



HEALTH SERVICES IN MONTGOMERY

SERVICIOS DE SALUD EN MONTGOMERY



Twitter @cshmd_



Facebook @coachingsaludholistica



Instagram @coachingsaludholistica



LinkedIn Coaching Salud Holistica



TikTok @coachingsaludholistica



Spotify Coaching Salud Holistica



Website
www.coachingsaludholistica.com

RESOURCES

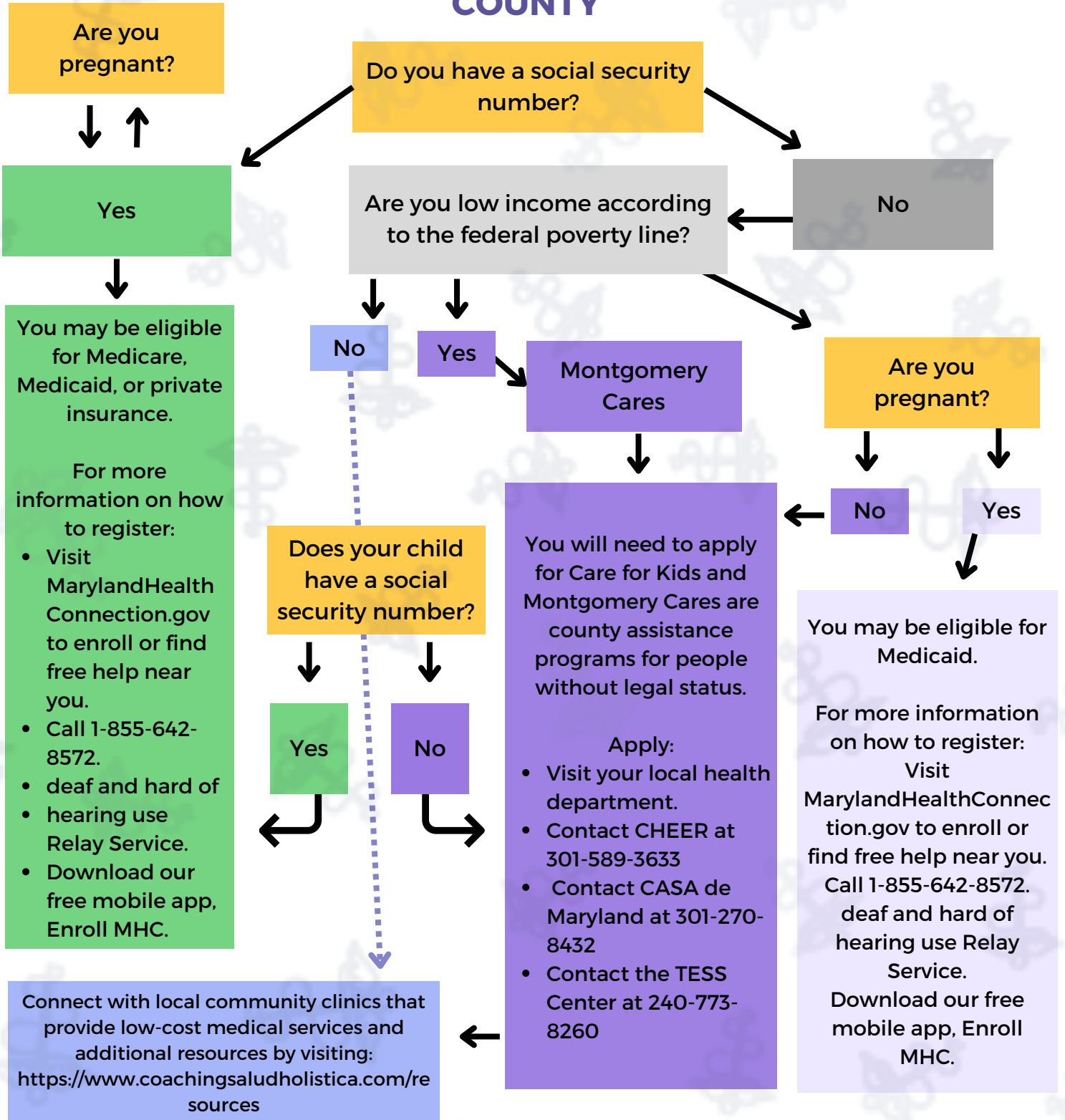
RECURSOS



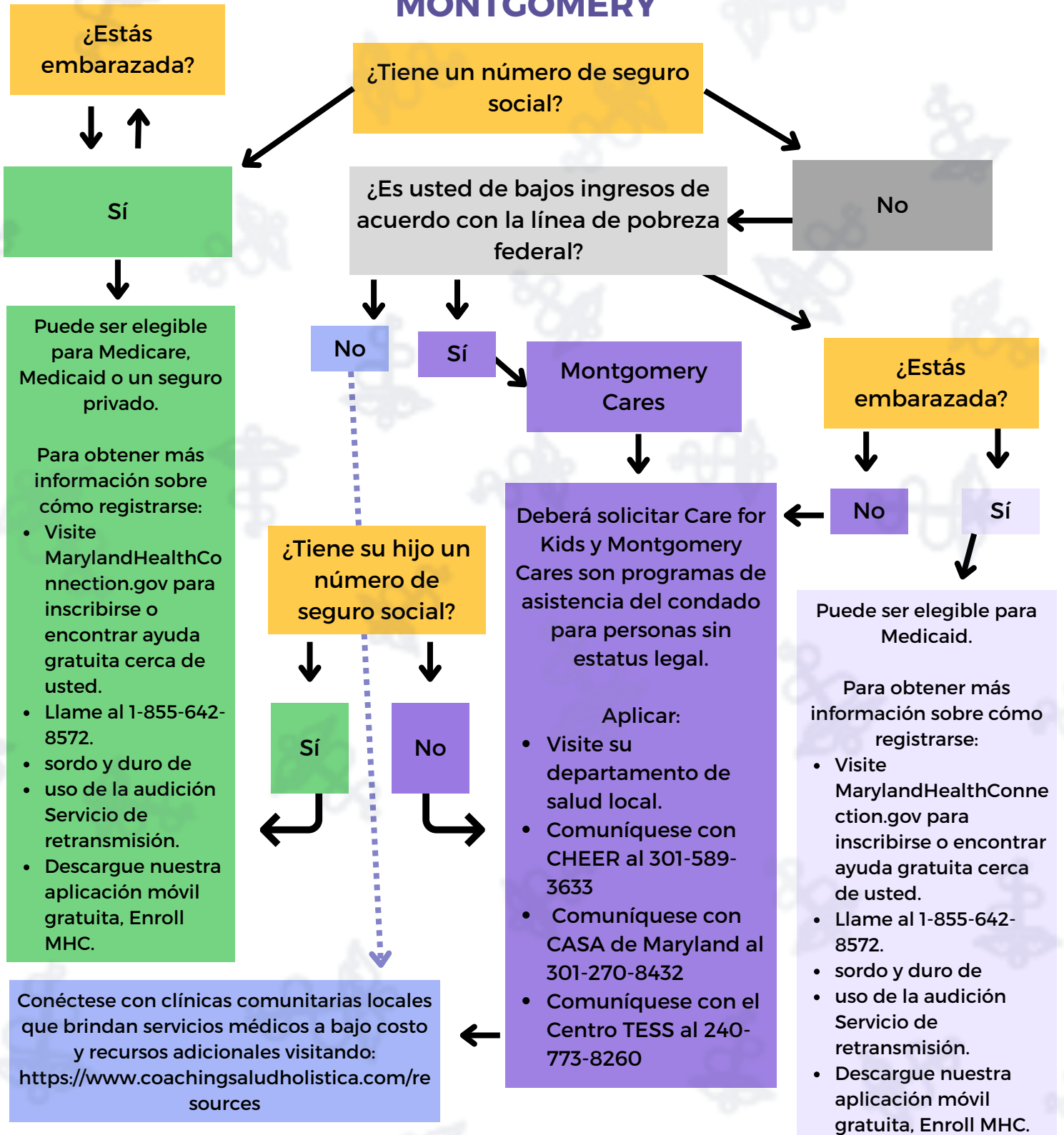
OPEN YOUR PHONE CAMERA
AND SCAN THIS QR CODE.

ABRE LA CÁMARA DE TU
TELÉFONO Y ESCANEA ESTE
CÓDIGO QR.

ACCESS TO MEDICAL SERVICES IN MONTGOMERY COUNTY



ACCESO A SERVICIOS MÉDICOS EN EL CONDADO DE MONTGOMERY



Overview of

Maryland Health Connection

What is Maryland Health Connection?

Maryland Health Connection is for all Marylanders who need health insurance. It is Maryland's official health insurance marketplace where you can shop, compare and enroll in quality health and dental insurance that fits your needs and your budget.

What makes coverage through Maryland Health Connection more affordable?

Maryland Health Connection is the only place you can get financial help to lower the cost of health insurance. Nine in 10 Marylanders who enrolled last year qualified for financial help. Depending on your income and family size, you may qualify for tax credits that lower your monthly premium to as little as a few dollars a month. Even higher income individuals may be eligible. Visit MarylandHealthConnection.gov and use the Get an Estimate tool to see how much you may save.

