

Guía para padres de CPS en *El Condado de Sonoma*

Diseñada por padres que han pasado por el sistema de CPS y se han reunido con sus hijos, esta guía le dará consejos y recursos para ayudar a su familia.



Contenido

Carta de los padres - ¿Qué sucede después de que se retira a su hijo.....	p. 2-7
Código QR de la Guía de Reunificación.....	p. 8
Resumen del Proceso Judicial.....	p. 9
Consejos sobre cómo trabajar con CPS-de un Padre Mentor.....	p. 10-12
Relación entre los Padres de Recursos y la Comunicacion.....	p. 13-17
Consejos para visitar a sus hijos.....	p. 18-19
¿Qué es un Padre Mentor?.....	p. 20
Recursos y sus derechos	p. 21-30



Estimado Padre y/o Tutor Legal,

Si usted recibió esta carta, lo más probable es que ha pasado por momentos muy difíciles en su familia. Usted no está solo(a). La meta de nuestra agencia es mantener a su hijo/hijos seguros, y de poder reunir nuevamente a las familias.

Queremos compartir con usted algunas cosas, para que sepa que esperar hoy, y por los próximos días. La separación familiar sucede de muchas maneras y por muchas razones. Cada situación es única. Sepa que siempre puede hacerle preguntas a su trabajador social para recibir información específica sobre su hijo. Aquí le proporcionamos algo de información que le ayudará a superar la situación hasta que pueda tener esa conversación.

Queremos asegurarle que durante este proceso le tratara de forma justa y con dignidad. Hemos tomado pasos para ser lo más transparentes y honestas que sea posible. Sin embargo, sí se siente que haya sido perjudicado an cualquiera manera, Ud. pueda entregar una queja oficial al Nicolas Yanez, al (707) 565-1309.

Todo lo mejor,

La Alianza de Padres Biológicos y Padres Sustitutos

HOY

¿Ha donde llevan a mi hijo/hijos en este momento?

- Después de la separación, el trabajador social llevará a su hijo a un hogar temporal.
- En algunos casos, el trabajador social primeramente llevará a su hijo al doctor para un examen médico.
- Inmediatamente después de tomarse la decisión de separación, algunos niños son llevados a la casa de un pariente, algunos niños son llevados al hogar de amistades de la familia, algunos niños son llevados al hogar de una familia sustituta licenciada, y algunos niños son llevados a un albergue de emergencia para menores llamado Valley of the Moon Children's Center.

¿Que es un padre sustituto/familia sustituta?

Generalmente usamos las palabras “padres sustitutos,” que significa a la persona que llevará el cuidado de sus hijos por el momento. Algunas personas usan el término “padre de crianza” en la misma manera.

Sobrellevando el día de hoy – no está solo(a)

- Llame a un amigo/miembro de su familia que conoce y le respalda en el cual puede confiar. Si no siente que es lo indicado para usted, aquí le damos algunos números que pueden ayudarle a conectarse con una persona de apoyo.
- Consejeros para los Padres: Los consejeros para los padres son padres a los que separaron a sus hijos de su cuidado, y lograron exitosamente reunificarse con ellos. Ahora ellos están aquí para apoyarle. Llame al **707-585-6108 x1147**. Deje un mensaje con su nombre y número si no contestan.
- YWCA: Línea de ayuda 24 horas al día, 7 días a la semana para los que han sufrido de violencia doméstica: **707-546-8181**
- Juntas de AA de Sonoma County: Vaya a aaHomegroup.org para encontrar juntas las 24 horas al día en línea, o al <https://www.sonomacountyaa.org/meetings/?tsml-day=any&tsml-region=santa-rosa/> para encontrar juntas presenciales locales en el Condado de Sonoma
- Línea de de ayuda las 24 horas en NA del Condado de Sonoma: **(707) 342-4062 Juntas - Sonoma County Fellowship of Narcotics Anonymous (sonomacountyna.org)**
- Sonoma County Mental Health Crisis Stabilization: Línea de ayuda para crisis de salud mental: **707-576-8181**
- Línea de Ayuda para Prevención de Suicidio: **1-855-587-6373**
- Necesidades Básicas: 211 <https://211sonoma.org> Llame al 211.
- Valley of the Moon Children's Center: Albergue de Emergencia para Menores en donde algunos de los niños pueden estar después de la separación. **707-565-6350**.

Llamada de Consuelo

Ya cuando su hijo se haya instalado con la familia sustituta o en Valley of the Moon Children's Center, usted puede esperar una llamada de ya sea la familia sustituta, o del trabajo social para que le den una actualización. Esta será una llamada rápida entre los padres y el proveedor de cuidados dentro de las 24 horas de la separación familiar. Durante la llamada telefónica, se presentarán y hablarán con usted sobre la información importante que necesitan saber sobre el cuidado de su hijo/hijos hasta que puedan tener una conversación más a fondo. Algunas preguntas que pueden hacerle serían:

¿Cómo es el sueño de su hijo y su hora de dormir?

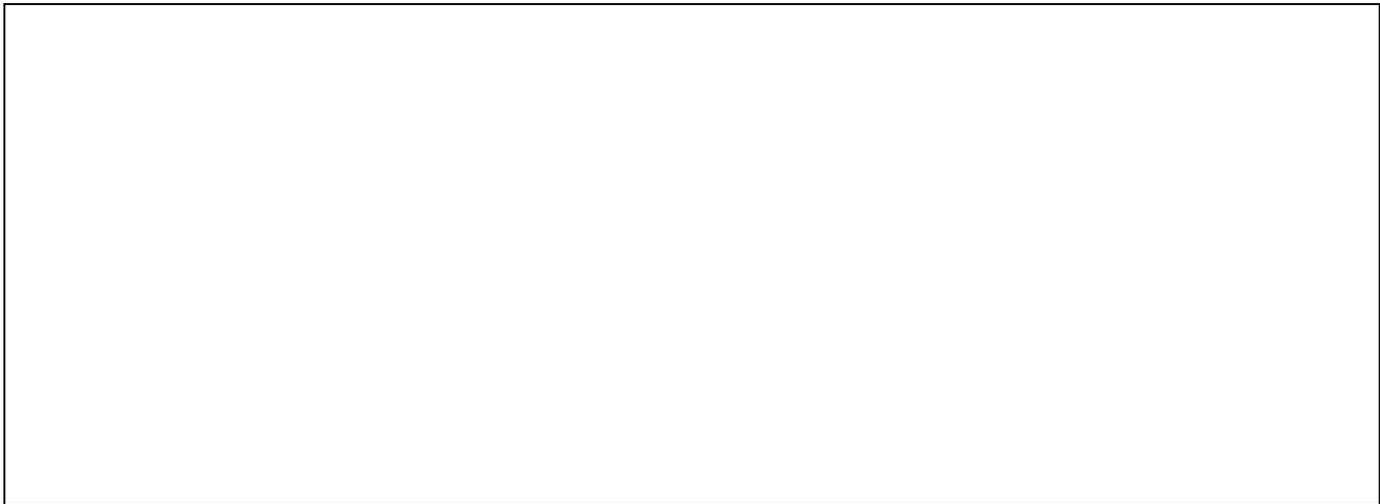
NOTAS:

¿Que calma al niño cuando está triste o tiene miedo?

NOTAS:

¿Que le gusta comer a su niño? Cualquier necesidad de cuidado especial que pueda compartir rápidamente con la familia sustituta le ayudará a su niño a instalarse y sentirse seguro.

NOTAS:



Usted será parte continua de las conversaciones sobre donde es el mejor lugar donde debe estar su hijo, si no es en casa. La meta de nuestra agencia es primero, el mantener a los hijos con sus padres, y segundo, el regresar a los niños con sus padres cuando sea seguro. Esa meta permanece hasta que o a menos que el Tribunal diga lo contrario. Usted conoce mejor a su hijo, y los personas que actualmente le darán el cuidado necesitan saberlo de usted.

