarse si lo necesita hacer. El recibo estará atrasado después de 15 días de que la compañía se lo mandó. Usted puede pedir una fecha de vencimiento diferente que se ajuste al día que le pagan su sueldo.

## ¿Qué tipos de pago acepta la compañía?

- Cheques hechos a nombre de la compañía de servicios públicos o giros postales (para más información sobre los giros postales, vea la sección sobre el correo).
- Si tiene una cuenta de cheques, la puede conectar con su compañía

de servicios públicos para transferir dinero automáticamente para pagar sus recibos. Esto le ahorra el costo de escribir y enviar cheques. Llame a su compañía de servicios públicos y a su banco para preguntar sobre esto.

- Las tarjetas de crédito son aceptadas para pagar los recibos de PSE.

### ¿Cómo puedo hacer una queja formal sobre mi recibo o el servicio?

Llame a la compañía y describa el problema. Usted puede pedir que la compañía vuelva a revisar el contador de electricidad o agua. Pregunte por un supervisor si es necesario. Si no puede resolver el problema con la compañía, llame a la "UTC": Utilities and Transportation Commission (Comisión de servicios públicos y transporte) (información a continuación).

## Sobre las tarifas que paga

Muchas de las compañías le enviarán una copia de sus tarifas. Si no lo hacen, tiene que haber una copia disponible en la oficina de la compañía. También puede examinar un documento que resume las tarifas, términos y condiciones para proporcionar servicios en las oficinas centrales de la UTC en Olympia o pedir que le manden una copia por correo. Su compañía debe informarle si va a aumentar las tarifas antes de hacerlo. Si usted está en desacuerdo con un aumento de la tarifa, puede escribir una carta, participar en una reunión pública o llamar a la UTC.

## Sobre la desconección de su servicio

Las compañías pueden desconectar su servicio por razones tales como: falta de pago oportuno de sus recibos o solicitud de servicios ubando un nombre falso. Antes de desconectar su servicio, la compañía le tiene que dar un aviso por escrito con la descripción de la cantidad que usted debe y qué debe hacer para evitar la desconección.

### ¿Cuándo no está permitido a las compañías desconectar el servicio?

No pueden desconectar el servicio en días en que no podrían volver a conectarlo el mismo día o al día siguiente (como los fines de semana y algunos feriados). Hay excepciones.

### ¿Me puede cobrar la compañía para reconectarme?

Sí, la cobros varían varía de compañía a compañía.

### Ayuda con los servicios públicos

Si no puede pagar sus cuentas, hay programas que lo pueden ayudar a mantener sus servicios públicos. La información a continuación muestra varias maneras en que puede obtener ayuda con los servicios públicos.

## ¿Quién califica?

Los clientes tienen que cumplir con ciertos requisitos, como cierto nivel de ingresos para recibir ayuda. Llame a los programas para preguntar cuáles son los requisitos.

**Protección contra las condiciones climaticos** incluye añadir más insulación a su casa, reducir el flujo del aire externo en su casa o instalar ventanas apropiadas. Esto reduce sus costos de energía permanentemente. Hay programas especiales para familias de bajos ingresos. Llame a su compañía de servicios públicos para más información.

## Hopelink

Proporciona ayuda con el pago de energía (electricidad) a través de dos programas:

1) PSE: Puget Sound Energy, el programa que ambos apoyan se llama HELP y
2) LIHEAP: Low Income Home Energy Assistance Program

Para solicitar ayuda con los servicios públicos en cualquiera de los dos programas o para más información, llame a Hopelink Energy Line al número telefónico a continuación. La persona que contesta puede decidir cuál programa es el mejor para usted.

## Puget Sound Energy (PSE)

Proporciona gas natural y electricidad. Para ayudarle a pagar sus cuentas de servicios públicos, PSE ofrece los siguientes servicios:

- Un programa llamado **HELP**. PSE trabaja con Hopelink y el Salvation Army para proporcionar ayuda con los servicios públicos.
- **Budget Payment Plans:** Le cobran el promedio de los costos de energía (electricidad) por un periodo de meses para que los recibos siempre sean por la misma cantidad
- **Ayuda con la protección contra los elementos**

## "Moratorium"

Un plan de pagos que le permite a los individuos que han usado todas sus otras opciones mantener su calefacción desde fines de otoño a principios de la primavera siguiente. Llame a su compañía de servicios públicos para más información y pregunte específicamente sobre 'Moratorium.'

## Salvation Army

En coordinación con PSE, proporciona ayuda con los servicios públicos durante todo el año a las personas que han recibido un aviso de desconección de su compañía de servicios públicos. Ofrecen vales para cubrir los costos de los servicios públicos. Llame para hacer una cita y llenar una solicitud.