What services are covered?

All private health plans must offer core benefits like these and more:

- Doctor visits
- Hospitalization
- Emergency care
- Prescriptions
- Mental health care
- Maternity and newborn care
- Pediatric care

Preventive care, like vaccinations, wellness visits and screenings, also is covered at no cost to you, even if you haven't met your yearly deductible. To see all the services that must be covered, visit MarylandHealthConnection.gov.

Can I enroll in Medicaid through Maryland Health Connection?

You may qualify for free or low-cost coverage through Medicaid or Maryland Children's Health Program. You can enroll in Medicaid any time. If you're pregnant or you have children, you may still qualify for Medicaid even if your income is higher.

If your household size is this:	You may be eligible for Medicaid if your annual income is up to approximately:
1	\$20,120
2	\$27,225
3	\$34,312
4	\$41,400
5	\$48,504
6	\$55,592

Effective February 1, 2023

Descripción general de

Maryland Health Connection

¿Qué es Maryland Health Connection?

Maryland Health Connection es para todos los residentes de Maryland que necesitan seguro médico. Es el mercado oficial de seguros médicos de Maryland, donde usted puede comprar, comparar e inscribirse en un seguro médico y dental de calidad que se adapte a sus necesidades y su presupuesto.

¿Por qué la cobertura de salud a través de Maryland Health Connection cuesta menos?

Maryland Health Connection es el único lugar donde usted puede obtener ayuda financiera para bajar los costos de su seguro de salud. Nueve de cada diez personas inscritas el año pasado obtuvieron ayuda financiera. De acuerdo a su nivel de ingresos y a la cantidad de personas en su grupo familiar, usted podría calificar para deducciones fiscales que harán que su prima sea de solo unos dólares al mes. Hasta las personas con ingresos más altos pueden ser elegibles. Visite MarylandHealthConnection.gov/es y utilice nuestra herramienta Obtenga un Estimado para ver cuánto podría ahorrar.

¿Qué servicios están cubiertos?

Todos los planes de salud privados deben ofrecer beneficios básicos como estos y más:

- Consultas médicas
- Recetas médicas
- Maternidad y cuidados del recién nacido
- Hospitalización
- Atención de salud mental
- Atención pediátrica
- Atención de emergencia

Los servicios de atención preventiva, como vacunas, visitas de rutina y pruebas de detección y diagnóstico, se cubren sin ningún costo adicional, incluso si el paciente todavía no alcanzó el importe del deducible. Visite MarylandHealthConnection.gov/es para acceder a todos los servicios que tienen cobertura.

¿Puedo inscribirme en Medicaid a través de Maryland Health Connection?

Usted podría calificar para una cobertura de salud gratis o a muy bajo costo por medio de Medicaid o Maryland Children's Health Program (Maryland Programa de Salud de Niños). Usted puede inscribirse en Medicaid en cualquier momento. Si está cursando un embarazo o tiene hijos, usted podría ser elegible para Medicaid aunque tenga ingresos más altos.

Si el número de personas en su hogar es:	Puede calificar para Medicaid si su ingreso máximo anual es de aproximadamente:
1	\$20,120
2	\$27,225
3	\$34,312
4	\$41,400
5	\$48,504
6	\$55,592

Efectivo el 1 de febrero de 2022

Application

Checklist

Maryland Health Connection can help you find health insurance that meets your needs and fits your budget. You may be eligible for financial help or for free or low-cost coverage through Medicaid.



Use the checklist below to get ready to apply:

- ✓ Social Security numbers (or document numbers for any legal immigrants who need insurance)
- ✓ Birthdates and general information about you and your family members who are also applying for health coverage
- ✓ Policy numbers for any current health insurance
- ✓ Employer and income information for everyone in your family (for example, from paystubs, W-2 forms or wage and tax statements)
- ✓ Information about any job-related health insurance available to your family



We ask about income and other information to let you know what coverage you qualify for and if you can get any help paying for it. We keep the information you provide private and secure, as required by law. To view our privacy notice, visit MarylandHealthConnection.gov.

For help filling out your application, general questions or to get connected with free in-person help, visit MarylandHealthConnection.gov/help or call our toll-free phone number at 1-855-642-8572. Deaf and hard of hearing use Relay service.

Lista de verificación para

las solicitudes

Maryland Health Connection fue diseñado para ayudarle a conseguir un seguro médico que se ajuste a sus necesidades y a su presupuesto. También es posible que usted cumpla con los requisitos para recibir ayuda financiera que rebajaría su prima mensual o para recibir cobertura gratuita o de bajo costo a través de Medicaid.



Utilice la siguiente lista de verificación para prepararse para llenar la solicitud:

- ✓ Números de seguro social (o números de los documentos de los inmigrantes legales que necesiten seguro)
- ✓ Fechas de nacimiento e información general suya y de sus familiares que también están solicitando cobertura de salud
- ✓ Números de póliza de seguros médicos actuales
- ✓ Información del empleador y de los ingresos de todos en su familia (por ejemplo, recibos de pago, formularios W-2, estados de nómina y declaraciones de impuestos)
- ✓ Información sobre cualquier seguro médico, relacionado con el empleo, a disposición de su familia



La razón por la que le preguntamos sobre sus ingresos y otra información es para poder informarle cuál es la cobertura a la que tendría derecho y si puede obtener ayuda para pagarla. La información que nos proporcione será almacenada de manera segura y confidencial, como lo exige la ley. Para leer la Política de Privacidad, visite la página web MarylandHealthConnection.gov/espanol.

Si necesita que le ayuden a llenar la solicitud, si tiene preguntas generales o si necesita que lo pongan en contacto con ayuda gratuita y en persona, visite MarylandHealthConnection.gov/ayuda o llámenos gratis al 1-855-642-8572 (las personas sordas o con problemas de audición usan el servicio de retransmisión).

Healthy Babies

Pregnancy and Postpartum Coverage



Are you having a baby? You may get **free** health care if you are not a U.S. citizen. Medicaid may be able to help. Medicaid pays for health care for people who cannot afford it. Medicaid is the same as Medical Assistance.

Sign up for Medicaid as soon as you know you are pregnant. Get the care you and your baby need right away. You may keep Medicaid up to four months after your baby is born.

Who can get Medicaid?

To be eligible, you must:

- Be pregnant
- Live in Maryland
- Meet **income limits**

The best way to know if you can get Medicaid is to apply.

What health care can I get?

Medicaid will pay for:



Doctor visits



Hospital care



Dental care



Lab work and tests



Prescription drugs



Mental health care



Behavioral health care



Transportation Services



Unpaid Medical Bills Before Medicaid

Medicaid may help pay for health care you had in the three months before you applied. To learn more, talk to Maryland Health Connection, or go to your local Health Department or Department of Social Services.

Help in other languages

Learn more about this free help, see **Interpreter Services** or call 1-855-642-8572. TTY users call 711 for Maryland Relay.

Starting July 1, 2023,
you can apply:



- Online at marylandhealthconnection.gov
- By calling 1-855-642-8572
- TTY users call 711 for Maryland Relay
- In person at a **local Health Department**
- In person at a **Human Services Office**
- By using the Maryland Health Connection App



Healthy Babies

Pregnancy and Postpartum Coverage



¿Va a tener un bebé? Puede obtener atención médica **gratuita** si no es ciudadana estadounidense. Medicaid podría ayudarla. Medicaid paga la atención médica de las personas que no pueden pagarla. Medicaid es igual a asistencia médica.

Inscríbase en Medicaid tan pronto como sepa que está embarazada. Obtenga de inmediato la atención que usted y su bebé necesitan. Y puede conservar Medicaid hasta cuatro meses después del nacimiento de su bebé.

¿Quién puede obtener Medicaid?

Para ser elegible, debe:

- Estar embarazada
- Vivir en Maryland
- Cumplir con **los límites de ingresos**

La mejor manera de saber si puede obtener Medicaid es realizando una solicitud.

¿Qué atención médica puedo obtener?

Medicaid pagará por:



A partir del 1 de julio de 2023, puede realizar la solicitud:



- En línea en marylandhealthconnection.gov
- Llamando al 1-855-642-8572
- Los usuarios de TTY deben llamar al 711 para el servicio de retransmisión de Maryland
- En persona en un **Departamento de Salud local**
- En persona en una **Oficina de Salud y Servicios Humanos**
- Mediante el uso de la aplicación



Facturas médicas impagas antes de Medicaid

Medicaid puede ayudar a pagar la atención médica que recibió en los tres meses anteriores a la solicitud. Para obtener más información, hable con Maryland Health Connection o diríjase al Departamento de Salud o al Departamento de Servicios Sociales de su localidad.

Ayuda en otros idiomas

Obtenga más información sobre esta ayuda gratuita, consulte la sección sobre **servicios de interpretación** o llame al 1-855-642-8572. Los usuarios de TTY deben llamar al 711 para el servicio de retransmisión de Maryland.



Hey Marylanders, as of January 1, 2023, adults enrolled in Maryland Medicaid now have dental benefits.