Los Próximos Dias Siguietes

¿Cómo me preparo para el Tribunal?

IMPORTANTE: Se le ha dejado un aviso del Tribunal, el cual le proporciona la información sobre su primera audiencia.

A veces, el Tribunal puede ser alarmante. No importa que tan alarmante sea, vaya al Tribunal. El Juez lo necesita ahí para tomar la mejor decision sobre su familia.

En el aviso del Tribunal, hay un número de teléfono para que usted contacte a un abogado.

Aquí está nuevamente el número: 707-526-7337.

Deles una llamada. Ellos le pueden explicar cual son los siguientes pasos del proceso tribunal en términos jurídicos.

Consejos:

- ✓ **Llegue temprano/planee el estacionamiento y el encontrar la sala del tribunal.**
- ✓ **Vístase como si fuera a ir a una entrevista de trabajo.**
- ✓ **Lleve familia que le brinda apoyo (es un tribunal cerrado así que sus amigos no pueden estar con usted en la sala del tribunal, pero pueden esperarle afuera).**

NOTAS:

¿Cuándo podré tener tiempo de convivencia con mi hijo/hijos?

Dentro de los primeros días, un trabajador social o un asistente de trabajador social se comunicará con usted para programar las visitas con su niño.

- ***Si no escucha de alguien sobre las visitas, por favor llame al: 707-565-4300 y pida que se le conecte con el supervisor de las visitas.***

NOTAS:

¿Voy a poder conocer a las personas que cuidan de mi hijo?

Usted va a conocer y a hablar con la familia sustituta que cuidará de su hijo. Esto sucederá en una junta llamada *Introducción o Conversación con el Proveedor de Cuidados* que será agendada por el Coordinador de Familias/Parientes poco tiempo después de su primera

audiencia. Esta junta le permitirá hacer preguntas y a compartir cualquier información que usted deseé sobre su hijo. Será más a fondo que la llamada de consuelo.

NOTAS:

¿Cómo puedo entender lo que está pasando de hoy en adelante?

Por favor acceda el folleto “**LA CORTE DE DEPENDENCIA DE MENORES Y USTED: Una guía para padres de familia**” usando el Código QR o el sitio de internet más abajo. Si no tiene acceso a un teléfono o conexión al internet, una copia en papel le estará disponible con su trabajador social.

Esta guía describe el proceso de de la Corte de Dependencia de Menores en California. También incluye la historia de una madre que pasó por el sistema de dependencia y sus consejos en como lograr que sus hijos regresen a casa. Esperamos que le sea de ayuda a navegar este proceso.

Español

<https://www.courts.ca.gov/documents/spanish-dependencycourt-pamphlet-color.pdf>



Reunificación desde el cuidado de crianza temporal: Guía para padres

Esta hoja informativa se centra en los pasos que ayudarán a los padres a navegar por el proceso de reunificarse con sus hijos procedentes de hogares de crianza temporal. Presenta al equipo que trabajará con ellos durante todo el proceso y les hablará de sus derechos como padres. Y explica cómo trabajará con su trabajador social para elaborar un plan de reunificación y describe cómo la asociación con el padre de recurso de su hijo puede ayudar a traerlos a ellos y su familia juntos de nuevo.



HOJA INFORMATIVA PARA LAS FAMILIAS
ABRIL DE 2024

Reunificación después de cuidado de crianza: una guía para padres (Reunification From Foster Care: A Guide for Parents)

Como madre o padre con un hijo en cuidado de crianza ("foster care", en inglés), puede sentir que su mundo cambió de la noche a la mañana. De repente, su familia se encuentra involucrada en los sistemas de bienestar de menores y tribunales de familia, y no sabe por cuánto tiempo usted y su hijo estarán separados. Cuando un niño es separado de su hogar, puede ser traumático para los padres, el niño y el resto de la familia.

La reunificación —es decir, cuando una familia vuelve a estar unida de manera segura— es el [objetivo más común \(enlace en inglés\)](#) para niños y jóvenes en cuidado de crianza. También es el resultado más común. Muchas familias han logrado la reunificación, y la suya también puede hacerlo. A veces, el proceso puede parecer abrumador. Pero sí puede encontrar ayuda. Un equipo de personas estará presente para ofrecerle apoyo y orientación hacia la reunificación de su familia.

SECCIONES INCLUIDAS

- Qué espera mientras su hijo está en cuidado de crianza
- Los derechos de su familia mientras están involucrados con el sistema de cuidado de crianza
- Su plan de caso
- La importancia del tiempo familiar de calidad
- Qué sucede a medida que se acerca la reunificación
- Qué espera después de que su hijo regrese a casa
- Organizaciones nacionales de padres y familias

Children's Bureau/ACYF/ACF/HHS | 800.394.3346 | Email: info@childwelfare.gov | <https://www.childwelfare.gov>



Escanee este código QR para acceder a la guía completa. Esto le dará una visión general del sistema judicial de CPS y para saber cómo navegar con éxito por su caso de CPS.

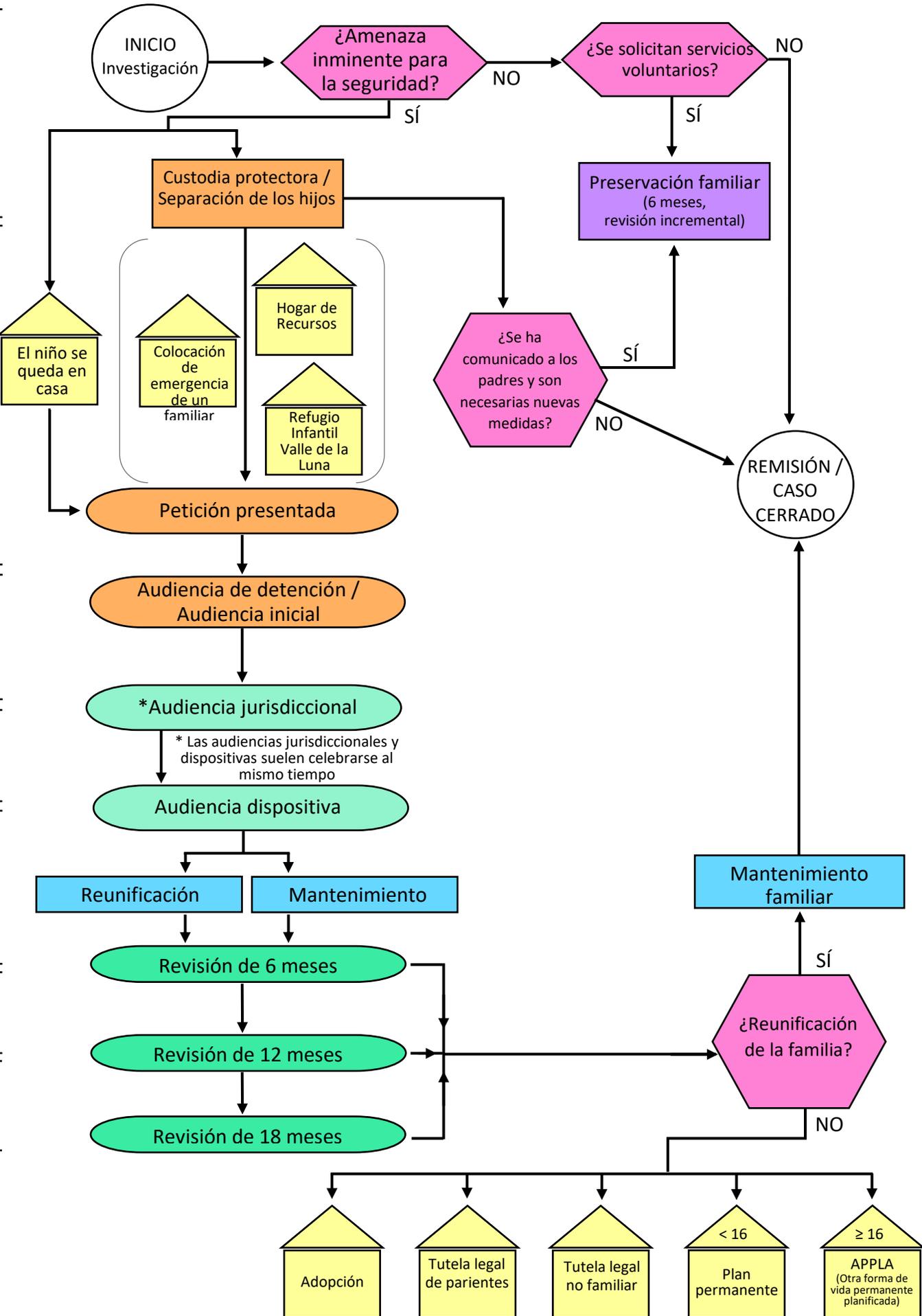
También puedes acceder a la guía en:

