

según el estado). Para obtener más información consulte en www.acf.hhs.gov/programs/ocs/liheap o llame al **202-401-9351**. Busque su oficina estatal de LIHEAP en www.acf.hhs.gov/programs/ocs/liheap/grantees/states.html o llame al número anterior para solicitar los datos de contacto.

PERSONAS DE EDAD AVANZADA

Seniors.gov

El gobierno federal ofrece información para personas de edad avanzada en www.usa.gov/Topics/Seniors.shtml o por teléfono en **800-FED-INFO (800-333-4636)**.

Centro Nacional Sobre el Abuso de Personas Mayores (National Center on Elder Abuse o NCEA por sus siglas)

Esta agencia federal ayuda a las personas de edad avanzada a obtener acceso a servicios para poder ser independientes y vivir con dignidad. Para más información consulte en http://ncea.aoa.gov/ncearoot/Main_Site/index.aspx. Correo electrónico: ataoainfo@aoa.hhs.gov

- El servicio AOA Eldercare Locator ayuda a personas de edad avanzada a encontrar servicios de cuidado que pueden recibir tanto en casa como en la comunidad. Visite www.eldercare.gov/Eldercare.NET/Public/index.aspx para encontrar recursos en su zona o llame al **800-677-1116**.

IMPUESTOS

Crédito Tributario por Ingreso del Trabajo (EITC, siglas en inglés)

El crédito tributario EITC ayuda al contribuyente que trabaja y a su familia a recibir más dinero cuando presentan la declaración federal de impuestos por ingresos. Para calificar el contribuyente debe cumplir con los requisitos y presentar una declaración de impuestos. Encuentre más información en el sitio web del servicio impositivo (Internal Revenue Service o IRS por sus siglas) en www.irs.gov/eitc o por teléfono en **800-829-1040**. Encuentre una oficina local del IRS en www.irs.gov/localcontacts/index.html

- Para encontrar más detalles sobre los requisitos para calificar visite <http://eitcoutreach.org/the-eic-estimator>

Centros de asistencia para impuestos VITA y Tax Counseling for the Elderly (TCE) (asesoría sobre impuestos para personas de edad avanzada)

Asistencia gratuita para la preparación de la declaración de impuestos. Voluntarios capacitados de su comunidad pueden ayudarlo a preparar el EITC, el crédito tributario por hijos y créditos para personas de edad avanzada e incapacitadas. La mayoría de localidades también ofrecen preparar gratuitamente la declaración de impuestos de forma electrónica (e-filing) y segura para que reciba su reembolso con mayor rapidez. Llame al **800-829-1040** o visite <http://1.usa.gov/q022>

Consumer Action

www.consumer-action.org
221 Main Street, Suite 480
San Francisco, CA 94105
415-777-9635
info@consumer-action.org

523 W. Sixth Street, Suite 1105
Los Angeles, CA 90014
213-624-8327
outreach@consumer-action.org

Washington, DC
202-670-3601
dc-office@consumer-action.org

Línea directa de asesoría y remisiones

Nuestra línea directa nacional ofrece asesoría y recomendaciones en inglés, español y chino:

Correo electrónico: hotline@consumer-action.org

Teléfono: **415-777-9635**

Distribuido por su banco de comida local:

consumer action
Education and advocacy since 1971

Bank of America



Crédito: Esta información fue creada por Consumer Action con fondos de Bank of America

© Consumer Action 2011

Consumer Action - Hoja de recursos para la superación financiera

Esta hoja proporciona recursos e información para ayudarlo a administrar su dinero durante épocas difíciles. Detalla programas del gobierno para los que podría calificar y así acrecentar los ingresos de su familia para que el dinero le rinda más.

CÓMO ENCONTRAR INFORMACIÓN POR INTERNET

Lugares para conectarse

Muchas comunidades ofrecen acceso gratuito a Internet.