To find a dentist:

member.mdhealthysmiles.com

Starting January 1, 2023, adults (21 years+) enrolled in the Maryland Medicaid will have coverage for comprehensive dental services through the **Maryland Healthy Smiles Dental Program**, including:



**CHECK-UPS,
EXAMS, AND
X-RAYS**



**CROWNS AND
BRIDGES**



**FILLINGS AND
ROOT CANALS**



**EMERGENCY
EXAMS**



**TEETH CLEANING
AND FLUORIDE
TREATMENT**



**PREVENTIVE
CARE**

**For More
Information:**

Maryland Healthy Smiles Dental Program
Customer Service: 1-855-934-9812

www.mdac.us/medicaid





**Residentes de Marylanders-
los adultos inscritos en
Medicaid tendrán
beneficios dentales a partir
del enero de 2023.**



**Para encontrar
un dentista:**

member.mdhealthysmiles.com

A partir del 1° de enero de 2023, adultos (21 años o más) inscritos en Maryland Medicaid tendrán acceso a servicios dentales integrales a través del programa **Maryland Healthy Smiles**, incluyendo:



**EXAMENES Y
RADIOGRAFIAS
DENTALES**



**CORONAS Y
PUENTES
DENTALES**



**RELLENOS Y
TRATAMIENTOS DE
NERVIO (ENDODONCIAS)**



**EXÁMENES DE
EMERGENCIA**



**LIMPIEZA DENTAL
Y TRATAMIENTO
CON FLUORURO**



**TRATAMIENTOS
PREVENTIVOS**

**Para más
información:**

Servicio al Cliente del programa
Maryland Healthy Smiles: 1-855-934-9812
www.mdac.us/medicaid



   @NHCOA



nhcoa.org

NHCOA
NATIONAL HISPANIC COUNCIL ON AGING

NEED TRANSPORTATION?

We got you covered!

Now you can simply call or text us and enjoy **FREE transportation** to your medical appointments and essential services.

-  **No fees**
-  **No hurdles**

You just need a working cellphone number!

Contact us today!

 **(866)-488-7379**

Or text us on Whatsapp
at **(202) 658-8664.**



   @NHCOA

nhcoa.org

NHCOA
NATIONAL HISPANIC COUNCIL ON AGING

¿NECESITAS TRANSPORTE?

¡Tenemos la solución!

Llámanos o envíanos un mensaje de texto y disfrutar de **transporte GRATUITO** a tus citas médicas y servicios esenciales.

- ✓ Sin costo
- ✓ Sin obstáculos

¡Sólo necesitas un número de celular!

¡Contáctanos hoy!

 **(866)-488-7379**

O escríbenos a Whatsapp
(202) 658-8664.





Breaking Barriers, a free program of the Jubilee Association of Maryland, helps people learn about developmental disability services in Montgomery County, Maryland. We understand that it can be complicated to try to access resources for you or a loved one. Our Community Navigator will help you understand what services might be available to you and the steps you must take to access those services. If you are not a U.S. citizen, the Community Navigator can help you understand whether receiving a certain benefit could impact your immigration status.



- Do you wonder what supports or services you, or a loved one, can receive?
- Are you curious about how you, or your loved one, might have a job or participate in the community?
- Do you want to know what housing resources are available in Montgomery County?
- Have you heard about DDA, DORS, or another agency and need more information?

No question is too big or too small to ask. Please contact the Community Navigator at (240) 531-3478 or bb@jubileemd.org for more information. The Navigator speaks Spanish and English, and can set up interpretation for other languages.



Rompiendo Barreras, un programa gratuita de la Asociación Jubilee de Maryland, ayuda a las personas a aprender de los servicios para personas con discapacidades del desarrollo en el condado de Montgomery, Maryland. Entendemos que puede resultar complicado intentar acceder a recursos para usted o un ser querido. Nuestra Directora de Recursos Comunitarios lo ayudará a comprender qué servicios podrían estar disponibles para usted y los pasos que debe seguir para acceder a esos servicios. Si usted no es ciudadano estadounidense, la Directora de Recursos Comunitarios puede ayudarle a entender si recibir algún beneficio puede afectar a su estatus migratorio.



- ¿Se pregunta qué apoyo o servicios puede recibir usted o un ser querido?
- ¿Tiene curiosidad sobre cómo usted o su ser querido podría tener un trabajo o participar en la comunidad?
- ¿Quiere saber qué recursos de vivienda están disponibles en el condado de Montgomery?
- ¿Ha oído hablar de DDA, DORS u otra agencia y necesita más información?

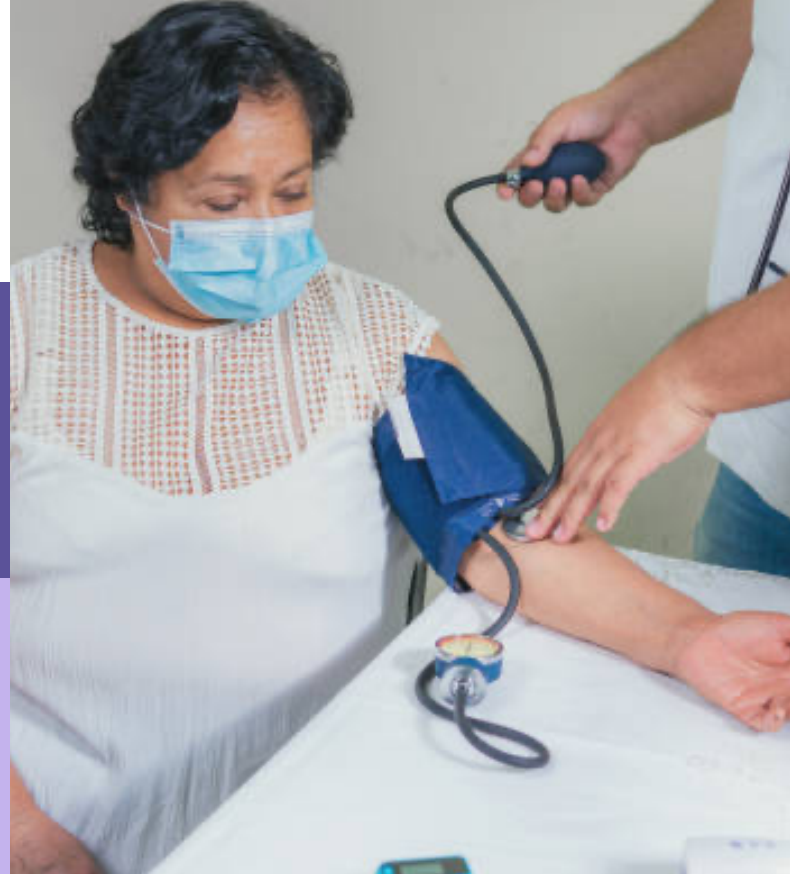
Ninguna pregunta es demasiado grande o demasiado pequeña para hacerla. Por favor, comuníquese con la Directora de Recursos Comunitarios al (240) 531-3478 o bb@jubileemd.org para obtener más información. Se habla español e inglés y se puede programar servicios de interpretación en otros idiomas.





Coaching
Salud
Holistica

Montgomery Cares



These programs are only for those who live in Montgomery County, live below the federal poverty line, and do not qualify for health insurance, including Medicaid, Medicare, commercial insurance, or employee-sponsored coverage.

The program offers:

- Medical check-ups by a doctor/nurse,
- Sick visits from a doctor/nurse,
- medicines,
- laboratory exams,
- X-rays,
- Access to a specialist,
- Access to oral health care
- Access to other health programs

Eligibility Requirements

- People who are eligible for Montgomery Cares must:
 - Being over 18 years
 - Not have insurance
 - Have an income at or below 250% of the federal poverty level
 - Be a resident of Montgomery County
 - Not be enrolled in or eligible for health insurance, including Medicaid, Medicare, commercial insurance, or employee-sponsored coverage.

Frequent questions

Do I have to pay for the services?

Montgomery Cares clinics set their own fees, which vary by location. Contact your clinic for more information.

Can I go to a Montgomery Cares provider if all I need is help paying for my prescriptions?

No. You must be a patient of Montgomery Cares to get help with prescriptions from this program. Montgomery Cares is available to low-income, uninsured adult residents of Montgomery County.