<https://www.childwelfare.gov/es/resources/reunificacion-despues-de-cuidado-de-crianza-una-guia-para-padres/>



Resumen de Bienestar Infantil, Condado de Sonoma

Línea de tiempo



Consejos de un padre mentor

Pasé por un caso de CPS en 2017. Recuperé a mi hijo y llevo más de 5 años ayudando a otras personas a reunificarse con sus hijos. Aquí tiene algunos consejos útiles que he aprendido al tener mi propio caso y al ayudar a otros con el suyo... - SC

Registre las próximas fechas - Fechas de la audiencia judicial, reuniones con su trabajador social o abogado y visitas a los niños; cada reunión que se programe para usted es muy importante sobre todo al principio del caso. Preséntese a tiempo, sea respetuoso y vístase de forma apropiada.

Organícese - Consiga un calendario o utilice el calendario de su teléfono. Registre la información de contacto de todas las personas relacionadas con su caso de CPS. Estos son su ABOGADO, TRABAJADOR SOCIAL, PADRE MENTOR, PADRE RECURSO (DE CRIANZA TEMPORAL), SUPERVISOR DE VISITAS y PROVEEDORES DE SERVICIOS. ¡Una dirección de correo electrónico y un número de teléfono que funcionen son IMPRESCINDIBLES!

Apoyo - Si tiene apoyo, hable con la persona pues va a necesitar apoyo cuando atraviese por este proceso. Si no tiene apoyo, abra su mente a la idea de que va a recibirlo. Esto le dará la oportunidad de crear su grupo de apoyo. Se necesita todo un pueblo para criar a un niño. Participe en los grupos de apoyo que se ofrecen. Nadie puede hacer esto solo, y a CPS le gusta que usted participe en grupos de apoyo. Los grupos de madres y padres a través de CPI son muy útiles para quienes atraviesan un caso de CPS.

Póngase en contacto con su trabajador social. Es importante que tenga una mente abierta cuando hable con su trabajador social. Sea sincero sobre los problemas que le llevaron a involucrarse en CPS. Se trata de solucionar los problemas y devolverle a su hijo. Ese es realmente el objetivo. Nunca va a ser cuando usted quiera pero recuerde que si demuestra ante CPS que usted ha hecho cambios en su conducta que originó su caso, está en el camino de recuperar a sus hijos. Si no está seguro de cuáles son los comportamientos que preocupan a CPS... ¡HAGA PREGUNTAS! Además, se cazan más abejas con miel: le será de gran ayuda mantener una buena relación con su trabajador social.

Contacto con su abogado. Los abogados designados por el tribunal no tienen mucho tiempo para reunirse y hablar con usted, pero harán el mejor trabajo posible para usted Su área del derecho es muy especializada y no hay muchos abogados que la practiquen. Son expertos en su trabajo y especialidad. Mantener el contacto y dar actualizaciones con cualquier gran noticia.

Contacto con su Mentor de Padres. Los Padres Mentores son personas a las que CPS se han llevado a sus hijos y los han recuperado. Están dedicados a ayudarlo a través de este proceso. Le dirán exactamente lo que puede esperar de tener un caso con CPS sin todas las palabras legales que sólo ellos pueden entender. Su mentor le podrá dar orientación sobre cómo afrontar y

superar esta situación con éxito. Si trabaja con un padre mentor, usted tiene el doble de probabilidades de reunificarse con su(s) hijo(s).

Visitas a los niños. ¡Las visitas determinan si recuperará a su hijo y cuándo! ¡Intente conseguir el máximo de visitas con sus hijos con su trabajador social! Sus visitas serán supervisadas al principio. Esto es difícil, pero déjese llevar. Concéntrese en tener una buena visita con su(s) hijo(s). Además, prepárese con refrigerios/actividades para su hijo. CPS está tomando notas...

Si tiene un trabajo y las visitas son difíciles, dé prioridad a las visitas. Tiene el resto de su vida para trabajar y esta única oportunidad para recuperar a sus hijos. CPS tiene recursos para ayudarle a mantenerse en pie. PIDA ayuda.

Contacto con el padre o la madre de recursos (de crianza temporal): Si tiene un familiar o amigo que cuida de sus hijos, su relación con esa persona cambiará porque CPS tienen que asegurarse de que siguen ciertas normas. Puede ser bueno reconocer ante esa persona que usted es consciente de que su relación va a cambiar. Si sus hijos están con un Padre de Recurso que usted no conoce, sepa que están ampliamente formados, sus antecedentes han sido comprobados y la mayoría sólo quiere ayudar a los niños mientras ellos están separados de sus padres. Los que he conocido son muy buena gente y realmente saben mucho sobre la crianza de los hijos. Haga un esfuerzo por conocer al Padre de Recursos. Si sus hijos ven que usted y el padre de recursos se llevan bien, ¡se sentirán seguros! Tener una buena relación con el Padre de Recursos a menudo acelera el proceso de reunificación. ¡Relaciones positivas = resultados positivos!

Reuniones del EQUIPO. Las reuniones del equipo se celebran cada seis meses para determinar qué "servicios" completará para ayudarle a reunificarse con su(s) hijo(s). Se le preguntará sobre sus puntos fuertes como padre. Prepárese para hablar de manera abierta de sus puntos fuertes y de las cosas con las que tiene dificultades. CPS puede ayudarle a obtener terapia, tratamiento para el abuso de sustancias, clases para padres, vivienda estable y más cosas. Este es un lugar donde puede pedir cosas que le ayudarán a usted y a su familia.

Plan del caso. Su plan del caso es lo que se desarrolla en las reuniones del EQUIPO. Siempre debe saber qué incluye su plan de caso. Necesita completar los servicios de su plan de caso (o estar en proceso de completarlos) para poder reunificarse con su(s) hijo(s).

ICWA. ICWA es la Ley de Bienestar del Niño Indígena. Los niños con ascendencia nativa americana tienen una representación especial en los tribunales. Si su familia no tiene ascendencia nativa americana, no es algo de lo que usted deba preocuparse. Si es el caso, aproveche la ayuda que le ofrece su tribu.

Pruebas de drogas y alcohol. ¡Priorice las pruebas! Cada prueba fallida cuenta como una prueba sucia. Manténgase hidratado. Si tiene que faltar a un examen por cualquier motivo, comuníquelo a su trabajador social lo antes posible.

Planificación concurrente. CPS deben tener un plan para su(s) hijo(s) en caso de que le ocurra algo a usted. Le preguntarán dónde le gustaría que fuera su hijo en caso de no poder reunificarse. Este es un tema difícil. Lo hacen con todo el mundo. No significa que no crean que usted se reunificará, sino que es un requisito para ellos. Intente no alterarse demasiado por esto. No es algo fácil de considerar, pero cuanta más información tenga al respecto, mejor le irá a su hijo.