- **Si no tiene computadora**, la biblioteca pública podría ofrecer computadoras con acceso a Internet.
- **Si tiene computadora**, puede usarla en lugares con red inalámbrica wifi. Lleve su computadora a una biblioteca pública con wifi o a un comercio o café que ofrece wifi gratuito. La mayoría de estos comercios le permiten acceso si compra una bebida. Visite el siguiente sitio web para encontrar acceso gratuito a Internet cerca de usted: http://www.openwifispots.com/category_free_wifi_wireless_hotspot_Library_19.aspx

BENEFICIOS Y ASISTENCIA

Calificación para beneficios

Benefits.gov es un sitio web gratuito con información sobre beneficios para los que usted podría calificar. Los programas de beneficios gubernamentales ofrecen asistencia de nutrición, desarrollo profesional, apoyo para el cuidado de niños, asesoría, servicios por incapacidad, asistencia en desastres naturales, educación, capacitación laboral, reembolsos por ahorro de energía, cuidado de salud/Medicaid, vivienda, Medicare, Seguro Social, preparación de declaración de impuestos y servicios para veteranos. Visite www.benefits.gov o llame al **800-FED-INFO (800-333-4636)**.

Seguro de desempleo

El propósito del seguro de desempleo es proporcionar asistencia provisional al trabajador desempleado. Para calificar, no debe haber sido su culpa el quedar sin empleo y debe haber trabajado durante un plazo determinado (por lo general cuatro de los últimos cinco trimestres) antes de poder solicitar beneficios. La ley varía según el estado por lo que debe consultar con la agencia de desempleo de su estado. En la sección de oficinas de gobierno del directorio telefónico local puede encontrar la oficina de desempleo local o visite www.servicelocator.org/OWSLinks.asp o llame al **877-872-5627**.

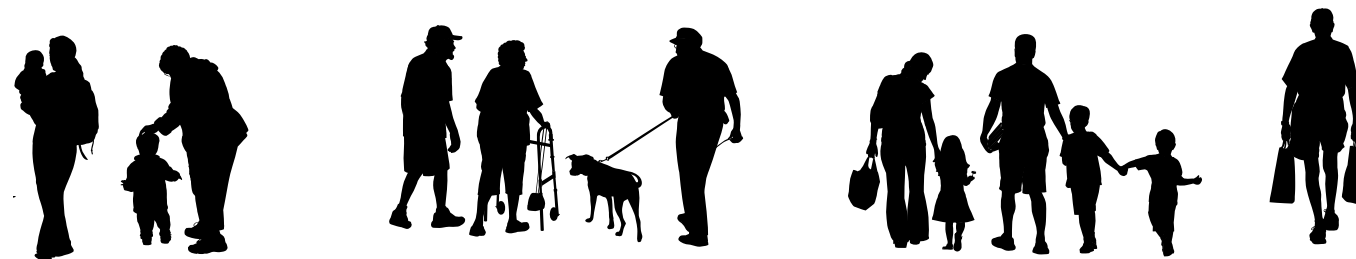
Beneficios por incapacidad

La agencia del Seguro Social abona beneficios a quienes no pueden trabajar por motivos médicos que persistirán por lo menos un año o que resultarán en la muerte. Algunos familiares de trabajadores incapacitados también pueden recibir dinero del Seguro Social.

- La Administración del Seguro Social ofrece una guía gratuita sobre beneficios por incapacidad en www.ssa.gov/pubs/10029.html o llame al **800-772-1213**.
- Programa Ticket to Work: El Seguro Social ofrece una variedad de incentivos de trabajo, entre otros, el programa Ticket to Work. Algunos de estos programas le permiten mantener sus beneficios monetarios y cobertura médica durante la transición a un empleo. Consulte la guía en www.ssa.gov/pubs/10061.html o llame al **866-968-7842**.

Información telefónica sobre servicios del gobierno

Muchas ciudades han establecido números de teléfonos especiales, **211** ó **311**, para proporcionar acceso a servicios e información locales que no sean de emergencia. Para averiguar si el servicio existe en su zona, marque los números para probar si funcionan. En los lugares donde se ofrecen, son gratuitos, privados y proporcionan información sobre servicios comunitarios, sociales, sanitarios y gubernamentales. (En caso de emergencia marque **911**.)