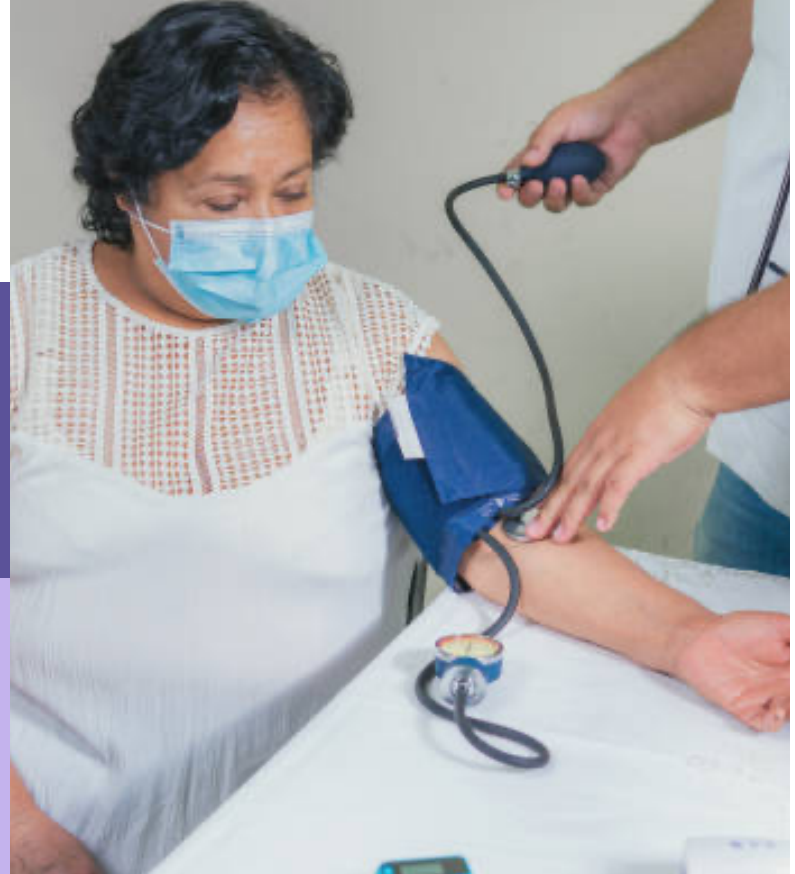
To apply, visit your local health department or visit the TESS Center 8703 Flower Avenue Silver Spring, MD 20901. or call CASA de Maryland at 301-270-8432.



Coaching
Salud
Holística

Montgomery Cares

Estos programas son solo para quienes viven en el condado de Montgomery, viven por debajo del umbral federal de pobreza y no califican para un seguro médico, incluidos Medicaid, Medicare, seguro comercial o cobertura patrocinada por el empleado.



El programa ofrece:

- Revisiones médicas por un médico/enfermera,
- Visitas por enfermedad de un médico/enfermera,
- medicamentos,
- exámenes de laboratorio,
- rayos X,
- Acceso a un especialista,
- Acceso a la atención de la salud bucodental
- Acceso a otros programas de salud

Requisitos de elegibilidad

- Las personas que son elegibles para Montgomery Cares deben:
 - Ser mayor de 18 años
 - No tener seguro
 - Tener un ingreso igual o inferior al 250 % del nivel federal de pobreza
 - Ser residente del condado de Montgomery
 - No estar inscrito o ser elegible para un seguro de salud, incluidos Medicaid, Medicare, seguro comercial o cobertura patrocinada por el empleado.

Preguntas frecuentes

¿Tengo que pagar por los servicios?

Las clínicas de Montgomery Cares establecen sus propias tarifas, que varían según la ubicación. Póngase en contacto con su clínica para obtener más información.

¿Puedo ir a un proveedor de Montgomery Cares si todo lo que necesito es ayuda para pagar mis recetas?

No. Debe ser paciente de Montgomery Cares para obtener ayuda con las recetas de este programa. Montgomery Cares está disponible para residentes adultos del condado de Montgomery de bajos ingresos y sin seguro.

Para presentar una solicitud, visite su departamento de salud local o visite el Centro TESS 8703 Flower Avenue Silver Spring, MD 20901. o llame a CASA de Maryland al 301-270-8432.



Coaching
Salud
Holistica



Care for Kids

These programs are only for those who live in Montgomery County, live below the federal poverty line, and do not qualify for health insurance, including Medicaid, Medicare, commercial insurance, or employee-sponsored coverage.

The program includes:

- Wellness visits,
- Sick visits,
- Prescription drugs,
- Optometry,
- Dental services,
- Other limited specialty care services.

Eligibility

- Under 19 years
- Montgomery County Residents
- Low income.
- Not be eligible for any other state or federal insurance program and currently have no health insurance.

To apply, visit your local health department or visit the TESS Center 8703 Flower Avenue Silver Spring, MD 20901. or call CASA de Maryland at 301-270-8432.

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Germantown Service Eligibility Unit
12900 Middlebrook Road
2ND Floor
Germantown, Maryland 20874

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Silver Spring Service Eligibility Unit
8630 Fenton Street
10th floor
Silver Spring, Maryland 20910

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Piccard Drive Service Eligibility unit
1335 Piccard Drive
Upper Level
Rockville, Maryland 20850



**Coaching
Salud
Holística**



Care for Kids

Estos programas son solo para quienes viven en el condado de Montgomery, viven por debajo del umbral federal de pobreza y no califican para un seguro médico, incluidos Medicaid, Medicare, seguro comercial o cobertura patrocinada por el empleado.

El programa incluye:

- Visitas de bienestar,
- Visitas de enfermos,
- Medicamentos con receta,
- Optometría,
- Servicios dentales,
- Otros servicios de atención especializada limitada.

Elegibilidad

- Menores de 19 años
- Residentes del condado de Montgomery
- De bajos ingresos.
- No ser elegible para ningún otro programa de seguro estatal o federal y actualmente no tiene seguro médico.

Para presentar una solicitud, visite su departamento de salud local o visite el Centro TESS 8703 Flower Avenue Silver Spring, MD 20901. o llame a CASA de Maryland al 301-270-8432.

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Germantown Service Eligibility Unit
12900 Middlebrook Road
2ND Floor
Germantown, Maryland 20874

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Silver Spring Service Eligibility Unit
8630 Fenton Street
10th floor
Silver Spring, Maryland 20910

Montgomery County Department of Health
and Human Services
Piccard Drive Service Eligibility unit
1335 Piccard Drive
Upper Level
Rockville, Maryland 20850



Pregnancy Centers In Montgomery

Download a FREE English and Spanish Birth Plan by visiting www.coachingsaludholistica.com



Coaching
Salud
Holistica

Shady Grove Pregnancy Center

16220 Frederick Rd # 118, Gaithersburg, MD 20877
301-963-6223
<https://www.pregnancy-options.org/>

Rockville Women's Center

12530 Parklawn Dr #170 Rockville, MD 20852
240-779-1585
<https://rockvillewomenscenter.com>

Centro Tepeyac

12247 Georgia Ave Silver Spring, MD 20902
301-946-1022
<https://centrotepeyac.org>

Prenatal Care for Uninsured

Starting July 1, 2023, people who live in Maryland and are not U.S. residents or U.S. citizens may qualify for Medicaid coverage for prenatal and postpartum care based on income requirements. Contact Maryland Health Connections today to apply. Enroll in Medicaid as soon as you know you are pregnant.

CONTACT MARYLAND HEALTH CONNECTIONS

- Online at marylandhealthconnection.gov
- By calling 1-855-642-8572
- TTY users should call 711 for the Maryland relay service
- In person at a local Health Department or Office of Health and Human Services
- Find more information at <https://health.maryland.gov/mmcp/medicaid-mch-initiatives/Pages/healthybabies.aspx>

To learn more about community resources visit <https://www.coachingsaludholistica.com/marylandresources>



Centros de Embarazo en Montgomery

Descargue un plan de parto en inglés y español GRATIS visitando www.coachingsaludholistica.com



Shady Grove Pregnancy Center

16220 Frederick Rd # 118, Gaithersburg, MD 20877
301-963-6223
<https://www.pregnancy-options.org/>

Rockville Women's Center

12530 Parklawn Dr #170 Rockville, MD 20852
240-779-1585
<https://rockvillewomenscenter.com>

Centro Tepeyac

12247 Georgia Ave Silver Spring, MD 20902
301-946-1022
<https://centrotepeyac.org>

Cuidado Prenatal para no Aseguradas

A partir del 1 de julio de 2023, las personas que vivan en Maryland y no sean residentes o ciudadanos estadounidenses pueden calificar para la cobertura de Medicaid para atención prenatal y posparto según los requisitos de ingresos. Comuníquese con Maryland Health Connections hoy para presentar su solicitud. Inscríbese en Medicaid tan pronto como sepa que está embarazada.

COMUNÍQUESE CON MARYLAND HEALTH CONNECTIONS

- En línea en marylandhealthconnection.gov
- Llamando al 1-855-642-8572
- Los usuarios de TTY deben llamar al 711 para el servicio de retransmisión de Maryland
- En persona en el Departamento de Salud local o en la Oficina de Salud y Servicios Humanos
- Encuentre más información en <https://health.maryland.gov/mmcp/medicaid-mch-initiatives/Pages/healthybabies.aspx>

Para obtener más información sobre los recursos comunitarios, visite <https://www.coachingsaludholistica.com/marylandresources>

CALL 1-800-242-4942
or your local Maryland WIC office

Allegany County	301-759-5020
Anne Arundel County	410-222-6797
Baltimore City	
Health Department	410-396-9427
Johns Hopkins	410-614-4848
Baltimore County	410-887-6000
Calvert County	1-877-631-6182
Caroline County	410-479-8060
Carroll County	410-876-4898
Cecil County	410-996-5255
Charles County	301-609-6857
Dorchester County	410-479-8060
Frederick County	301-600-2507
Garrett County	301-334-7710
Grantsville Residents	301-895-3111
Harford County	410-939-6680
Howard County	410-313-7510
Kent County	410-810-0125
Montgomery County	301-762-9426
Prince George's County	
Greater Baden	301-324-1873
Greenbelt Area	301-762-9426
Health Department	301-856-9600
Queen Anne's County	443-262-4423
Somerset County	410-749-2488
St. Mary's County	1-877-631-6182
Talbot County	410-479-8060
Washington County	240-313-3335
Wicomico County	410-749-2488
Worcester County	410-749-2488



This institution is an equal opportunity provider.
0-01/06/20

wic MARYLAND
BETTER NUTRITION, BRIGHTER FUTURE



WHAT IS WIC?