En general... ¡No se dé por vencido! Intente mantener la compostura, la calma y la sensatez. Esto es un proceso y no se va a hacer de la noche a la mañana. *Cuanto mejor sea su actitud, mejor será el resultado.* ¡Usted puede lograrlo! ¡Utilice la ayuda!

¿Por qué los padres biológicos y de recursos deben desarrollar relaciones positivas?

¡Eso es lo mejor para su(s) hijo(s)!

- Cuando los niños ven que los padres biológicos y de recursos tienen una relación positiva, es mucho más probable que se sientan **SEGUROS** y tengan una sensación general de **BIENESTAR**.
- Los estudios demuestran que si existen interacciones/relaciones positivas entre los padres biológicos y los padres de recursos, **la frecuencia de visitas del niño aumenta** más rápidamente... y **su hijo tiene una experiencia más positiva**.
- Con unas relaciones positivas entre el padre biológico y el padre de recursos, no sólo **aumenta la probabilidad de reunificación**, sino que también **puede aumentar el apoyo** para el niño, el padre biológico y el padre de recursos.
- Cuando los padres biológicos y los padres de recursos tienen una buena relación, están **modelando una comunicación sana** que es una base fundamental para el **desarrollo sano de los niños**.





¿PORQUE UNA LLAMADA RECONFORTANTE?

Ocurren mucho estrés y confusión para los niños y jóvenes cuando experimentan la separación de sus padres.

En la etapa temprana de una reubicación fuera de casa puede haber una falta de conexión o de relación entre los padres y la familia recurso.

Las llamadas reconfortantes abordan las dificultades para los niños/jóvenes y sus familias en esta etapa temprana.

LLAMADAS RECONFORTANTES DE LA INICIATIVA PARA LA CRIANZA DE CALIDAD (QPI)

Si la madre/padre no están listos para tener esta conversación, termine con calma la llamada, reafirme el por qué llamó y dígalos que espera hablar con ellos en la próxima presentación padres-prestador de cuidados (Conversación padres-prestador de cuidados para los que cuidan a la descendencia).



Human Services Department

LLAMADAS RECONFORTANTES DE FAMILIA, JOVENES Y NIÑOS DEL CONDADO DE SONOMA



La Llamada Reconfortante está basada en el valor de Iniciativa para la Crianza de Calidad (QPI): los padres biológicos y los padres recurso se conectan y crean relaciones mutuamente saludables para cuidar a los niños y a los jóvenes.



OBJETIVO DE LA LLAMADA RECONFORTANTE

- Durante los 5-10 minutos de conversación, se fijan las bases para la sociedad y la co-crianza entre la familia y la familia recurso.
- Abre la puerta para que los padres/padres recurso se hagan preguntas que apoyen al niño/joven durante el difícil tiempo de la separación inicial.

SUGERENCIAS/IDEAS

- Es mejor si la llamada se da lo más cerca de la separación y la ubicación que sea posible.
- Un trabajador(a) social y los padres recurso pueden llamar juntos al padre/madre.
- Un trabajador(a) social puede iniciar la llamada y preguntarle a la familia si quieren hablar con los padres recurso.
- La llamada reconfortante no se tiene que hacer en presencia del niño/joven, pero puede ser así.

¿Cuál es mi Papel en la Llamada Reconfortante?

PADRES BIOLÓGICOS

- **Compartir información importante que los padres recurso necesitan saber de inmediato**
 - Alergias del niño(s)
 - Información médica importante
 - Bebés: ¿qué tan seguido come y cuánto?

PADRES RECURSO

- **Dígales a los padres biológicos como le ha ido al niño(s) desde que llegó**
- **Asegúreles a los padres biológicos que su objetivo es cuidar y proteger al niño(s)**
- **Escuche con cuidado la información que los padres biológicos le den**

PERSONAL FYC (si participa)

- **Facilite la Llamada Reconfortante y explique su propósito (*reconfortar a los padres biológicos y al niño*)**
- **Mantenga la llamada enfocada en las necesidades inmediatas del niño(s)**
- **Asegúrese de que los padres recurso y biológicos sepan que el trabajador(a) social estará en contacto para programar una Presentación Padres Prestador de Cuidados/ Conversación Padres Prestador de Cuidados aproximadamente en los próximos dos días hábiles. En ese momento tendrán la oportunidad de una conversación guiada más larga**

SI QUIERE INSTALAR GOOGLE VOICE EN SU TELEFONO:

- 1) Asegúrese de tener una cuenta con Google.
- 2) En la App Store, descargue la aplicación de Google Voice.
- 3) Abra Open Google e ingrese con la información de su cuenta de Google.
- 4) Seleccione el botón para ingresar abajo en la pantalla e ingrese utilizando su cuenta de Google.
- 5) Seleccione su código de área o ciudad para su número de teléfono y luego seleccione su número de teléfono. Recuerde Google Voice no le permite hacer llamadas a números 1-800.
- 6) Una vez que seleccione un número, termine el proceso de confirmación de Google Voice. Necesita conectar su número de Google Voice a su teléfono real, para que Google sepa a donde mandar las llamadas que entran. Termine el proceso y estará listo para marcar.



Revisado: 27 de Abril, 2023



BASADO EN LAS
REUNIONES PARA
ROMPER EL HIELO
DE QUALITY
PARENTING
INITIATIVE (QPI)



"Empower, Support, Protect"

Human Services Department
COUNTY OF SONOMA

SERVICIOS PARA FAMILIA,
JOVENES Y NIÑOS
(707) 565-4300

FAMILIA, JOVENES Y
NIÑOS DEL
CONDADO DE
SONOMA



PRESENTACIONES
PADRES-PRESTADOR
DE CUIDADOS

&

CONVERSACIONES
PADRES-PRESTADOR
DE CUIDADOS

PRESENTACION PADRES - PRESTADOR DE CUIDADOS

Proporciona una oportunidad, dentro de aproximadamente 48 horas después de la Audiencia de Detención, para que los padres biológicos y recurso se conozcan un poco entre ellos y hablen acerca de las necesidades del niño(a). Los padres pueden compartir información sobre ellos, sus rutinas familiares y sus tradiciones. La reunión durará aproximadamente de 30 minutos a una hora.



CONVERSACION PADRES - PRESTADOR DE CUIDADOS

Ustedes ya se conocen, así que piensan ¿por qué es esto necesario? Esta charla le ayuda al pariente o al miembro de la familia extendida que no es pariente (NREFM) y a los padres recurso a comentar sus *nuevos* papeles durante el proceso de Reunificación Familiar. La reunión durará aproximadamente entre 30 minutos y una hora.

“¿Cuál es mi papel?”

PADRES BIOLÓGICOS

- Compartir con los padres recurso información acerca de su niño(a) como la hora de ir a dormir, rutinas diarias, juguetes y comidas favoritos, hobbies, cosas que le gustan o no, información médica importante, etc. Traiga cosas importantes para su niño(a), como fotos, juguetes, ropa y otras cosas especiales. Pregunte como le va a su niño(a).

PADRES RECURSO

- Pregúnteles a los padres biológicos información específica del niño(a) como rutinas, cosas favoritas, necesidades médicas, tradiciones culturales y otra información que le ayudará a cuidar al niño(a). Dígalos porque usted es un padre recurso y de su deseo de ayudar a reunir al niño(a) con su padre/madre biológicos.

PERSONAL FYC

- Asegúrese de que los participantes entiendan el propósito de la reunión. Mantenga la charla enfocada en las necesidades del niño(a). Asegúrese de que los presentes se sientan seguros y cómodos.
- Guíe la charla sobre como los padres biológicos/recurso se van a comunicar y cuales serán los límites a futuro
- Anime a todos para que comenten con el Trabajador(a) Social acerca de su relación como co-padres y a que hagan preguntas.