CRÉDITO Y DEUDAS

Informes de crédito gratuitos

Usted tiene el derecho de recibir un informe gratuito cada 12 meses de cada una de las agencias de informes crediticios, con sólo solicitarlo. En Internet los puede solicitar en www.annualcreditreport.com o llame al **877-322-8228**. También tiene derecho a recibir una copia gratuita si:

- No tiene empleo y está buscándolo.
- Recibe asistencia pública.
- Se le negó, en base a su crédito, el alquiler de una vivienda, una cuenta de cheques o ahorro, una póliza de seguro o un empleo.
- Ha sido víctima de fraude de crédito (robo de identidad).



Administración y reparación de crédito

Consumer Action ofrece publicaciones gratuitas sobre crédito y otros temas de carácter financiero, tales como administración de dinero y preparación de presupuestos, en www.consumer-action.org/publications. Por correo, envíe un sobre de tamaño legal con franqueo y a su nombre y dirección a Credit-MM Brochures, Consumer Action, 221 Main St., Suite 480, San Francisco, CA 94105. Indique en el sobre el idioma que prefiere (inglés, chino, coreano, español o vietnamés).

- Buen crédito: www.consumer-action.org/modules/module_good_credit
- Mejore su crédito: www.consumer-action.org/modules/module_rebuilding_good_credit
- Money Management 1-2-3 (disponible sólo en inglés): www.consumer-action.org/modules/module_money_management_1-2-3

Asesoría de crédito

Si está abrumado por las deudas, considere hablar con una agencia de asesoría de crédito. Consulte en National Foundation for Credit Counseling (www.nfcc.org o **301-589-5600**) o Association of Independent Consumer Credit Counseling Agencies (www.aiccca.org o **800-450-1794**).

Recursos para prevenir juicios hipotecarios

Luche por evitar un juicio hipotecario con programas que podrían ayudarlo a salvar su hogar.

- Making Home Affordable: sitio web del gobierno federal diseñado para ayudar a propietarios que corren el riesgo de un juicio hipotecario, están desempleados y aquellos que deben más por la hipoteca que el valor de la vivienda. Visite www.makinghomeaffordable.gov/spanish o llame al **888-995-HOPE (4673)**.
- Cómo proteger su casa de una ejecución hipotecaria: folleto de Consumer Action gratuito en www.consumer-action.org/spanish/articles/saving_your_home_from_foreclosure_sp. Por correo, envíe un sobre de tamaño legal con franqueo y a su nombre y dirección a Foreclosure Brochure, Consumer Action, 221 Main St., Suite 480, San Francisco, CA 94105. Indique en el sobre el idioma que prefiere (inglés, chino, coreano, español o vietnamés).
- Conéctese con un asesor aprobado por HUD llamando al **888-995-HOPE (4673)** o visite www.findaforeclosurecounselor.org/network/nfmc_lookup/

ALIMENTOS

El **Localizador de Bancos de Comida de Feeding America** es una herramienta en Internet que le conecta con su banco de comida local. Estas organizaciones proporcionan alimentos a las familias necesitadas. (<http://feedingamerica.org/foodbank-results.aspx>). Para obtener información por teléfono, llame a Feeding America al **800-771-2303** y **marque el "0"** para hablar con un operador y solicite información sobre bancos de comida. También puede consultar la sección del gobierno del directorio telefónico bajo el encabezado Food Sites/Programs.

Programas de asistencia de nutrición suplementarios (SNAP, siglas en inglés)

Los beneficios de SNAP (anteriormente llamado estampillas de comida) pueden ayudar a las familias de bajos ingresos a pagar sus alimentos. Se califica en base al tamaño de su familia y sus ingresos y gastos.

- Use la herramienta de precalificación en www.snap-step1.usda.gov/fns para averiguar si califica para recibir beneficios de SNAP y cuánto puede recibir.
- Para presentar una solicitud, comuníquese con su oficina estatal; búsquela en www.fns.usda.gov/snap o llame al **800-221-5689** para escuchar el número sin cargo del programa de su estado.