1-800-242-4942 | www.mdwic.org

[f](https://www.facebook.com/MDH.WIC) [i](https://www.instagram.com/MDH.WIC) [@MDH.WIC](https://www.tiktok.com/@MDH.WIC) [/MARYLANDWIC](https://www.youtube.com/channel/UCMARIANDWIC)

THE MARYLAND WIC PROGRAM is a nutrition program for women, infants, and children that gives extra food, tips on healthy eating, breastfeeding help, and referrals for other services.

WHO CAN GET WIC?

WOMEN

- Pregnant and up to 6 weeks after pregnancy
- Postpartum women up to 6 months after baby's birth
- Breastfeeding moms up to baby's first birthday

INFANTS

- Up to their first birthday

CHILDREN

- Up to their fifth birthday

WHO CAN APPLY FOR WIC?

- You can have a job or not
- You can be married, single, or live with parents
- Fathers, mothers, grandparents, or guardians can apply for children under age 5

WHERE CAN I LIVE AND HOW MUCH MONEY OR INCOME CAN I MAKE TO GET WIC?

- You must live in the state of Maryland to be in the Maryland WIC Program
- You can only make up to a certain amount of money or income

HOW CAN I FIND OUT IF I CAN GET WIC?

The best way is to call and make an appointment at a WIC clinic near you. Phone numbers for WIC clinics can be found on the back of this brochure.

CAN I GET WIC IF I AM IN ANOTHER PROGRAM?

Yes! Some people are able to get WIC because they are in other programs like:

- Foster Care
- Medical Assistance
- SNAP or Food Stamps
- TCA (Temporary Cash Assistance)

If you are in one of these programs, call your local WIC clinic to find out if you can get WIC.



WIC HELPS WOMEN, INFANTS, AND CHILDREN EAT BETTER TO HAVE A HEALTHIER FUTURE.

WOMEN

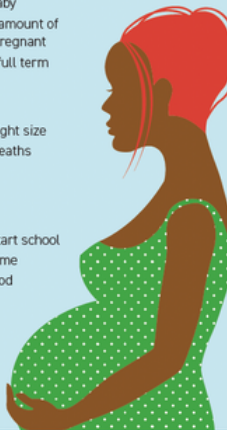
- Get to prenatal care earlier
- Eat better while pregnant and right after having baby
- Gain the right amount of weight while pregnant
- Carry baby to full term

INFANTS

- Grow better
- Are born the right size
- Fewer infant deaths

CHILDREN

- Eat better
- Grow better
- Are ready to start school
- Get shots on time
- Have good blood levels of iron



WIC IS MORE THAN FOOD.

WIC gives tips on shopping, cooking, eating well, and connects you with other health and wellness services. WIC is for a healthier Maryland. **TELL A FRIEND!**

WHAT FOODS DOES WIC GIVE AND WHY?

WIC gives foods to help you be healthy like a doctor might give medicine to make you well. Everyone gets different foods based on their needs.

WIC FOODS



- Milk
- Cheese
- Soy beverages
- Tofu
- Yogurt

FOODS WITH CALCIUM FOR STRONG BONES AND TEETH.



- Cereal
- Brown rice
- Pasta
- Soft corn or whole wheat tortillas
- Whole grain bread

GRAINS WITH IRON FOR ENERGY, AND FOLIC ACID FOR HEALTHY GROWTH.



- Fruit or vegetable juice
- Fruits and vegetables, fresh, frozen or canned

FRUITS AND VEGETABLES TO KEEP YOUR HEART AND WEIGHT HEALTHY.



- Dried or canned beans, peas, lentils
- Eggs
- Canned fish
- Peanut butter

FOODS WITH PROTEIN FOR STRONG MUSCLES AND HEALTHY SKIN.



- Baby foods
- Infant cereal

FOR INFANTS WHO BREASTFEED SOME OF THE TIME OR DO NOT BREASTFEED, WIC GIVES IRON-FORTIFIED INFANT FORMULA.

HOW DOES WIC HELP BREASTFEEDING?

A big part of WIC is to help babies have the best start in life. WIC moms are encouraged to breastfeed their babies. Pregnant women and new WIC moms get breastfeeding tips and help.

WIC BREASTFEEDING MOMS ALSO GET:

- More foods than moms who do not breastfeed
- Get WIC longer than non-breastfeeding moms
- One-on-one support from peer counselors and breastfeeding experts
- Breast pumps and other supplies as needed

BREASTFEED FOR A HEALTHY MOM AND BABY

HOW MUCH FOOD DOES WIC GIVE?

WIC gives supplemental or extra foods. The WIC Program does not give all the food you will need. You will need to buy more food than WIC gives.

YOU WILL GET AN EWIC CARD TO USE AT WIC APPROVED STORES AND FARMERS' MARKETS IN MARYLAND.

3 EASY STEPS

TO APPLY FOR MARYLAND WIC:

- 1 Find the WIC clinic near you by calling **1-800-242-4942** or visiting www.mdwic.org.
- 2 Call your WIC clinic and make an appointment.
- 3 Come to your WIC appointment with this information:

Proof of Identity. Bring **one** for each person who is applying:

- Birth certificate
- Crib card from the hospital for new babies
- Driver's license or MVA ID card
- Picture identification from the government, school, or your job
- Social Security card

Proof of household income. Bring at least one:

- Benefits letters: Child Support, SSI, Social Security, Unemployment
- Independence Card
- Medical Assistance cards for all family members
- Recent family pay stubs dated within 30 days

Proof of your address. Bring one:

- Copy of a lease
- Driver's license or MVA ID card
- Official mail like a bill or statement

Proof of pregnancy, only if pregnant.

- Bring one:
- Doctor's note
 - Pregnancy test results from a doctor or clinic
 - Sonogram

Immunization record for an infant or child under the age of 2.

LLAME AL 1-800-242-4923
o a la oficina de WIC Maryland local.

Allegheny County	301-759-5020
Anne Arundel County	410-222-6797
Baltimore City	
Health Department	410-396-9427
Johns Hopkins	410-614-4848
Baltimore County	410-887-6000
Calvert County	1-877-631-6182
Caroline County	410-479-8060
Carroll County	410-876-4898
Cecil County	410-996-5255
Charles County	301-609-6857
Dorchester County	410-479-8060
Frederick County	301-600-2507
Garrett County	301-334-7710
Grantsville Residents	301-895-3111
Harford County	410-939-6480
Howard County	410-313-7510
Kent County	410-810-0125
Montgomery County	301-762-9426
Prince George's County	
Greater Baden	301-324-1873
Greenbelt Area	301-762-9426
Health Department	301-856-9600
Queen Anne's County	443-262-4423
Somerset County	410-749-2488
St. Mary's County	1-877-631-6182
Talbot County	410-479-8060
Washington County	240-313-3335
Wicomico County	410-749-2488
Worcester County	410-749-2488

wic MARYLAND
MEJOR NUTRICIÓN, MEJOR FUTURO



¿QUÉ ES WIC?

1-800-242-4942 | www.mdwic.org

Facebook: @MDH.WIC | Twitter: @MARYLANDWIC

Esta institución es proveedora de igualdad de oportunidades.
Maryland 0-02/0430

EL PROGRAMA WIC DE MARYLAND es un programa de nutrición para mujeres, bebés y niños que da comida adicional, consejos de alimentación saludable, ayuda para dar pecho y referencia a otros servicios.

¿QUIÉN PUEDE RECIBIR WIC?

MUJERES

- Embarazadas y hasta 6 semanas después de haber dado a luz
- Mujeres puérperas, hasta 6 meses después del nacimiento del bebé
- Mujeres dando pecho hasta el primer cumpleaños del bebé

BEBÉS

- Hasta su primer cumpleaños

NIÑOS

- Hasta su quinto cumpleaños

¿QUIÉN PUEDE SOLICITAR WIC?

- Puede o no tener trabajo
- Puede estar casada, soltera o vivir con sus padres
- Padres, madres, abuelas o guardianes pueden hacer la solicitud para niños menores de 5 años de edad

¿DÓNDE PUEDO VIVIR O CUÁNTO DINERO O INGRESO PUEDO TENER PARA RECIBIR WIC?

- Debe vivir en el estado de Maryland para estar en el Programa WIC de Maryland
- Sólo puede recibir cierta cantidad de dinero o ingreso

¿CÓMO PUEDO SABER SI PUEDO RECIBIR WIC?

¡Sí! La mejor manera es llamar para hacer una cita en la clínica WIC cercana a usted. Los números de teléfono de las clínicas WIC se pueden encontrar en la parte de atrás de este folleto.

¿PUEDO RECIBIR WIC SI ESTOY EN OTRO PROGRAMA?

Algunas personas pueden recibir WIC porque están en otros programas como:

- Hogar de acogida
- Asistencia médica
- SNAP o Food Stamps
- TCA (Asistencia con efectivo temporal)

Si está en uno de estos programas, llame a su clínica de WIC local para saber si puede recibir WIC.