TIPS PARA UNA PRESENTACION PADRES - PRESTADOR DE CUIDADOS O PARA UNA CONVERSACIÓN PADRES - PRESTADOR DE CUIDADOS EXITOSAS

- *Llegue a tiempo*
- *Enfóquese en las necesidades del niño(a) y en cómo pueden trabajar juntos para cubrir las*
- *Respete los sentimientos, opiniones y diferencias culturales de los demás*
- *Reconozca el importante papel que cada persona tiene en este momento en la vida del niño(a)*
- *Mantenga confidencial lo que se diga en la reunión*

Revisado 7 de mayo, 2023

Hoja de consejos para gestionar las emociones y las visitas supervisadas

Visitar a su hijo viviendo separados puede ser una experiencia dura y emotiva. Puede experimentar una serie de emociones como *estrés, pena, tristeza, soledad, miedo, confusión, culpabilidad, preocupación y decepción*. Pasar tiempo con su hijo puede hacer aflorar estos sentimientos, independientemente de lo feliz que se sienta de verle. Es importante aprender una forma eficaz de gestionar estas emociones fuertes, para que no interfieran en su visita con su hijo.

A menudo, las emociones fuertes pueden manifestarse en ansiedad antes de su visita. A algunos padres les preocupa que les invadan las emociones durante la visita. Si experimenta ansiedad y/o emociones fuertes antes de la visita, o le preocupa que estos sentimientos se produzcan durante la misma, a algunas personas les resulta útil:

- Ser sincero consigo mismo sobre sus sentimientos. Si siente que necesita apoyo en torno a estos sentimientos difíciles, hable con alguien. No ignore sus sentimientos ni finja que no son importantes.
- Practique un ejercicio de relajación, como la respiración profunda, antes de llegar a su visita.
- Visualice metiendo todas sus emociones fuertes en una "caja imaginaria" antes de llegar a la visita. De ese modo, no tendrá que llevar consigo esas emociones fuertes a la visita. Le estarán "esperando" a su regreso si sigue interesado en pensar en ellos. Esto le permitirá "dejar a un lado" esos sentimientos abrumadores y estar completamente presente con su hijo en la visita.
- Intente separar sus sentimientos de los de su hijo. Su hijo está lidiando con sus propios sentimientos que pueden ser diferentes o similares a los suyos. Es importante que los sentimientos de su hijo tengan prioridad sobre los suyos.
- Encuentre formas positivas de gestionar las emociones fuertes. Hable con otros adultos en los que confíe, como un amigo íntimo, un familiar o un consejero. Experimente con el ejercicio, la relajación, el arte o una afición que le cause alegría.

Lo importante es encontrar un mecanismo de afrontamiento que funcione bien para usted. Al hacerlo, usted podrá aprender a gestionar las emociones fuertes y a controlar sus sentimientos, para que sus sentimientos no le controlen a usted.

Hoja de Consejos Para Padres Visitantes y Visitas Supervisadas

Se esperan cambios en el comportamiento de su hijo alrededor del tiempo de visita. Estos cambios en el comportamiento de su hijo no significan necesariamente que no quiera ver a sus padres. Los cambios en el comportamiento de sus hijos generalmente significan que están experimentando una serie de emociones conflictivas que no saben cómo expresar o manejar. Algunos de los comportamientos que se pueden esperar antes y después de una visita son:

Hiperactividad	Temor	Regresión	Llanto
Insomnio	Pesadillas	Pegajosidad	Tristeza
Agresividad	Enojo	Ambivalencia	
Ansiedad de separación	Problemas de baño	Negarse a hablar	

1. Dedique tiempo a concentrarse en sus hijos. Este es el momento para disfrutar de estar juntos. Despeja tu mente de otras distracciones y baña a tus hijos con atención.
2. Esté preparado. Traiga juegos, juguetes, libros, etc. que tus hijos disfrutarán. Tenga un plan general en mente sobre cómo pasar el tiempo, pero también esté abierto a lo que sus hijos quieran hacer.
3. Hable con sus hijos sobre lo que está haciendo. Dale detalles generales sobre tu vida. Haga preguntas sobre sus actividades y muestre interés en las cosas que le importan a sus hijos. Tenga en cuenta que hacer preguntas no es lo mismo que asarlas para obtener información. Tome su liderazgo en esto. Si haces algunas preguntas y no obtienes respuesta, sigue adelante.
4. Relájate y diviértete. Su relajación se trasladará a sus hijos y contribuirá significativamente al éxito de la visita.
5. Elogie a los niños por su buen comportamiento y establezca límites con ellos para desalentar el uso indebido de juguetes y equipos. Al prestar atención a los comportamientos positivos y ser asertivo con límites, esto debería desalentar el mal comportamiento. No permitimos que los padres azoten, golpeen, griten o amenacen a los niños. Su monitor puede ofrecer sugerencias de crianza y apoyo en torno a la gestión del comportamiento.

¿Qué es un padre mentor?

Los padres mentores son empleados del Child Parent Institute (CPI). Son padres que se han reunificado con éxito con sus propios hijos y han mantenido la estabilidad de sus familias. Ofrecen apoyo y orientación a los padres con casos abiertos de reunificación familiar. **Los clientes que trabajan con un Padre Mentor tienen dos veces más probabilidades de reunirse con sus hijos que aquellos que no lo hacen.**

¿Qué hacen los padres mentores?

- Apoyar a otros padres de una manera que nadie más puede
- Asistir a las audiencias de detención en el Tribunal de Dependencia de Menores y ofrecer su ayuda a los padres biológicos
- Desarrollar relaciones profesionales y de confianza con los padres biológicos
- Animar, apoyar y entrenar a los padres biológicos en su participación y finalización de su Plan de Caso de Reunificación Familiar
- Acompañar a los padres biológicos a la vista judicial y a las reuniones de toma de decisiones en equipo y T.E.A.M. facilitadas por FY&C
- Modelar habilidades sociales y comportamientos sociales para los padres biológicos
- Apoyar a los padres biológicos en el establecimiento de relaciones y en las colaboraciones abiertas y honestas con las personas que rodean su plan de bienestar infantil
- Mantener la confidencialidad

Citas de padres que han trabajado con los padres mentores:

"Las cosas se habían salido de control y, antes de darme cuenta, ocurrió lo que más temía... me quitaron a mis hijos. Mi padre mentor me dio esperanza y me orientó a través del proceso".

"¡No habría creído que podría haber recuperado a mis hijos si no hubiera conocido a alguien que lo había hecho!"

"MI PADRE MENTOR ME AYUDÓ A COMPRENDER CÓMO CPS ESTABAN INTENTANDO AYUDARME A MÍ Y A MIS HIJOS Y A UTILIZAR LOS SERVICIOS QUE ME ESTABAN OFRECIENDO Y CÓMO BENEFICIARME DE ESO"

"Trabajé muy duro y mantuve la cabeza alta y nunca me rendí y siento orgullo de todo lo que he conseguido. Siento un agradecimiento eterno a mi padre mentor por desempeñar un enorme papel en mi viaje".

"Mi padre mentor me ayudó a cambiar mi ira hacia el sistema en energía para cambiar mi vida".

"Mi padre mentor me dio la esperanza y la fuerza necesarias para seguir adelante". "Si no hubiera tenido a mi padre mentor a mi lado, me habría perdido".

