



## Recursos en línea relacionados con el coronavirus

### Recursos internacionales

Sitio web de la Organización Mundial de la Salud (*World Health Organization*) para una perspectiva internacional sobre COVID-19. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.

(Enlace en español: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>).

Videos útiles para el público. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

(Enlace en español: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>).

### Recursos federales

Centros de Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*). Con enlace a las directivas del presidente acerca del coronavirus para Estados Unidos: 15 días para frenar la propagación del coronavirus. Y Planes de Mitigación de la Comunidad. Incluye cómo prepararse; Síntomas y pruebas; ¿Está usted en mayor riesgo de enfermedad grave? Preguntas frecuentes; Profesionales de la salud; Centros médicos; Laboratorios; y cosas similares. <https://www.cdc.gov/> (Enlace en español: <https://www.cdc.gov/spanish/>).

Guía provisional de los Estados Unidos para la evaluación de riesgos y el manejo de la salud pública de personas con potencial de enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) exposiciones, riesgo geográfico y contactos de laboratorio - casos confirma. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/risk-assessment.html>

(Enlace en español: <https://tinyurl.com/suycs5m>).

Videos del Centros de Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*) acerca del coronavirus usando Lenguaje de Señas Americano (ASL, por sus siglas en inglés).

<https://www.youtube.com/channel/UCiMg06DjcUk5FRiM3g5sqqQ>. Videos adicionales del centro de servicios para personas con sordera y con problemas de audición (*Deaf and Hard of Hearing Service Center*, DHHSC, por sus siglas en inglés) en ASL <https://www.youtube.com/watch?v=1bGoCYeXEoc>. (Videos no disponibles en español).

Centros de servicios de Medicaid y Medicare (*Centers for Medicaid and Medicare Services*) ofrece una actualización acerca de exenciones federales, comunicados de prensa y reglas relacionadas con COVID-19. <https://www.cms.gov/>

(Enlace en español: <https://tinyurl.com/udgcfcs>).

Lea sobre las renunciaciones generales para COVID19 en la declaración de emergencia para proveedores de atención médica - hoja de datos (formato PDF). Enlace en español: <https://tinyurl.com/rtecm8e>. Enlace en inglés: [Emergency Declaration Health Care Providers Fact Sheet \(PDF\)](#).

Respuesta del gobierno de los Estados Unidos al COVID-19 y cómo está respondiendo cada departamento federal.

<https://www.usa.gov/coronavirus> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rzkq6tx>).

La administración de la vida comunitaria (*Administration on Community Living*) ofrece recursos e información sobre COVID-19 para adultos mayores y personas con discapacidades, y un enlace a información en lenguaje de señas americano (ASL, por sus siglas en inglés). <https://acl.gov/COVID-19> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rupz73g>).

La Administración de Discapacidades (*Administration on Disabilities*, AoD, por sus siglas en inglés) incluye la Administración de Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo (*Administration on Intellectual and Developmental Disabilities*, AIDD) y la Administración de Vida Independiente (*Independent Living Administration*, ILA). AIDD se dedica a garantizar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de tomar sus propias decisiones, contribuir a la sociedad, tener apoyo para vivir de forma independiente y vivir sin abuso, negligencia ni explotación. En cada estado y territorio, los beneficiarios de AIDD forman una red de discapacidades del desarrollo (DD Network, en inglés), compuesta por los Consejos Estatales de Discapacidades del Desarrollo (*State Councils on Developmental Disabilities*); Sistemas de Protección y Defensa del Estado (*State Protection and Advocacy Systems*); y Centros Universitarios para la Excelencia en Discapacidades del Desarrollo (University Centers for Excellence in Developmental Disabilities).  
<https://acl.gov/about-acl/administration-disabilities> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/wvu242p>).

Actualizaciones del Comisionado de Seguro Social (*Social Security Commissioner*). <https://blog.ssa.gov/>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vzo6uyg>).

La Asociación Americana de Personas Jubiladas (*American Association of Retired Person*, AARP) es un grupo de interés basado en los Estados Unidos cuya misión declarada es "capacitar a las personas para que elijan cómo vivir mientras que envejecen". El sitio proporciona muchos recursos e información sobre COVID-19  
<https://www.aarp.org/health/conditions-treatments/info-2020/coronavirus-facts.html>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/whdwdxj>).

El Consejo Federal (*The Federal Council*) llama a los miembros del público a actuar de manera responsable y solidaria. El sitio web provee recursos y consejos sobre COVID-19 y medidas de prevención.  
<https://www.bag.admin.ch/bag/en/home/suche.html> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/tbyqj7y>).