| | |
|---|---|
| **Hopelink Energy Line (HELP)**<br>(425) 869-6027<br>1-800-348-7144 | **Puget Sound Energy (PSE)**<br>Servicios al cliente<br>P.O. Box 90868B<br>Bellevue, WA 98009<br>(425) 452-1234 o 1-888-225-5773<br>TTY 1-800-962-9498<br>24 horas al día, siete días a la semana, ayuda en muchos idiomas<br><br>Envíe los pagos a:<br>Payment Processing<br>BOT-01H, PO Box 91269<br>Bellevue, WA 98009<br><br>Ayuda con la protección contra los elementos<br>1-800-562-1482, Opción 1 |
| **National Energy Assistance Referral (NEAR)**<br>1-866-674-6327<br>(1-866-NRG-NEAR) | |
| **Salvation Army**<br>911 164th Ave. NE<br>Bellevue, WA 98008<br>(425) 452-7300 | |
| **Washington UTC**<br>1-800-562-6150<br>TDD 1-800-210-5963 | |

## Escrito por el Grupo de Madres Latinas de Crossroads

Sea muy fuerte y muy segura consigo misma porque cuando acabamos de llegar es muy difícil en todo y si se siente sola que pida ayuda. Yo sufrí mucho cuando llegue pero ahora me siento muy feliz y muy contenta y conversando con otras personas.
Integrese a la nueva vida y preparese espiritualmente ya que la fe es la que a uno la mantiene con fuerzas para seguir luchando en este nuevo mundo o sea una nueva ciudad.

Busque más orientación en su idioma. Trate de ir a eventos en su idioma para que conozca a más personas. Trate de buscar buenas amistades que lo escuchen y uno poder escuchar a otras tambien.

Bienvenida! Al pasar el tiempo vamos conociendo personas y tal vez se encuentre con personas malas pero de la vida hay que tomar las cosas positivas y las negativas hay que dejarlas a un lado. Pero lo principal es que en mi puede encontrar una amiga, estoy aquí para ayudarla.

Le aconsejo el centro de comunidad (de crossroads). El grupo de madres le darian la mejor ayuda que necesita. Para que no se de por vencida, salga, distraiguese, busque amigas, salga a caminar, platique, riase, cante, baile y siempre diga, yo tengo que salir adelante, nunca diga no, y asi te mantendras saludable mentalmente.

No se sienta menos que los demas por ser inmigrante pues habemos muchas en la misma situación. No tenga miedo de salir a buscar trabajo o de salir a la calle o buscar ayuda económica, moral o salud fisica. Hay centros comunitarios que la pueden orientar y ayudar, como "el centro comunitario de Crossroads." No hay mejor forma de mantenerse fuerte estando unidas con otras personas en la misma situación.

**Busque el consejo o ayuda de personas que esten más ambientadas en este medio.**

Tome un poco de calma y no se asuste a cualquier cosas que le comenten y no ponga oido a los comentarios malos.

Nunca se de por vencida porque todas tenemos una oportunidad cuando llegamos a los Estados Unidos. Hay muchas razones para seguir adelante por ejemplo nuestras families, pero lo más importante es que siempre confiemos

en Dios porque Él nunca nos va a dejar. Solamente hay que ser muy fuertes para poder salir adelante. Luchemos para hacer una vida mejor. Viva la Raza Latina.

# CONVERSION TABLES

## Area, Length and Distance:

Kilometer into Miles Multiply by 0.62
Miles into Kilometers Multiply by 1.61
Meters into Feet Multiply by 3.28
Feet into Meters Multiply by 0.3
1 meter = 100 centimeters = 1000 millimeters = 1.094 yards = 3.28 feet = 39.4 inches
1 kilometer = 1000 meters = 0.621 miles = 3281 feet
1 acre = 4047 meters squared = 4840 yards squared = 43,650 ft squared
1 inch = 2.54 centimeters
1 foot = 0.3048 meters = 30.48 centimeters
1 foot = 12 inches
1 yard = 3 feet
1 mile = 5280 feet

## Weight:

Pounds into Kilograms Multiply by 0.45
Kilograms into Pounds Multiply by 2.21
Grams into Ounces Multiply by 0.035
Ounces into Grams Multiply by 28.35
1 kilogram = 1000 grams = 2.205 pounds = 35.3 ounces
1 gram = .035 ounce
100grams = 3.5 ounces
500 grams = 1.10 pounds
1 kilogram = 2.205 pounds
1 kilogram = 35oz
1 pound = 16oz

## Volume:

Liters into Gallons (US) Multiply by 0.26
Liters into Gallons (UK) Multiply by 0.22
1 liter= 1000ml = 0.26 gallons= 1.057 quarts = 2.113 pints = 33.8 fluid ounces = 4.16 cups
1 teaspoon = 5 ml
1 tablespoon = 15ml
3 teaspoons = 1 tablespoon
1 fluid oz. = 30 ml
1 cup = 240ml
1 pint (2 cups) = 470ml
1 quart (4 cups) = 940ml
1 gallon (4 quarts) = 3.8 liters

## Temperature:

| | |
|---|---|
| Fahrenheit to Celsius/Centigrade | Subtract 32 then multiply by 0.55 |
| Celsius/Centigrade to Fahrenheit | Multiply by 1.8 and add 32 |

## Time:

U.S. time 2 blocks of 12 hours (12am-11:59am and 12pm-11:59pm)

### US Time zones:

**Pacific (WA state's time zone):** if noon here, then
**Mountain:** 1 hour ahead, 1pm
**Central:** 2 hours ahead, 2pm
**Eastern:** 3 hours ahead, 3pm

Eastside
Human
Services
Forum

ERIC · eastside refugee and immigrant coalition