RECURSOS

12 PASOS/OTROS PROGRAMAS DE RECUPERACIÓN

- *AA <https://www.sonomacountyaa.org/>
- *NA <https://www.sonomacountyna.org/meetings>
- *Smart Recovery <https://www.smartrecovery.org/>
- *LifeRing <https://lifering.org/>
- *Alanon <https://al-anon.org>
- *CODA (Codependencia) <https://coda.org>
- *Alateen <https://sonapal-anon.org/alateen>
- *Celebremos la recuperación (Un programa de recuperación centrado en Cristo)
<https://locator.crgroups.info/>

IGLESIAS que apoyan la recuperación

- *New Vintage <https://newvintage.org/>
- *The Promise Center <https://thepromisecenter.com/>
- *Spring Hills <https://www.springhills.org/>
- *Victory Outreach <https://www.vosr.org/>
- *Hessel <https://www.hessel.org/>

INFORMACIÓN DEL ABOGADO (designado por el tribunal)

<https://dependencyls.com/>

Julia Hannigan (Servicios Jurídicos de Dependencia) 707-755-1042

Matt Deferm (DLS) 707-210-4574

Jennifer Davis (DLS) 707-755-1041

Abe Agil (DLS) 707-999-9991

Dominic Rosales (DLS) 707-495-5602

INFORMACIÓN DEL ABOGADO (Dependencia) - PRIVADA

Jennifer Ani - 415-491-0100

Jame Carroll - 707-536-1156

CENTROS DE TRATAMIENTO PARA MUJERES (ACEPTA MEDI-CAL)

*Athena House 3-6 meses de hospitalización (acepta niños) 707-335-0702

<https://bucklew.org/services/sonoma-county/athena-house/>

*Women's Recovery Services (Santa Rosa) Programa de hospitalización de 3-4 meses (niños menores de 7 años)

<https://www.womensrecoveryservices.org/contact>

*Centerpoint DAAC (San Rafael) Programa de 3 a 6 meses (acepta niños) 415-456-6655

<https://www.cpinc.org/residential-services/women-and-childrens-programs/>

*Friendship House para clientes nativos americanos SF - Programa de 6 meses (acepta niños)

<https://www.friendshiphousesf.org/>

*Manna Home <https://www.srmission.org/ministries>

*Waldon House SF

*Helen Vine en Marin <https://bucklew.org/services/the-helen-vine-recovery-center/>

CENTROS DE TRATAMIENTO RESIDENCIAL PARA HOMBRES (ACEPTAN MEDI-CAL)

*Centerpoint DAAC (Santa Rosa) Programa de 3-6 meses 707-544-3295

*Centerpoint DAAC (San Rafael) Programa de 3 a 9 meses 415-456-6655

<https://www.cpinc.org/residential-services/mens-program/>

Center Point DAAC Napa - 707-255-8001

*Hilltop Recovery Services (Clear Lake Oaks) 707-998-1800 hilltoprecovery.net

*Friendship House, SF (Para los nativos americanos) <https://www.friendshiphousesf.org/>

415-865-0964

*Waldon House SF

*Helen Vine en Marin - 415.492.0818

*Salvation Army SF <https://www.salvationarmyusa.org/usn/rehabilitation/>

*Redwood Gospel Mission <https://www.srmission.org/ministries>

SERVICIOS AMBULATORIOS (aceptado por CPS)

*DAAC (programa de 6 meses 2 días por semana) <https://www.cpdaac.org/outpatient-services>

*DAAC PERINATAL Programa de 9 a 12 meses para mujeres, de 9 am a 12 pm, a diario, se proporciona transporte y cuidado de niños. Contacto: <https://www.cpdaac.org/perinatal-program>

*TRIBUNAL DE DEPENDENCIA DE DROGAS - Programa de 12 meses 3 días/semana más controles semanales en el tribunal. Contacto: Amanda Cream 707-495-2491

MAT Tratamiento médicamente asistido, SERVICIOS

<https://www.cpdaac.org/medication-assisted-treatment>

<https://www.srtp.net/methadone-maintenance-treatment> (mantenimiento con metadona)

SOBER LIVING HOMES

- *Clear Path Recovery Home, Hogar mixto y para mujeres/niños en Santa Rosa, \$850/mes, comuníquese con Brian Reynolds 707-293-3605 (PROGRAMA BIEN ESTRUCTURADO)
- *Life Rock Casas para hombres y mujeres \$850/mes (se consideran niños)
<https://life-rock.com/housing/> 707-329-3747
- *Pura Vida 707-879-8432 pvrecovery.com
- *Redwood Clean and Sober (para hombres), Dutton Rd. Santa Rosa \$750/mes (sólo hombres) Keith Gilbert 707-898-6536
- *Knights of Sonoma County, Chris 415-521-6767 knightsofsonomacounty.com
- *Community Action Partnership (mujeres y acepta niños, contacto: Johnetta 707-521-9338 (niños))
- *Athena House - Hope Village - 2 niños máximo
<https://bucklelew.org/services/sonoma-county/hope-village/>
- *Living Room of Sonoma County Home acepta niños, para entrar en la lista de espera, vaya al Life Center en 1335 N. Dutton Ave y complete un 707-579-0138 (Esto no es Sober living)
- *SAS House (acepta niños) en el suroeste de Santa Rosa \$650 más \$250 por niño Rosa-707-861-1002
- *Heart and Home (acepta niños) dos habitaciones \$1000 Camp Meeker Rose-707-861-1002

CENTROS DE SALUD - Servicios ambulatorios alternativos

- *Petaluma Health Center phealthcenter.org
- *Santa Rosa Community Health <https://srhealth.org/service/groups/>
- *Clínica gratuita de la comunidad judía <https://www.jewishfreeclinic.org/>

SERVICIOS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

- *Shelter (SAFE HOUSE) llame al 707-546-1234
- *Counseling YWCA (707) 303-8413
<https://www.ywcasc.org/what-we-do/counseling-support-services/>
- Programa de Vivienda/Moving into Safety: housing@ywcasc.org o (707) 909-7602
- *Apoyo a grupos YWCA 707-546-1234

Preescolar: llene la solicitud en línea <https://www.ywcasc.org/childcare> o llame al (707) 303-8413

RUTHLESS Kindness

(707) 299-9781 <https://www.ruthlesskindness.org/programs/>

Ruthless Kindness se asocia con proveedores de servicios humanos y defensores de las víctimas para proporcionar apoyo urgente e inmediato a las personas y a sus mascotas, de modo que en momentos de crisis pueda preservarse el vínculo humano-animal. Mantener el vínculo humano-animal evitará sufrimientos innecesarios y curará los traumas tanto de las personas como de los animales. Las mascotas son familia.

Programas de crisis:

- Internado y adopción
- Clínicas Veterinarias
- Medicina veterinaria
- Consultas de Agencias de Servicios Humanos
- Teleasistencia
- HAWC (Cooperativa de Bienestar Humano-Animal)

Información sobre la orden de restricción

*Centro de Justicia Familiar <https://www.fjcsc.org/services/>

*Asistencia Legal 707-542-1290 legalaids.org

Alojamiento temporal de animales

<https://redrover.org/responders/request-assistance/>

Orientación en caso de crisis por violación

Verity Llame al 707-545-7270 ourverity.org

ORIENTACIÓN Y TERAPIA

*Busque un terapeuta <https://www.psychologytoday.com/us>

*Verity 707-545-7270 (para supervivientes de agresiones sexuales) ourverity.org

*Sonoma Family Therapy 707-483-9061 sonomafamilyinc.com

*Interfaith Shelter Network 707-546-7907 ifsn.org

*Sonoma County Counseling 707-284-1978 sonomacountycounseling.com

*Chrysalis Counseling <http://www.chrysaliscounseling.org/services.htm>

*Petaluma People Services Ctr Counseling & Prevention <https://petalumapeople.org/>

*CA Association of MFTs <https://www.recamft.org/therapist-directory>

*CPI 707-585-6108 <http://www.calparents.org>

GRUPOS DE APOYO DE CPS

*Grupo de apoyo para mamás (mamás de CPS y cualquier mamá interesada en recursos y apoyo)

Todos los lunes en Zoom 1-2 Director del Programa de Padres Mentores
mentors@calparents.org

*Grupo de Apoyo para Padres (Padres de CPS y cualquier padre interesado en recursos y apoyo)