Un servicio público de la Administración de los Estados Unidos sobre el Envejecimiento (*U.S. Administration on Aging*) que conecta a las personas con los servicios para adultos mayores y sus familias. El sitio provee información y recursos sobre COVID-19. <https://eldercare.acl.gov/Public/Index.aspx> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/tect8oa>).

La Comisión Federal de Comercio del Consumidor (*Federal Consumer Trade Commission*) comparte información para reconocer y denunciar fraudes. <https://www.consumer.ftc.gov/articles/0060-10-things-you-can-do-avoid-fraud>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vnm7kwn>).

Respuesta de los Centros de Servicios de Medicaid (*Centers for Medicaid Services*) de COVID-19.  
<https://www.cms.gov/files/document/covid19-emergency-declaration-health-care-providers-fact-sheet.pdf>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/rtecm8e>).

La Red Americana de Opciones y Recursos Comunitarios (*American Network of Community Options and Resources*, ANCOR) ofrece una variedad de recursos COVID-19. <https://www.ancor.org/covid-19>.  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vtolvpt>).

## Recursos de California

El sitio web (en inglés y español) principal del Departamento de Salud Pública de California (*California Department of Public Health*) da actualizaciones diarias y enlaces a información esencial. Incluye actualizaciones diarias sobre las estadísticas de Covid-19 de California y documentos de guía para proveedores.  
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/wg2ra7x>).

Documentos de guía del Departamento de Salud Pública de California (*Department of Public Health*): Enfermedad de coronavirus 2019. <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Guidance.aspx>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/rcdgs9l>).

Información para programas y residencias con licencia sobre qué hacer si alguien tiene síntomas, también enlaces a números locales para llamar. [https://www.cdss.ca.gov/Portals/9/CCLD/PINs/2020/ASC/PIN%2020-04-ASC\\_Coronavirus\\_ASCFacilities.pdf](https://www.cdss.ca.gov/Portals/9/CCLD/PINs/2020/ASC/PIN%2020-04-ASC_Coronavirus_ASCFacilities.pdf)  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/ro4ba5d>).

CDSS ha creado una página web con guías de COVID-19 para los programas administrados por el Departamento de Servicios Sociales del Departamento de California (*California Department of Social Services*, CDSS). <https://cdss.ca.gov/#covid19> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rh8njyv>).

El sitio web del gobernador establecido con información básica de COVID-19 y enlaces a información sobre educación, empleo e impuestos, atención médica, recomendaciones sobre lugares públicos e información local. <https://covid19.ca.gov/> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/vvh5q3d>).

Licencias de atención comunitaria (*Community Care Licensing*). <https://www.cdss.ca.gov/inforesources/community-care-licensing> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/uzxm84c>).

Guía del Departamento de Salud Pública de California (*California Department of Public Health*, CDPH) para la prevención de la transmisión de COVID-19 por medio de reuniones, 16 de marzo del 2020. <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/cdph-guidance-gatherings-covid19-transmission-prevention-03-16-2020.pdf> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/sfh4jqh>).

El sitio web oficial del Departamento de Servicios del Desarrollo (*Department of Developmental Services*, DDS) con actualizaciones sobre el coronavirus y recursos, actualizaciones del estado, incluyendo las órdenes ejecutivas del gobernador; directivas del departamento; recursos adicionales para proveedores; información general (incluyendo preguntas frecuentes). <https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/rwnu275>).

Guía del Departamento de Servicios del Desarrollo (*Department of Developmental Services*, DDS) para el personal de monitoreo del centro regional, 18 de marzo de 2020. [https://www.dds.ca.gov/wp-content/uploads/2020/03/DDSDirective\\_RC\\_Monitoring\\_03182020.pdf](https://www.dds.ca.gov/wp-content/uploads/2020/03/DDSDirective_RC_Monitoring_03182020.pdf)  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vgzu6be>)

Guía del Departamento de Educación de California para escuelas de kínder al 12º grado (K-12). Enlace a preguntas y respuestas sobre la provisión de servicios a niños con discapacidades durante la pandemia de la enfermedad por coronavirus 2019, 14 de marzo de 2020. <https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/coronavirus.asp>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/wrqu4dq>).

Sitio web oficial de la Oficina del Gobernador Gavin Newsom. <https://www.gov.ca.gov/>  
(Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Translate" y luego elija "Spanish" de la lista que aparecerá a su mano izquierda).