Programa de Servicio de Alimentos de Verano del Departamento de Agricultura (USDA, siglas en inglés)

USDA se asocia con organizaciones en su comunidad local para servir comidas gratuitas a los niños durante las vacaciones escolares. Para encontrar un programa cerca de usted, consulte en www.fns.usda.gov/cnd/Contacts/StateDirectory.htm. Si no tiene acceso a Internet, también puede comunicarse con el personal de información pública del Servicio de Alimentos y Nutrición de USDA marcando el **703-305-2286** o por correo en 3101 Park Center Drive, Room 640, Alexandria, VA 22302.

WIC - Programa especial de nutrición suplementaria para mujeres, bebés y niños

Ofrece alimentos y educación sobre nutrición a mujeres de bajos ingresos que están embarazadas o que tienen hijos recién nacidos y a bebés y niños hasta la edad de cinco años. Obtenga más información en www.fns.usda.gov/wic/howtoapply/whogetswicandhowtoapply.htm o consulte la sección del gobierno en su directorio telefónico bajo el encabezado WIC.

CUIDADO DE SALUD

Seguro médico COBRA

Si pierde el empleo, puede mantener su seguro de salud por hasta 15 meses si lo paga usted mismo. El costo puede parecer alto pero, por lo general, es menor a la cobertura individual. La compañía donde usted trabajaba le debe enviar una carta de COBRA dentro de los 14 días después de que haya dejado de trabajar. Usted tendrá 60 días para aceptar o no. Para obtener más información hable con su empleador o la oficina de recursos humanos, visite el sitio web del Departamento de Trabajo (DOL, siglas en inglés) en www.dol.gov/dol/topic/health-plans/cobra.htm o llame **866-444-3272**.

Medicaid

Medicaid es cobertura de seguro médico de bajo costo para individuos y familias de bajos ingresos. Es un programa estatal y cada estado tiene sus propios reglamentos. Para obtener información, consulte www.cms.gov/home/medicaid.asp o la sección del gobierno federal de su directorio telefónico.

Clínicas de salud que reciben fondos federales

Para encontrar clínicas gratuitas o de bajo costo, consulte en <http://findahealthcenter.hrsa.gov> o llame al **877-464-4772**. Correo electrónico: CallCenter@hrsa.gov

Beneficios para veteranos

Los veteranos podrían calificar para una variedad de servicios de atención médica, información y beneficios. Para obtener información y localidades, visite www.va.gov o llame al **800-827-1000** o consulte su directorio telefónico bajo el encabezado Veterans.



TELÉFONO Y SERVICIOS PÚBLICOS

Teléfonos móviles prepagados

Los teléfonos móviles prepagados no requieren verificación de crédito ni depósito. Usted puede cancelar en cualquier momento sin recargos por cancelación de servicio. Por tan sólo \$45 por mes podrá encontrar servicio móvil prepagado ilimitado. En muchas tiendas puede comprar teléfonos y planes de servicio prepagados.

Servicio telefónico Lifeline para familias de bajos ingresos

Los programas Lifeline Assistance y Link-Up America ofrecen precios más bajos por servicio telefónico e instalación. (En ciertos estados, los descuentos aplican a teléfonos móviles.) Los reglamentos sobre calificación varían según el estado. Para obtener más información, consulte en www.fcc.gov/cgb/consumerfacts/llu.html

- Llame a su compañía telefónica para consultar sobre el servicio para personas de bajos ingresos.
- Para obtener información sobre el servicio telefónico Lifeline, llame al **888-CALL-FCC (888-225-5322)** o envíe un correo electrónico a fccinfo@fcc.gov
- Consulte sobre los programas que se ofrecen en su estado. Busque la agencia de servicios públicos en su estado en el directorio telefónico bajo el encabezado Government Services o busque en Internet en www.naruc.org bajo State Commissions.

Asistencia para calefacción en el hogar

LIHEAP ayuda a las familias de bajos ingresos a pagar costos inmediatos de energía y calefacción. El programa está diseñado para las familias que gastan una alta proporción de sus ingresos en calefacción y aire acondicionado. Los ingresos de la familia deben ser menores al 150 por ciento del nivel federal de pobreza (en 2009, \$33,075 para una familia de cuatro personas) o 60 por ciento del ingreso medio del estado (varía mucho