Todos los viernes de 11:30 am a 1:30 p.m.; póngase en contacto con el Gerente del Programa de Padres Mentores mentors@calparents.org

MANEJO DE LA IRA

*NOVA Programa de 52 semanas para personas con problemas en las relaciones

<https://www.icarol.info/ResourceView2.aspx?org=2225&agencynum=4720187> Contacto: Christy
707-755-1804

*Guerreros Creando Paz en Rohnert Park - teléfono: [\(707\) 246-7715](tel:(707)246-7715)

*Consejeros de Russian River en Guerneville <http://www.rivershrink.com/>

INSTITUTO DE PADRES INFANTILES

(Educación para padres, clases, terapia, programa de padres mentores, pañales gratuitos, apoyo de recursos, visitas supervisadas) calparents.org

*Visitas Supervisadas - Daisy Bravo 707-585-6108 x 1159

*Clases para padres/Educación para padres -Amy Martinez amym@calparents.org

*Centro de Recursos Familiares -Sandra Lemus 707-585-6108 x1107

*Servicios de clínica/orientación - línea de admisión 707-585-6108 x1100

*Gerente del Programa de Padres Mentores - Jody Rodgers 707-360-8460

*La recogida de pañales se realiza los sábados, los clientes pueden inscribirse a este servicio en <https://calparents.org/what-we-do/parent-support-services/diaperproject/>

INFORMACIÓN DEL BANCO DE ALIMENTOS

Envíe un mensaje de texto con la palabra FOOD al (707) 353-6333

<https://getfood.refb.org/>

ROPA

F.I.S.H. (707) 996-0111

The Living Room da certificados de regalo para la Tienda de Segunda Mano de la Liga de Asistencia *cuando estén disponibles*

<https://thelivingroomsc.org/>

INFORMACIÓN SOBRE EL REFUGIO

*Centro de Apoyo Familiar: Los nuevos solicitantes de refugio deben llamar: 1 (866) 542-5480 (lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m.). srcharities.org

*Centro de Servicios para Personas sin Hogar (Caridades Católicas): 528-8712. Admisión en albergue para adultos solteros. *Sam Jones Hall: Llame a Entrada Coordinada al 1-866-542-5480

*Sloan House (Asociación de Acción Comunitaria del Condado de Sonoma): 569-0615. Para mujeres y madres solteras con no más de dos hijos pequeños capsonoma.org

*La Rosa de las Mujeres y Refugio para Niños (Redwood Gospel Mission): 573-0490. srmission.org

*Casa Segura para Violencia Doméstica de la YWCA: 546-7115 / 24 horas 546-1234. ywca.org/sonomacounty

*Servicios Comunitarios del Condado Oeste / Servicios para personas sin hogar: 824-3398. westcountyservices.org



**State of California
(Estado de California)**

**Health & Human Services Agency
(Secretaría de Salud y Servicios Humanos)**

**Department of Social Services
(Departamento de Servicios Sociales)**

Este folleto está disponible en los siguientes idiomas en la oficina de bienestar público de su condado y en [sitio web del CDSS](#):

- Árabe
- Armenio
- Camboyano
- Chino
- Farsi
- Hmong
- Japonés
- Coreano
- Laosiano
- Mien
- Portugués
- Punjabi
- Ruso
- Español
- Tagalo
- Ucraniano
- Vietnamita

También está disponible de forma gratuita en una versión de letra grande, en Braille y formatos de audio.

Este folleto explica sus derechos a igualdad de beneficios y servicios, cómo solicitar asistencia en otro idioma o adaptaciones razonables para una discapacidad, y cómo presentar una queja por discriminación.

PUB 13 (SP) (5/22)

SUS DERECHOS

**BAJO LOS PROGRAMAS DE ASISTENCIA
PÚBLICA DE CALIFORNIA**



..... para las personas que solicitan o reciben asistencia pública en California



Díganos si necesita ayuda debido a una discapacidad.



Pida un intérprete gratis

Las oficinas de asistencia pública cumplen con las leyes federales y estatales, y no pueden discriminar, excluir o proporcionarle asistencia, beneficios u otros servicios que sean diferentes de los que se proporcionan a otros

QUEJA DE DISCRIMINACIÓN

Si usted cree que ha sido víctima de discriminación, puede presentar una queja. La oficina específica donde tiene que presentar su queja depende del tipo de queja que tenga.

Para todos los programas administrados por la oficina de su condado: Pídale a la oficina del condado el nombre, la dirección y el número de teléfono de su coordinador de derechos civiles. La oficina del condado, no la oficina del estado, investigará su queja independientemente.

Para Covered California:

Civil Rights Coordinator Covered California
PO Box 989725
West Sacramento, CA 95789
(916) 228-8764
CivilRights@covered.ca.gov

Para el Programa Medi-Cal y el Programa Dental de Medi-Cal:

Puede contactar con el coordinador de derechos civiles del condado, el Departamento de Servicios para el Cuidado de la Salud del Estado o el Departamento Federal de Salud y Servicios Humanos.

Department of Health Care Services
Office of Civil Rights
PO Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413
(916) 440-7370 or 711 (Calif. Relay Service)
CivilRights@dhcs.ca.gov

Para todos los demás programas estatales cubiertos por este folleto:

Civil Rights Unit
California Department of Social Services
PO Box 944243, MS 9-7-41
Sacramento, CA 94244-2430
(866) 741-6241 (gratuito)
crb@dss.ca.gov

Para presentar una queja de CalFresh ante la agencia federal:

United States Department of Agriculture
Director, Office of Adjudication
1400 Independence Avenue, S.W.
Washington, D.C. 20250-9410
(866) 832-9992 (gratuito) o (202) 260-1026
(800) 877-8339 (discapacidades auditivas)
program.intake@usda.gov

Para presentar una queja ante una agencia federal: Solamente para discriminación basada en raza,

color, origen nacional, discapacidad, edad o sexo:
Centralized Case Management Operation
United States Department of Health and
Human Services
200 Independence Avenue,
S.W. Room 509F HHH Bldg.
Washington DC, 20201

Presente una queja en línea en:

[Portal de quejas de derechos civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.](#)

(800) 368-1019 (gratuito)

(800) 537-7697 (discapacidades auditivas)

Límites de tiempo para una queja por discriminación

Tiene que presentar una queja por discriminación dentro de 180 días a partir de la fecha en que fue discriminado.

Si la discriminación también afectó la cantidad de sus beneficios o servicios, pida una audiencia.

En la audiencia, los jueces no pueden tomar decisiones sobre quejas de discriminación.

Una investigación de discriminación no puede cambiar la cantidad de sus beneficios o niveles de servicio. Solamente una audiencia con el Estado puede hacer eso. Las oficinas no pueden tomar represalias en su contra si usted solicita una audiencia o presenta una queja por discriminación.

PROGRAMAS CUBIERTOS EN ESTE FOLLETO

- Programa de Asistencia para Adopciones (AAP)
- Programa de Alcohol y Drogas (ADP)
- Programa de California para la Asistencia Alimentaria (CFAP)
- CalWORKs
- Programa de Asistencia Monetaria para Inmigrantes (CAPI)
- CalFresh (Estampillas para comida)
- Programa de Seguro Médico para Niños (CHIP)
- Elegibilidad para Covered California
- Servicios para el bienestar infantil (*child welfare*) / crianza temporal (*foster care*)
- Programas de vivienda a través de las oficinas de servicios sociales del condado
- Programa de Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS)
- Programa de Pagos de Asistencia para Parientes que Son Tutores Legales de un Menor (KinGAP)
- Medi-Cal – Programa Dental de Medi-Cal
- Asistencia Monetaria para Refugiados
- Aprobaciones de Familias de Apoyo (RFA)
- Programa de opciones de Financiación para Cuidadores Aprobados que Son Parientes (ARC)
- Asignación para animales de servicio

SUS DERECHOS

Todas las personas y organizaciones que proporcionen asistencia pública tienen que respetar sus derechos. Le pueden ayudar a entender y solicitar beneficios y servicios.