Un sitio web centralizado que le conecta con recursos locales de 2-1-1 por condado para preguntas sobre una variedad de temas en su región. <https://www.211ca.org/>  
(Para traducir el enlace, vaya al botón en la esquina derecha de arriba que dice "EN | ES". Escoja "ES")

Página del Departamento de Rehabilitación (*Department of Rehabilitation*, DOR) con preguntas y respuestas sobre el Coronavirus y servicios y apoyos. <https://www.dor.ca.gov/Home/COVID19FAQ>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/u38srm8>).

Actualizaciones del Departamento del Desarrollo de Empleo (*Employment Development Department*, EDD) sobre el Coronavirus y los beneficios de desempleo. [https://www.edd.ca.gov/about\\_edd/coronavirus-2019.htm](https://www.edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm)  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/uu6yab6>).

Agencia de Desarrollo de la Fuerza Laboral (*Labor & Work Force Development Agency*), orientación para empleadores y trabajadores. <https://www.labor.ca.gov/coronavirus2019/> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rn7oh8k>).

Departamento de Justicia del Estado de California (*State of California Department of Justice*), para informar sobre el aumento de precios. 800-952-5225; o dígame a la policía. <https://oag.ca.gov/contact/consumer-complaint-against-business-or-company> (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Translate Website" y luego elija "Spanish" de la lista que aparecerá en medio de la pantalla).

Puede comunicarse con su Departamento de Salud local al número que se encuentra al lado de su condado en este enlace. <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/Local-Health-Department.aspx> (Enlace no disponible en español. Simplemente busque su condado en la lista).

La Asociación de Agencias del Centro Regional (*Association of Regional Center Agencies*, ARCA) tiene un enlace para ubicar su centro regional más cercano. <http://www.arcanet.org/services-and-supports-2/regional-centers-map/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/wlqf2yt>). Llame o envíe un correo electrónico a su coordinador de servicios si tiene preguntas. Pueden estar trabajando de forma remota, fuera de la oficina, así que correo electrónico puede ser el mejor medio de comunicación. Si no puede comunicarse con su coordinador de servicios, consulte su sitio web para obtener un número de la línea directa de Coronavirus o para encontrar la forma de comunicarse con un supervisor.

El Departamento de Envejecimiento de California (*California Department of Aging*) ofrece información general y orientación para proveedores y para adultos mayores y personas con discapacidades. <https://www.aging.ca.gov/> (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Select Language" y luego escoja "Spanish" de la lista que aparecerá).

La Oficina de Servicios de Emergencia de California (*California Office of Emergency Services*), que también atiende a personas con Acceso y Necesidades Funcionales (AFN, por sus siglas en inglés). <https://www.caloes.ca.gov/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rkxk7kx>).

Lista de autoridades públicas del condado - Números por condado. <https://capaihss.org/contact-us/contact-ihss-in-your-county/> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/tpzrhse>).

Guía para las comunidades de inmigrantes. <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immigrant-Communities-Guidance.aspx>. (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Select Language" y luego escoja "Spanish" de la lista que aparecerá).

Acomodación y licencia laboral: qué debe saber sobre la ley ADA, la ley de rehabilitación y COVID-19. [https://www.eeoc.gov/eeoc/newsroom/wysk/wysk\\_ada\\_rehabilitaion\\_act\\_coronavirus.cfm](https://www.eeoc.gov/eeoc/newsroom/wysk/wysk_ada_rehabilitaion_act_coronavirus.cfm) (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Español").

El Consejo Estatal de Discapacidades del Desarrollo (*State Council on Developmental Disabilities*, SCDD) ofrece información en lenguaje sencillo, inglés y español sobre COVID-19. Comuníquese con su oficina regional local por correo electrónico o teléfono con los problemas que está experimentando o viendo en su comunidad. <https://scdd.ca.gov/>. (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Select Language" y luego escoja "Spanish" de la lista que aparecerá).

## Información de salud y salud mental

El Consejo Estatal de Discapacidades del Desarrollo (*State Council on Developmental Disabilities*, SCDD) ofrece recursos en lenguaje sencillo para la prevención de COVID-19 y recursos de preguntas y respuestas. <https://scdd.ca.gov/> (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Select Language" y luego escoja "Spanish" de la lista que aparecerá).

Video para prevenir la propagación de COVID: 5 cosas que debe saber sobre lavarse bien las manos. <https://www.youtube.com/watch?v=XnJ1wvllcbs&feature=youtu.be>. (Video no disponible en español).

Información sobre coronavirus en muchos idiomas. <https://es.hesperian.org/hhg/Coronavirus>  
(Enlace en español: <https://es.hesperian.org/hhg/Coronavirus>).