WIC AYUDA A MUJERES, BEBÉS Y NIÑOS A COMER MEJOR PARA TENER UN FUTURO MÁS SALUDABLE.

MUJERES

- Recibir cuidado prenatal desde más temprano
- Comer mejor mientras están embarazadas y justo después de tener el bebé
- Aumentar de peso en la cantidad adecuada cuando están embarazadas
- Contener al bebé hasta que se complete el término

BEBÉS

- Crecer mejor
- Naccer del tamaño correcto
- Menos muertes infantiles

NIÑOS

- Comer mejor
- Crecer mejor
- Estar listos para empezar la escuela
- Recibir las vacunas a tiempo
- Tener buenos niveles de hierro en la sangre



WIC ES MÁS QUE COMIDA.

WIC da consejos de compras, cocina, buena alimentación y la conecta con otros servicios de salud y bienestar. WIC es para un Maryland más saludable. ¡CUÉNTALE A UNA AMIGA!

¿QUÉ ALIMENTOS DA WIC Y POR QUÉ?

WIC le da alimentos que le ayudan a estar más saludable así como un doctor le da medicina para que esté bien. Todos reciben diferentes alimentos dependiendo de sus necesidades.

ALIMENTOS WIC



- Leche
- Queso
- Tofu
- Yogur
- Bebidas de soya

ALIMENTOS CON CALCIO PARA HUESOS Y DIENTES FUERTES.



- Cereal
- Arroz Integral
- Pastas
- Tortillas de maíces suaves o integrales
- Pan integral

GRANOS CON HIERRO PARA ENERGÍA Y ÁCIDO FÓLICO PARA CRECIMIENTO SALUDABLE.



- Jugo de frutas o vegetales
- Frutas y vegetales frescos, congelados o enlatados

FRUTAS Y VEGETALES PARA AYUDAR A TENER UN CORAZÓN Y UN PESO SALUDABLES.



- Frijol, arvejas o lentejas secas o en lata
- Huevos
- Pescado en lata
- Crema de cacahuete

ALIMENTOS CON PROTEÍNA PARA MÚSCULOS FUERTES Y PIEL SALUDABLE.



- Alimento de bebés
- Cereal para bebés

A LOS BEBÉS QUE RECIBEN PECHO POR EL MOMENTO O QUE NO SON ALIMENTADOS CON PECHO, WIC LES DA FÓRMULA FORTIFICADA CON HIERRO.

¿CÓMO AYUDA WIC CON LA LACTANCIA?

Una gran parte de lo que es WIC es ayudar a los bebés a tener el mejor inicio de su vida. Se anima a las mamás de WIC a que den pecho a sus bebés. Las mujeres embarazadas y nuevas mamás WIC reciben consejos y ayuda para la lactancia.

LAS MAMÁS WIC QUE ESTÁN LACTANDO TAMBIÉN RECIBEN:

- Más comida que las mamás que no están dando pecho
- WIC durante más tiempo que las mamás que no dan pecho
- Apoyo uno a uno de asesores pares y expertos en lactancia
- Sacaleches y otros artículos conforme lo necesitan



¿QUÉ TANTA COMIDA DA WIC?

WIC da comida complementaria o comida extra. El Programa WIC no da toda la comida que necesite. Será necesario que compre más comida aparte de la que da WIC.

RECIBIRÁ BENEFICIOS DE COMIDA PARA QUE LOS USE EN LAS TIENDAS O EN LOS MERCADOS DE PRODUCTORES EN MARYLAND APROBADOS POR WIC.

3 PASOS FÁCILES

PARA SOLICITAR WIC DE MARYLAND:

- 1 Encuentre la clínica WIC cercana a usted por medio de llamar al 1-800-242-4942 o visite www.mdwic.org.
- 2 Llame a su clínica WIC y haga una cita.
- 3 Asista a su cita con WIC con la siguiente información:

Prueba de identidad. Lleve uno para cada persona que está solicitando:

- Acta de nacimiento
- Tarjeta de cuna del hospital para recién nacidos
- Licencia de manejo o tarjeta MVA ID
- Identificación con fotografía de gobierno, escuela o del trabajo
- Tarjeta de Seguro Social

Prueba de ingresos del hogar. Lleve por lo menos uno:

- Carta de beneficios: Manutención de niños, SSI, Seguro Social, Desempleo
- Tarjeta Independence
- Tarjeta de asistencia médica para todos los miembros de la familia
- Talón de pago reciente de la familia con fecha dentro de los últimos 30 días

Prueba de dirección. Traiga uno:

- Copia de contrato de renta
- Licencia de manejo o tarjeta MVA ID
- Correo oficial cómo un recibo o estado de cuenta

Prueba de embarazo, sólo si está embarazada. Lleve uno:

- Nota del médico
- Resultados de embarazo de un doctor o una clínica
- Sonograma

Registro de vacunación para bebés o niños menores de 2 años de edad.

Your baby has you

You have **Text4baby**

Text **BABY** to **511411**

Get **FREE** messages on your cell phone through your pregnancy and baby's first year.



text4baby

A free service of
ZERO TO THREE
and Voxiva

Download our free app.



**U.S. FOOD & DRUG
ADMINISTRATION**

www.fda.gov/pregnancy



By JGI/Tom Grill



Línea Nacional
de Asistencia
a la Salud
Mental Materna

HRSA
Health Resources & Services Administration

Para apoyo, comprensión y recursos,
llama o manda texto **1-833-9-HELP4MOMS**
1-833-943-5746

Gratuita - Confidencial - 24/7



Tu bebé te tiene a ti

Tú tienes a Text4baby

Textea **BEBE** a **511411**

Recibe mensajes GRATIS en tu teléfono, que te ofrecerán ayuda durante tu embarazo y el primer año de tu bebé



Un servicio gratuito de CERO A TRES y Voxiva.

text4baby

www.text4baby.org



**U.S. FOOD & DRUG
ADMINISTRATION**

www.fda.gov/pregnancy



By JGI/Tom Grill

Línea Nacional
de Asistencia
a la Salud
Mental Materna

HRSA
Health Resources & Services Administration

Para apoyo, comprensión y recursos,
llama o manda texto **1-833-9-HELP4MOMS**
1-833-943-5746

Gratuita - Confidencial - 24/7



Generation Hope helps teen parents go to college

Apply for our Scholar Program!

Generation Hope Scholars receive:

- Scholarship of up to \$2,400/year
- Mentor dedicated to your success
- Access to free mental health support, tutoring, and career coaching
- Access to an emergency fund
- Community of other teen parents



Eligibility Requirements:

- 25 years old or under, and must be a teen parent (pregnant or parenting at 19 years old or under)
- Planning to attend or attending a nonprofit college within 50 miles of DC, seeking an Associate's or Bachelor's degree
- Must provide proof of COVID-19 vaccination by July 2023
- Open to U.S. Citizens, Permanent Legal Residents, and DACA recipients.

For any immigration status questions, please contact us.

Applications due May 1, 2023

**Questions in English or Spanish?
Contact our Scholar Recruitment
Coordinator, Madeline Hren (she/her)**

madeline@generationhope.org

(202) 642-4325

Generation Hope ayuda a los padres adolescentes ir a la universidad

¡Aplique para nuestro Programa Escolar!

Beneficios del Programa Escolar:

- Beca anual de hasta \$2,400 cada año
- Apoyo de un mentor personal
- Acceso a apoyo gratuito de salud mental, tutoría, y desarrollo profesional
- Acceso a un fondo de emergencia
- Comunidad de padres adolescentes



Requisitos de Elegibilidad:

- 25 años o menos, y ser madre o padre adolescente (embarazada o tuviste tu hijo a los 19 años o más joven).
- Asistir o planear asistir una universidad dentro de 50 millas de DC, interesada en un título de Asociado o Bachelor's.
- Mostrar documentación de vacunación contra el COVID-19 antes del julio 2023
- Ciudadano Estadounidense, Residente Permanente Legal, o tener DACA.

Preguntas sobre el estado migratorio, comuníquese con nosotros.

Aplicación disponible hasta el 1 de mayo

**Preguntas en Inglés/Español? Contacto
Madeline Hren, Coordinadora de Reclutamiento**

madeline@generationhope.org

o llama (202) 642-4325



**Coaching
Salud
Holistica**

Community Clinics

Please schedule your appointment well in advance to prevent a medical crisis. These clinics accept everyone with and without insurance. You will need to provide identification, proof of address, income, and all additional documents listed when the appointment was made.



**Holy Cross Hospital Health Center
301-557-19501
Connecticut Avenue, Suite 100 Aspen Hill,
MD 20906**

**Mobile Medical Care- St. Mary Magdalene
Episcopal Church
301-493-2400
3820 Aspen Hill Road Aspen Hill**

**Holy Cross Health Center
301-557-1832
Russell Avenue, Suite 100 Gaithersburg**

**Mercy Health Clinic
240-773-03227
Metropolitan Court, Suite 1 Gaithersburg**

**Mobile Medical Care - Episcopal Church of
the Ascension 301-493-2400202
South Summit Avenue Gaithersburg**

**Holy Cross Health Center
301-557-2140
12800 Middlebrook Road, Suite 206
Germantown**

**Mobile Medical Care - The Upcounty Clinic
301-493-2400
19735 Germantown Road Germantown,
MD 20874**

**Proyecto Salud - Medstar Montgomery
General Hospital Campus
301-260-1073
Prince Philip Drive, Suite 312 Olney, MD
20832**



**Coaching
Salud
Holística**

Clínicas Comunitarias

Programe su cita con suficiente anticipación para prevenir una crisis médica. Estas clínicas aceptan a todas personas sin y con seguro.