Usted tiene derecho a servicios gratuitos de un intérprete.

- بحق لك الحصول على مترجم فوري مجاناً
- 7nup wlnp6wup 6wupqwn6n6h 6pwn6n6p nln6p:
- မြန်မာ့အလင်းဦးစီးဌာနမှ မြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရအဖွဲ့၏
- 您有權免費獲得口譯員
- شما حق دسترسی به یک مترجم (ترجمان) رایگان را دارید.
- Koj muaj txoj cai kom tus neeg txhais lus tsis raug them nqi
- あなたには無料の通訳をもらう権利があります
- 귀하는 통역사를 무료로 이용할 권리가 있습니다
- ທ່ານມີສິດໄດ້ຮັບບາງຜາສາໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ
- mula sa nakasulat na ingles hanggang sa nakasulat
- Você tem direito a um intérprete, gratuitamente
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦੁਬਾਸੀਏ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਮੁਫਤ
- Вы имеете право на бесплатные услуги переводчика
- Tiene derecho a servicios gratuitos de un intérprete
- May karapatan ka sa isang tagasalin, nang walang bayad
- Ви маєте право на перекладача безкоштовно
- Quý vị có quyền có được một thông dịch viên miễn phí.

Solicite asistencia con el idioma a la oficina responsable de sus beneficios o servicios.

USTED TIENE DERECHO A:

1. Entender lo que está pasando con su solicitud o beneficios.
2. Obtener explicaciones, por escrito y orales, sobre su solicitud o beneficios. Tiene derecho a servicios gratuitos de un intérprete para poder entender esta información. Solicite asistencia en otro idioma a la oficina responsable de sus beneficios/servicios.
3. Si la oficina estatal tiene la explicación por escrito en otros idiomas aparte del inglés usted tiene derecho a obtener esta

información en esos idiomas.

4. Obtener un recibo para cada documento que entregue en persona.
5. Ver el expediente de su caso.
6. Ver las leyes y reglamentos sobre su programa.
7. Pedirle a un juez que revise cualquier decisión de la oficina estatal sobre su elegibilidad, beneficios o servicios.
8. No ser discriminado al solicitar o recibir beneficios o servicios de un programa.
9. Presentar una queja de discriminación.
10. Obtener "adaptaciones razonables" si es que tiene una discapacidad. Esta es una ayuda específica para que usted pueda acceder al programa o participar en él.
11. Mantener su información confidencial.
12. Ser tratado con cortesía y respeto.

SI TIENE PROBLEMAS CON SUS BENEFICIOS O SERVICIOS:

Mantenga un expediente de toda su información, todos sus documentos y cualquier contacto que haya tenido con la oficina.

Obtenga un recibo para cada documento que entregue.

Otra persona puede acompañarle en las citas.

Puede presentar una queja. Hay 4 maneras de hacer esto:

1. **Queja informal:** Pida hablar con un supervisor sobre problemas que tenga con un trabajador o para revisar las reglas y la acción que se va a tomar en relación con sus beneficios o servicios.
2. **Audiencia con el Estado:** Solicite una audiencia con el Estado si no está de acuerdo con una acción o inacción de la oficina sobre sus beneficios o servicios. Debe solicitar una audiencia antes de que pasen 90 días a partir de la fecha del aviso de la oficina sobre sus beneficios o servicios. Si solicita una audiencia después de los 90 días, un juez determinará si usted tiene un motivo justificado por solicitarla tarde, como una enfermedad o discapacidad.
3. **Queja por discriminación:** Vea la sección de *Quejas de discriminación*. Es posible que tenga diferentes derechos para presentar una queja ante oficinas estatales o federales.
4. **Reclamación (grievance):** Puede presentar una queja con la oficina si tiene un

procedimiento para presentar quejas. Esto no protege sus beneficios de la misma manera que lo hace el pedir una audiencia con el Estado.

AUDIENCIAS CON EL ESTADO

También puede solicitar una audiencia con el Estado si la oficina del condado no le da los beneficios o servicios que cree que puede recibir. Vea el [PUB 412](#) para obtener información sobre audiencias con el Estado.

Nota: Si su problema es con el Programa de Asistencia General o Ayuda General, debe solicitarle al condado una audiencia con el condado.

Si su problema es con sus beneficios de Seguro Social, debe comunicarse con la Administración del Seguro Social para solicitar una audiencia.

CÓMO PEDIR UNA AUDIENCIA CON EL ESTADO

Puede solicitar una audiencia con el Estado en línea, por teléfono, por fax, por correo electrónico o por correo postal.

En línea: ACMS.dss.ca.gov - Puede crear una cuenta para obtener toda la información de su apelación en línea, o entregar una solicitud en línea sin una cuenta.

Teléfono: 1-800-743-8525
Email: SHDCSU@dss.ca.gov
Fax: 833-281-0905
Correo: State Hearings Division
PO Box 944243, MS 21-37
Sacramento, CA 94244-2430

AUDIENCIAS ACELERADAS

Si tiene un problema urgente, puede solicitar una audiencia "acelerada" para que la audiencia se lleve a cabo más pronto. Para Medi-Cal, esto es cuando la programación regular de audiencias podría poner en riesgo la vida o la salud física o mental del participante. Audiencias Estatales decidirá y le hará saber si se puede acelerar su caso.

LA DISCRIMINACIÓN ESTÁ PROHIBIDA

Las leyes estatales prohíben que las oficinas de asistencia pública le nieguen beneficios o servicios o que le proporcionen asistencia que es diferente a la que proporcionan a otras personas basándose en su:

raza, color, ascendencia, origen nacional (incluyendo su idioma), grupo étnico, edad, discapacidad física o mental, afección médica, religión, sexo, género, identidad o expresión de género, orientación sexual, estado civil, relación doméstica, afiliación política, ciudadanía,

estado migratorio e información genética.

Las leyes federales también prohíben la discriminación basada en algunas, aunque no todas, de las razones antes mencionadas. Las leyes federales también prohíben:

El demorar o denegar la colocación de un niño para su adopción o su ingreso en un hogar de crianza temporal basándose en la raza, el color o el origen nacional del niño o de los padres adoptivos / de crianza temporal;

El denegarle a cualquier persona la oportunidad de hacerse padre/madre adoptivo o de crianza temporal basándose en la raza, el color o el origen nacional del niño o de la persona involucrado.

EJEMPLOS DE DISCRIMINACIÓN

La oficina del condado no le proporciona un intérprete gratuito.

Un trabajador comparte información sobre programas y servicios con un grupo étnico específico, pero no con otros grupos étnicos.

La oficina no le proporcionará versiones de información escrita en letra grande o Braille que necesite debido a una discapacidad.

Un trabajador lo trata de manera diferente después de enterarse de su religión u orientación sexual.

No puede asistir a citas porque el edificio no tiene un elevador y usted tiene una discapacidad que limita su uso de las escaleras.

No puede pasar su silla de ruedas a los baños o a las salas de examen o de entrevistas.

Un trabajador se niega a usar su nombre y pronombres correctos.

ADAPTACIONES RAZONABLES: ASISTENCIA ESPECIAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES

Personas con discapacidades físicas o mentales tienen derecho a solicitar adaptaciones razonables de agencias gubernamentales para ayudarlas a acceder a y participar en programas y servicios. Si tiene una discapacidad y necesita asistencia adicional, debería informarle a la agencia responsable de su solicitud o beneficios/servicios. La oficina debe trabajar con usted para determinar qué asistencia necesita. Si la oficina le deniega su solicitud, debe darle un aviso por escrito indicando el motivo de la denegación. El aviso debe enumerar sus derechos de apelación.