Recursos para ayudar a los niños a enfrentar emergencias. <https://www.cdc.gov/childrenindisasters/helping-children-cope.html>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rqnnsa>).

Información y recursos en español. [https://docs.google.com/document/d/1E0M9FfcQu40DMzVjRzI5eUVt\\_UKwVz94H5ApV\\_tZEh8/edit](https://docs.google.com/document/d/1E0M9FfcQu40DMzVjRzI5eUVt_UKwVz94H5ApV_tZEh8/edit)

Artículos y recursos sobre el coronavirus. <https://coronavirusnetwork.org/resources/>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/uhclkj7>).

El radio nacional público ofrece una guía sobre cómo preparar su hogar para COVID-19. <https://www.npr.org/sections/goatsandsoda/2020/02/26/809650625/a-guide-how-to-prepare-your-home-for-coronavirus>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vpz7zrx>).

Programa de la Ley Nacional de Salud (*National Health Law Program*, NHeLP). Una variedad de recursos, incluyendo información sobre diversas pólizas del gobierno, incluyendo Medicaid y el programa de seguro médico para niños. [https://healthlaw.org/coronavirus-resources/?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_content=Coronavirus%20Resources%20for%20Advocates&utm\\_campaign=2020.03.19\\_CSHCN\\_Network\\_Newsletter](https://healthlaw.org/coronavirus-resources/?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_content=Coronavirus%20Resources%20for%20Advocates&utm_campaign=2020.03.19_CSHCN_Network_Newsletter) (Enlace en español: <https://tinyurl.com/yx7pwjxa>).

Programa de la Ley Nacional de Salud (*National Health Law Program*, NHeLP). Información sobre las normas que se aplican en varios programas, incluyendo Medicaid y planes de salud privados. [Ensuring People Have Access to Prescription Drugs During the COVID-19 Pandemic](#) – Garantizando que las personas tengan acceso a medicamentos recetados durante la pandemia de COVID-19 (Enlace no disponible en español).

Casos globales de coronavirus COVID-19 por el Centro de Ciencia de Sistemas e Ingeniería (*Center for Systems Science and Engineering*, CSSE) en la Universidad Johns Hopkins (JHU, por sus siglas en inglés). <https://gisanddata.maps.arcgis.com/apps/opsdashboard/index.html#/bda7594740fd40299423467b48e9ecf6>  
(Enlace no disponible en español).

El grupo, Lo Próximo para el Autismo (*Next for Autism*) ofrece consejos para ayudar a los empleados con autismo y otras discapacidades durante tiempos estresantes y mantenerse positivo: algunos consejos útiles. <https://www.nextforautism.org/news-2/> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/r6lzchp>).

Guía de Olimpiadas Especiales (*Special Olympics*) para alcanzar el estado físico y su mejor marca personal con actividad física, nutrición e hidratación. <http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/fit-5/Fit-5-Guide.pdf>  
(Enlace no disponible en español).

La guía ilustrada por el Maestro del Autismo (*The Autism Educator*) acerca de COVID-19. <https://www.ppmd.org/wp-content/uploads/2020/03/The-Corona-Virus-Free-Printable-Updated-2-The-Autism-Educator-.pdf>  
(Enlace no disponible en español).

Información de Centros de Control y Prevención de Enfermedades (*Centers for Disease Control and Prevention*) acerca del manejo de la ansiedad y el estrés. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/managing-stress-anxiety.html>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vbp5cnj>).



Recursos de la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (*National Alliance on Mentally Illness*, NAMI).

<https://www.nami.org/About-NAMI/NAMI-News/2020/NAMI-Updates-on-the-Coronavirus>

(Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "En Español").

## Recursos de Abogacía

El Centro de Red de Recursos para la Familia de California (*Family Resource Network Center of California*) ofrece una página de recursos. <http://www.frcnca.org/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/uchcd28>).

Las Voz de las Familias de California (*Family Voices of California*) ofrece consejos sobre lo que pueden hacer las familias de niños con necesidades especiales que requieren atención médica y ofrece enlaces a recursos confiables.

<http://www.familyvoicesofca.org/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/s7xn4s4>).

Voces de Discapacidad Unidas (*Disability Voices United*) ofrece información y capacitación a padres en todo el estado.

<http://www.disabilityvoicesunited.org/cv>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/wq6c4ex>).