Deberá proporcionar identificación, comprobante de domicilio, ingresos y todos los documentos adicionales mencionados cuando se hizo la cita.



**Holy Cross Hospital Health Center
301-557-19501
Connecticut Avenue, Suite 100 Aspen Hill,
MD 20906**

**Mobile Medical Care- St. Mary Magdalene
Episcopal Church
301-493-2400
3820 Aspen Hill Road Aspen Hill**

**Holy Cross Health Center
301-557-1832
Russell Avenue, Suite 100 Gaithersburg**

**Mercy Health Clinic
240-773-03227
Metropolitan Court, Suite 1 Gaithersburg**

**Mobile Medical Care - Episcopal Church of
the Ascension 301-493-2400202
South Summit Avenue Gaithersburg**

**Holy Cross Health Center
301-557-2140
12800 Middlebrook Road, Suite 206
Germantown**

**Mobile Medical Care - The Upcounty Clinic
301-493-2400
19735 Germantown Road Germantown,
MD 20874**

**Proyecto Salud - Medstar Montgomery
General Hospital Campus
301-260-1073
Prince Philip Drive, Suite 312 Olney, MD
20832**



Coaching
Salud
Holistica

Community Clinics

Please schedule your appointment well in advance to prevent a medical crisis. These clinics accept everyone with and without insurance. You will need to provide identification, proof of address, income, and all additional documents listed when the appointment was made.



Mobile Medical Care - Ibn Sina Clinic at
Islamic Education Center
301-493-2400
7917 Montrose Road Potomac

Mansfield Kaseman Health Clinic -
Community Ministries of Rockville
301-917-6800
8 West Middle Lane Rockville

Mobile Medical Care - Women's Clinic
301-493-2400
1500 East Gude Drive Rockville, MD 20850

CCI Health & Wellness Services
8630 Fenton Street, 12 th Floor Silver
Spring, MD 20910
866-877-7258

Holy Cross Health Center
301-557-1870
7987 Georgia Avenue Silver Spring

Mary's Center Clinic
240-485-3160
8709 Flower Avenue Silver Spring

Mobile Medical Care - East Montgomery
301-493-2400
3300 Briggs Chaney Road Silver Spring

Mobile Medical Care - Long Branch
301-493-2400
8700 Piney Branch Road Silver Spring

Muslim Community Center Medical Clinic
301-384-2166
15200 New Hampshire Avenue Silver Spring

CCI Health & Wellness Services
866-877-7258
7676 New Hampshire Avenue Suite 220
Takoma Park



Coaching
Salud
Holística

Clínicas Comunitarias

Programe su cita con suficiente anticipación para prevenir una crisis médica. Estas clínicas aceptan a todas personas sin y con seguro.

Deberá proporcionar identificación, comprobante de domicilio, ingresos y todos los documentos adicionales mencionados cuando se hizo la cita.



Mobile Medical Care - Ibn Sina Clinic at
Islamic Education Center
301-493-2400
7917 Montrose Road Potomac

Mansfield Kaseman Health Clinic -
Community Ministries of Rockville
301-917-6800
8 West Middle Lane Rockville

Mobile Medical Care - Women's Clinic
301-493-2400
1500 East Gude Drive Rockville, MD 20850

CCI Health & Wellness Services
8630 Fenton Street, 12 th Floor Silver
Spring, MD 20910
866-877-7258

Holy Cross Health Center
301-557-1870
7987 Georgia Avenue Silver Spring

Mary's Center Clinic
240-485-3160
8709 Flower Avenue Silver Spring

Mobile Medical Care - East Montgomery
301-493-2400
3300 Briggs Chaney Road Silver Spring

Mobile Medical Care - Long Branch
301-493-2400
8700 Piney Branch Road Silver Spring

Muslim Community Center Medical Clinic
301-384-2166
15200 New Hampshire Avenue Silver Spring

CCI Health & Wellness Services
866-877-7258
7676 New Hampshire Avenue Suite 220
Takoma Park



**Coaching
Salud
Holistica**

Community Clinics

Please schedule your appointment well in advance to prevent a medical crisis. These clinics accept everyone with and without insurance. You will need to provide identification, proof of address, income, and all additional documents listed when the appointment was made.



Health Project
301-962-6173
11002 Veirs Mill Road, Suite 700 Wheaton

Adventist Health Care Medical Group
Jose Bonelli, MD (Spanish-speaking)
Accepts patients without and with insurance.

301-608-3833
8807 Colesville Road Second Floor Silver Spring

Luz Lopez-Correa, MD
Only accepts patients without insurance.
301-681-5111 | Wednesday
11120 New Hampshire Ave #205 Silver Spring MD, 20904



FREE MEDICAL CLINIC

SPECIALTIES

- Primary Care
- Chronic Disease Management
- Weight Loss Management
- Obesity

LOCATION
Aastha Adult Medical Day Care
12210 Plum Orchard Dr., Suite 214, Silver Spring, MD

CLINIC DAYS
Walk-ins
Saturdays and Sundays
No appointment needed

CLINIC HOURS
10 AM-2 PM





**Coaching
Salud
Holística**

Clínicas Comunitarias

Programe su cita con suficiente anticipación para prevenir una crisis médica. Estas clínicas aceptan a todas personas sin y con seguro.

Deberá proporcionar identificación, comprobante de domicilio, ingresos y todos los documentos adicionales mencionados cuando se hizo la cita.



Proyecto Salud
301-962-6173
11002 Veirs Mill Road, Suite 700 Wheaton

Adventist Health Care Medical Group
Jose Bonelli, MD (Habla Español)
Acepta pacientes sin y con seguro.
301-608-3833
8807 Colesville Road Second Floor Silver Spring

Luz Lopez-Correa. MD
Solo acepta pacientes sin seguro.
301-681-5111 | Miércoles
11120 New Hampshire Ave #205 Silver Spring MD, 20904



FREE MEDICAL CLINIC

SPECIALTIES

- Primary Care
- Chronic Disease Management
- Weight Loss Management
- Obesity

LOCATION
Aastha Adult Medical Day Care
12210 Plum Orchard Dr., Suite 214, Silver Spring, MD

CLINIC DAYS
Walk-ins
Saturdays and Sundays
No appointment needed

CLINIC HOURS
10 AM-2 PM





**Coaching
Salud
Holistica**

Reproductive Health Services



**Planned Parenthood
19650 Clubhouse RD #101 Gaithersburg,
MD 20886
301-208-1300
Sitio Web: www.plannedparenthood.org**

Mon	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Tues	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Wed	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Thurs	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Fri	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Sat	Closed
Sun	Closed

BEWARE NO MATTER WHAT

Planned Parenthood is one of the nation's leading providers of high-quality, affordable health care, and the nation's largest provider of sex education. With or without insurance, you can always turn to us for your health care.

LANGUAGE AND INTERPRETERS

English, Spanish, Telephone interpretation available for other languages. Let us know if you need an interpreter when you make your appointment. Arrangements can be made for interpretation. Prior notice is requested to ensure availability at the time of the appointment.

SERVICES OFFERED:

- Abortion birth control
- HIV services
- Men's health care
- Women's health care
- Emergency contraception
- Pregnancy Testing and Services STD Testing, Treatment, and Immunizations
- Transgender Hormone Therapy
- You can fill your birth control prescriptions at our health center instead of the pharmacy. Birth control refills are available during business hours with a current prescription on file. Calling ahead will decrease wait time.
- You can come to us for services that do not require a medical exam. For example, birth control education and supplies; emergency contraception (also known as the morning after pill); pregnancy tests and counseling; STD tests, and tests and treatments for urinary tract infections.