Derechos de Discapacidad de California (*Disability Rights California*, DRC) tiene una página dedicada a COVID-19 y la capacidad de recibir información a través de nuestro sitio web [www.disabilityrightsca.org](http://www.disabilityrightsca.org) (Enlace en español:

<https://tinyurl.com/snmwxxl>) y puede hacer clic en el cuadro que dice "formulario de solicitud de asistencia a corto

plazo" si tiene un problema y desea que le ayudemos. <https://www.disabilityrightsca.org/post/announcement-coronavirus-and-how-disability-rights-california-can-help-you>. (Para traducir el enlace, presione el botón en la parte de en medio de la página que dice "Select Language" y escoja "Spanish").

La Alianza de Información de Síndrome de Down (*Down Syndrome Information Alliance*) ofrece recursos de salud y aprendizaje electrónico. <http://downsyndromeinfo.org/covid-19-resources/>

(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vtsrua3>).

La Conferencia Nacional sobre el Síndrome de Down (*National Down Syndrome Conference*, NDSC) ha reunido y examinado muchas fuentes y recursos para ayudar a las familias y a los profesionales que los atienden, mientras todos trabajamos para aplanar la curva de la contaminación del virus. [https://www.ndsccenter.org/programs-resources/covid-19-resources/?blm\\_aid=12026880](https://www.ndsccenter.org/programs-resources/covid-19-resources/?blm_aid=12026880). (Para traducir el enlace, presione el botón en la parte de arriba que dice "En

Español).

Información y recursos acerca de COVID-19 proveído por *Autism Speaks*.

<https://www.autismspeaks.org/covid-19-information-and-resources> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/texalnt>).

*Linguabee* ofrece interpretación de videos de forma remota, videos de Lenguaje de Señas Americano (ASL, por sus siglas

en inglés) y recursos de COVID-19. <https://www.linguabee.com/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/wnhx4ku>).

## Recursos educativos

Nota: Hay cientos de sitios web educativos gratuitos para todas las edades, habilidades e intereses. Hemos seleccionado solo algunos.

Guía del Departamento de Educación de California (*California Department of Education*).

<https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/guidance.asp> (Enlace en español: <https://tinyurl.com/u4e8s46>).

El sitio web del Departamento de Educación de los Estados Unidos (*U.S. Department of Education*) acerca de la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (*Individuals with Disabilities Act*, IDEA), acumula información y recursos de IDEA del Departamento y de nuestros beneficiarios. Incluye información sobre COVID-19 y proporciona muchos recursos sobre prevención y consejos. <https://sites.ed.gov/idea/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/tt4rgj2>).

La Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (*Individuals with Disabilities Act*, IDEA) ofrece información acerca de la educación especial. <https://sites.ed.gov/idea/idea-files/q-and-a-providing-services-to-children-with->

[disabilities-during-the-coronavirus-disease-2019-outbreak/?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_content=Questions%20and%20Answers%20on%20Providing%20Services%20to%20Children%20with%20Disabilities%20During%20the%20Coronavirus%20Disease%202019%20Outbreak%20%28March%202020%29&utm\\_campaign=2020.03.19\\_CSHCN\\_Network\\_Newsletter](https://www.cshcn.org/newsletter/2020.03.19_CSHCN_Network_Newsletter)

(Enlace no disponible en español).

Declaración de COPAA sobre los derechos de los estudiantes bajo IDEA durante la pandemia de COVID-19.  
<https://www.copaa.org/news/493349/COPAA-Statement-on-student-rights-under-IDEA-during-the-covid-19-outbreak.htm>

(Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice “Select Language” y luego escoja “Spanish” de la lista que aparecerá).

*Common Sense.org* (Sentido Comun.org) ofrece consejos y herramientas gratuitas para apoyar el cierre de las escuelas y las transiciones al aprendizaje en línea y en el hogar. Incluye ayuda para el desestrese de su familia; aplicaciones de movimiento, juegos y sitios web; y aplicaciones para ayudar con la salud mental. Y recursos en español para familias Latinas. [https://www.common Sense.org/resources-for-families-during-the-coronavirus-pandemic?j=7704934&sfmc\\_sub=171716627&l=2048712\\_HTML&u=143543079&mid=6409703&jb=1771&utm\\_source=covid19\\_landingpages\\_jim&utm\\_medium=email](https://www.common Sense.org/resources-for-families-during-the-coronavirus-pandemic?j=7704934&sfmc_sub=171716627&l=2048712_HTML&u=143543079&mid=6409703&jb=1771&utm_source=covid19_landingpages_jim&utm_medium=email). (Enlace no disponible en español).

Grupo de Facebook donde los maestros que tienen experiencia enseñando en el hogar pueden apoyar a amigos y vecinos que puedan estar enseñando en el hogar temporalmente durante la pandemia del coronavirus.  
<https://www.facebook.com/groups/temphomeschoolers/>. (Enlace no disponible en español).

La Institución de Investigación MIND (*MIND Institute Research*) ofrece acceso sin costo a un programa educativo de matemáticas gratuito para estudiantes en los grados kínder a 8º grado. Gratis hasta el 30 de junio del 2020.  
[https://www.stmath.com/coronavirus?fbclid=IwAR2Z9kqIE7kBcVq7YdAEYuvWQEW2quTvZ6m9KS\\_zMeyeiT9wHYcwgpm eRv0](https://www.stmath.com/coronavirus?fbclid=IwAR2Z9kqIE7kBcVq7YdAEYuvWQEW2quTvZ6m9KS_zMeyeiT9wHYcwgpm eRv0). (Enlace en español: <https://tinyurl.com/vdjhszw>).

La compañía *Scholastic* ofrece experiencias de aprendizaje en línea gratuitas para niños de todas las edades.  
<https://classroommagazines.scholastic.com/support/learnathome.html>.  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/r538a27>).

Los-maestros-le-pagan-a-los-maestros (*Teacherspayteachers*) es un mercado en línea para recursos educativos originales con más de cuatro millones de recursos. <https://www.teacherspayteachers.com/>.  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/sq9vonh>).

Hogar-Habla-Hogar (*Home-Speech-Home*) ofrece veinte actividades de terapia del habla de 5 minutos que puede hacer en casa, entre otros recursos. <https://www.home-speech-home.com/speech-therapy-activities.html>.  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/wo8fgeh>).

Comuníquese con su distrito escolar local (si usted o su hijo tienen edad escolar) con respecto a las comidas que puede pasar a recoger (*Grab and Go*) durante el cierre de la escuelas.

## Otros recursos

El Instituto Nacional para la Calidad de la Salud Infantil (*National Institute for Children's Health Quality*, NICHQ) ofrece un resumen de información clave relacionada con la salud infantil y enlaces a referencias adicionales.

[https://www.nichq.org/news-item/coronavirus-disease-2019-covid-19-information-childrens-health-advocates?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_content=Coronavirus%20Disease%202019%20%28COVID-19%29%20Information%20for%20Children%E2%80%99s%20Health%20Advocates&utm\\_campaign=2020.03.19\\_CSHCN\\_Network\\_Newsletter](https://www.nichq.org/news-item/coronavirus-disease-2019-covid-19-information-childrens-health-advocates?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_content=Coronavirus%20Disease%202019%20%28COVID-19%29%20Information%20for%20Children%E2%80%99s%20Health%20Advocates&utm_campaign=2020.03.19_CSHCN_Network_Newsletter). (Enlace en español: <https://tinyurl.com/t5o3phn>).

La Región Capital de California United Way (*United Way California Capital Region*, UWCCR) ha anunciado la creación del fondo de ayuda local COVID-19 de UWCCR para proporcionar apoyo financiero para las necesidades de las personas y familias en el área metropolitana de Sacramento, así como las organizaciones sin fines de lucro que los atienden. Visite este sitio web o vea el sitio web de *United Way* en su región. <https://www.yourlocalunitedway.org/post/uwccr-covid-19-local-relief-fund>. (Enlace no disponible en español).

Actualizaciones del coronavirus estado por estado de MSN. <https://www.msn.com/en-us/news/us/state-by-state-coronavirus-news/ar-BB119PB3?ocid=ientp>. (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "EN" y luego escoja "United States (español) – ES").

Acceso gratuito a internet de banda ancha de Spectrum y Wi-Fi durante 60 días para nuevos hogares de estudiantes de kínder a 12º grado y universitarios. <https://corporate.charter.com/newsroom/charter-to-offer-free-access-to-spectrum-broadband-and-wifi-for-60-days-for-new-K12-and-college-student-households-and-more>. (Enlace no disponible en español).

Comcast ofrece acceso temporal gratuito a internet. <https://www.wxyz.com/news/national/coronavirus/comcast-offering-internet-essentials-package-free-for-60-months-during-coronavirus-outbreak>. (Enlace no disponible en español).

La Cruz Roja Americana (*American Red Cross*) está pidiendo que los estadounidenses saludables donen sangre ahora. Póngase en contacto con su Cruz Roja local para conocer las ubicaciones y los procedimientos. [https://www.redcross.org/?cid=generic&med=cpc&source=bing&scode=RSG00000E017&&msclkid=65ae3fcc20e71607e5b961b83038883f&utm\\_source=bing&utm\\_medium=cpc&utm\\_campaign=Generic%7CBrand&utm\\_term=american%20red%20cross&utm\\_content=American%20Red%20Cross%20-%20Home%20Page&gclid=CJnl57Xop-gCFdmrxQldIBOKVA&gclid=ds](https://www.redcross.org/?cid=generic&med=cpc&source=bing&scode=RSG00000E017&&msclkid=65ae3fcc20e71607e5b961b83038883f&utm_source=bing&utm_medium=cpc&utm_campaign=Generic%7CBrand&utm_term=american%20red%20cross&utm_content=American%20Red%20Cross%20-%20Home%20Page&gclid=CJnl57Xop-gCFdmrxQldIBOKVA&gclid=ds)

(Para traducir el enlace, presione el botón en la parte de arriba que dice "Español").

Póngase en contacto con su compañía de servicios públicos local para obtener información sobre servicios de costo reducido, especialmente si depende de aparatos que requieren electricidad. Asegúrese de inscribirse en el programa de línea de base médica (*Medical Baseline Program*), si es que califica.

Si busca asistencia para comida, comuníquese con los bancos de alimentos locales, comuníquese con el 2-1-1, las iglesias locales o solicite recursos locales a su coordinador de servicios.

Consulte con su centro local de recursos familiares (*Family Resource Center*) o el centro de capacitación e información para padres (*Parent Training and Information Center*) para obtener información y apoyos locales. Aunque sus oficinas pueden cerrarse temporalmente y cancelarse reuniones / clases, aún pueden estar disponibles para proveer asistencia. Consulte su sitio web, llame o envíe un correo electrónico a su oficina.

## Preparación para emergencias

La Agencia Federal de Manejo de Emergencias (*Federal Emergency Management Agency*, FEMA). Esta página ayuda al público a distinguir entre rumores y hechos sobre la respuesta a la pandemia del coronavirus (COVID-19). Los rumores



pueden circular fácilmente dentro de las comunidades durante una crisis. Haga su parte para detener la propagación de información equivocada haciendo 3 cosas fáciles; no crea los rumores, no los pase y vaya a fuentes confiables de información para obtener los datos sobre la respuesta federal (COVID-19).

<https://www.fema.gov/Coronavirus-Rumor-Control> (Para traducir el enlace, presione el botón en medio de la página que dice "Visit this page in Español").

La videoteca de FEMA sobre preparación para emergencias. <https://www.youtube.com/user/FEMA>. (Enlace no disponible en español).

La Oficina de Servicios de Emergencia de California (*California Office of Emergency Services*) ofrece recursos para terremotos, COVID-19 y otras emergencias. <https://www.caloes.ca.gov/>. (Enlace no disponible en español).

Plan de emergencia personal de la Agencia de Salud y Servicios Humanos de California (*California Health and Human Services Agency*) para personas con acceso y necesidades funcionales. Este es un buen momento para preparar su plan de emergencia y, si es posible, trabajar en preparar su "equipo de viaje" o *Go-Kit* (el acceso a algunos artículos puede ser un desafío en este momento, temporalmente). <https://www.chhs.ca.gov/wp-content/uploads/2019/10/CHHS-Personal-Emergency-Plan.pdf>. (Enlace no disponible en español).

Un gran sitio para la preparación para emergencias y para preparar su "equipo de viaje" (*Go-Kit*). <https://www.ready.gov/plan>. (Enlace no disponible en español).

El espacio designado para el consumidor (*Consumer Corner*) del Departamento de Servicios del Desarrollo (*Department of Developmental Services, DDS*) comparte varios recursos para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, incluyendo un enlace al currículo acerca de la preparación para emergencias y el plan para sentirse seguro y estar seguro - este es un buen momento para completar la información en este currículo y actualizar su "equipo de viaje" o *Go Kit!* <https://www.dds.ca.gov/consumers/>. (Enlace no disponible en español).

Preparación federal para emergencias con enlaces para crear un plan y para alertas del clima y de emergencia. <https://www.usa.gov/prepare-for-disasters> (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Español").

El Consejo Estatal de Discapacidades del Desarrollo (*State Council on Developmental Disabilities, SCDD*) provee entrenamientos y folletos para la preparación para emergencias. Póngase en contacto con su oficina regional local de SCDD para obtener información adicional. [www.scdd.ca.gov](http://www.scdd.ca.gov). (Para traducir el enlace, presione el botón en la esquina derecha de arriba que dice "Select Language" y luego escoja "Español" de la lista que aparecerá).

## ¿Qué puedo hacer para divertirme y mantenerme ocupado en casa?

Nota: adaptar todas las ideas a las prácticas actuales de COVID-19, incluyendo lavarse las manos frecuentemente, el distanciamiento social y las ordenes de refugiarse-en-el-lugar.

*Los enlaces de esta sección que tienen una estrella (\*) solo están disponibles en inglés.*

Recursos y módulos de intervención enfocada en el autismo (*Autism Focused Intervention Resources & Modules, AFIRM*) ofrece un equipo de herramientas COVID-19 con recursos gratuitos para apoyar a niños y jóvenes con autismo durante tiempos inciertos como COVID-19, narrativas sociales, análisis de tareas de lavado de manos y estrategias.

<https://afirm.fpg.unc.edu/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/wqdakn2>).

*Autism Society* de Inland Empire tiene una extensa lista de cosas divertidas para hacer en casa.

<https://www.ieautism.org/coronavirus-2020/things-to-do-at-home/>. \*

Actividades gratuitas para niños para hacer dentro de la casa. <https://www.hellowonderful.co/post/easy-indoor-activities-for-kids/?fbclid=IwAR0WLdiCsyeAouM65BuSrlVrYc-gN01MMtSdiOC9aa3NbrCmG6RNxljx2-g>. \*

10 pasatiempos y actividades para hacer con su hijo autista. <https://www.verywellhealth.com/hobbies-activities-autistic-child-260365>. \*

21 actividades sensoriales para niños con autismo. <https://www.thisgrandmaisfun.com/sensory-activities-kids-autism/>.\*

El zoológico de San Diego tiene un sitio web solo para niños con videos, actividades y juegos increíbles. <https://kids.sandiegozoo.org/>. \*

Excursión virtual al Parque Nacional de Yellowstone: Volcán de lodo, Mammoth Hot Springs y más. <https://www.nps.gov/yell/learn/photosmultimedia/virtualtours.htm>. \*

¡¡¡Marte!!! Explora la superficie de Marte en el *Curiosity Rover*. <https://accessmars.withgoogle.com/>. \*

Cámara panda en el zoológico de Atlanta. <https://zooatlanta.org/panda-cam/>. \*

Visitas virtuales de granjas de visones, cerdos y capuchas, manzanas y huevos. <https://www.farmfood360.ca/>. \*

Visita virtual de la obra de arte del Louvre en París, Francia. <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>. \*

Visita guiada por el Museo de los Niños de Boston. <https://www.bostonchildrensmuseum.org/museum-virtual-tour>. \*

Visita de actividad en línea de habilidades sociales y de emociones. <https://www.soarwithwings.com/videos/virtual-field-trip>. \*

10 películas cortas gratuitas con personas con discapacidad intelectual y del desarrollo. <http://sproutflix.org/virtual-sprout-film-festival/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/v8gfyxn>).

Mi Primer Jardín de la extensión de la Universidad de Illinois ofrece una guía para el mundo de la jardinería divertida e inteligente. Incluye una guía del maestro, una introducción de conceptos básicos, elementos básicos de jardinería, planificación de mi jardín y galería de jardines. <https://web.extension.illinois.edu/firstgarden/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/yx4o3n34>).

6 ideas artesanales para adultos con discapacidades del desarrollo. <https://stephensplace.org/2017/08/18/6-activities-adults-developmental-disabilities/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/uqq5jxk>).

La integración comunitaria a través de conexión en Nueva York ofrece actividades para adultos con discapacidades intelectuales y del desarrollo. <https://communitymainstreaming.org/activities-for-adults-with-intellectual-developmental-disabilities/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/rkvbc0y>).

*Healthfully* comparte actividades para adultos con discapacidades del desarrollo. <https://healthfully.com/activities-for-adults-with-developmental-disabilities-4886332.html>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/uyo4ydl>).

*VisitSacramento* ofrece páginas para colorear gratis para descargar e imprimir. Tal vez su ciudad tiene algo similar. <https://www.visitsacramento.com/coloring/>. (Enlace en español: <https://tinyurl.com/vhqgsjl>).

Encuentre su biblioteca pública local en línea. Muchos ofrecen descargas gratuitas de libros grabados y música. <https://www.library.ca.gov/services/to-libraries/library-directory/>. \*

Únase a los grupos de auto-defensores (personas con discapacidades) de Facebook o de padres/familias para aprender y apoyarse mutuamente. Cada región tiene su propio grupo. Busque en Facebook un grupo en su área.