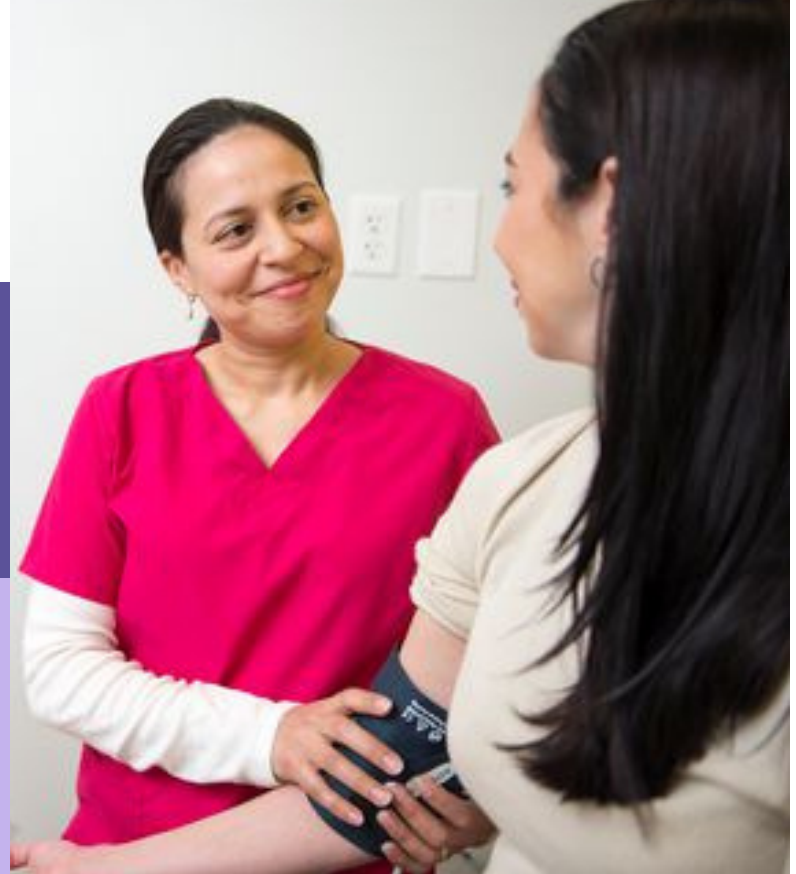
Coaching
Salud
Holística

Servicios de Salud Reproductiva

Planned Parenthood

1965 Clubhouse RD #101 Gaithersburg,
MD 20886
301-208-1300

Sitio Web: www.plannedparenthood.org



Mon	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Tues	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Wed	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Thurs	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Fri	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Sat	Closed
Sun	Closed

CUIDADO NO IMPORTA QUÉ

Planned Parenthood es uno de los principales proveedores de atención médica asequible y de alta calidad del país, y el mayor proveedor de educación sexual del país. Con o sin seguro, siempre puede acudir a nosotros para el cuidado de su salud.

IDIOMA E INTÉRPRETES

Inglés, Español, Interpretación telefónica disponible para otros idiomas. Infórmenos si necesita un intérprete cuando programe su cita. Se pueden hacer arreglos para la interpretación. Se solicita aviso previo para asegurar la disponibilidad en el momento de la cita.

SERVICIOS OFRECIDOS:

- Aborto Control de la natalidad
- Servicios de VIH
- Cuidado de la salud de los hombres
- Cuidado de la salud de la mujer
- Anticoncepción de emergencia
- Servicios y pruebas de embarazo Pruebas, tratamiento y vacunas de ETS
- Terapia hormonal transgénero
- Puede surtir sus recetas de control de la natalidad en nuestro centro de salud en lugar de la farmacia. Los reabastecimientos de control de la natalidad están disponibles durante el horario comercial con una receta actual en el archivo. Llamar con anticipación disminuirá el tiempo de espera.
- Puede venir a nosotros para servicios que no requieren un examen médico. Por ejemplo, educación y suministros para el control de la natalidad; anticoncepción de emergencia (también conocida como la píldora del día después); pruebas de embarazo y asesoramiento; Pruebas de ETS, y pruebas y tratamientos para infecciones del tracto urinario.



**Coaching
Salud
Holistica**

Reproductive Health Services



Mary's Center
344 University Blvd. West, Silver Spring,
MD 20901
Para Hacer Cita: 844-796-2797
Sitio Web: <https://www.maryscenter.org>

Insurance

We accept most insurance plans, including Medicaid and Medicare. If you don't have health insurance, we'll help you apply for public benefits or provide discounted care.

Sexual Health Clinic

Our sexual health clinic is open to existing and new clients, has no registration process, does not require insurance, and has no access restrictions.

We offer FREE HIV and STI tests on the same day. If you test positive, we can provide same-day treatment for certain STIs for you and your partner. We can connect you with HIV care, labs and medication if needed. We can also help you get started on PrEP or refill your current prescription.

Hours: 9:00 am-5:00 pm Monday to Friday

Location: Petworth Health Center

Contact Us

Mary's Center is ready to partner with you on your journey to health. Feel free to contact us using the information below.

Please call before coming in so we can determine the safest way to evaluate and treat you at this time.

Call 202-699-2163 to speak with an English-speaking sexual health coordinator.

Call 202-744-1971 to speak with a Spanish-speaking Sexual Health Coordinator.

To contact our HIV care navigation team, please email BeSafeBeSure@maryscenter.org

Please contact us if you need help applying for Ryan White coverage or for more information on the AIDS Drug Assistance Program (ADAP) and various other HIV drug discount programs.



**Coaching
Salud
Holística**

Servicios de Salud Reproductiva

Mary's Center

344 University Blvd. West, Silver Spring,
MD 20901

Para Hacer Cita: 844-796-2797

Sitio Web: <https://www.maryscenter.org>



Seguro

Aceptamos la mayoría de los planes de seguro, incluidos Medicaid y Medicare. Si no tiene seguro médico, lo ayudaremos a solicitar beneficios públicos o brindarle atención con descuento.

Clínica de Salud Sexual

Nuestra clínica de salud sexual está abierta a clientes existentes y nuevos, no tiene proceso de registro, no requiere seguro y no tiene restricciones de acceso.

Ofrecemos pruebas de VIH e ITS GRATIS el mismo día. Si recibe un resultado positivo, podemos brindar tratamiento el mismo día para ciertas ITS para usted y su pareja.

Podemos conectarlo con atención, laboratorios y medicamentos para el VIH si es necesario. También podemos ayudarlo a comenzar con la PrEP o renovar su receta actual.

Horario: 9:00 am-5:00 pm lunes a viernes

Ubicación: Centro de Salud de Petworth

Contáctenos

Mary's Center está listo para asociarse con usted en su camino hacia la salud. No dude en comunicarse con nosotros utilizando la información a continuación.

Llame antes de ingresar para que podamos determinar la forma más segura de evaluarlo y tratarlo en este momento.

- Llame al 202-699-2163 para hablar con un coordinador de salud sexual de habla inglesa.
- Llame al 202-744-1971 para hablar con un Coordinador de Salud Sexual de habla hispana.
- Para comunicarse con nuestro equipo de navegación de atención del VIH, envíe un correo electrónico a BeSafeBeSure@maryscenter.org

Comuníquese si necesita ayuda para solicitar la cobertura de Ryan White o para obtener más información sobre el Programa de asistencia para medicamentos contra el SIDA (ADAP) y varios otros programas de descuento para medicamentos contra el VIH.



Coaching
Salud
Holistica

Reproductive Health Services

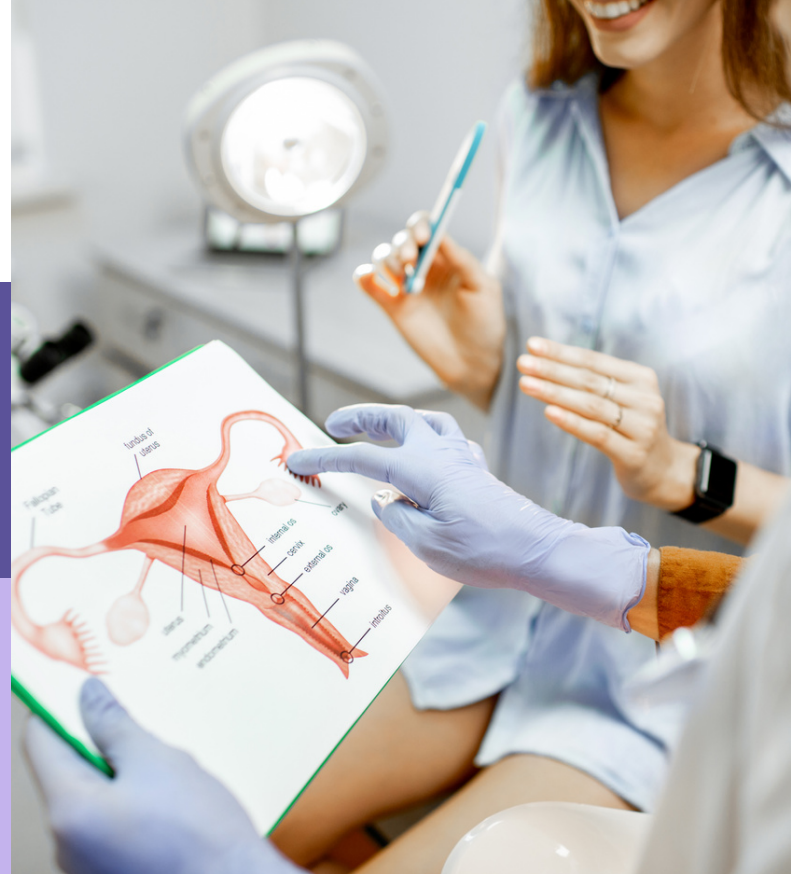
CCI Health

Silver Spring, Gaithersburg, Takoma Park

Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

Para Cita: 866-877-7258

Sitio Web: <https://cciweb.org>



CCI offers quality, specialized women's health services that fit your needs and goals, no matter where you are in life right now. Our comprehensive approach to health care will keep you happy, healthy, and empowered to live your best life.

Obstetrics and Gynecology (OB/GYN)

Our health centers offer any service or support you may need in obstetrics and gynecology, including:

- Routine checkups
- Diagnostic services
- Gynecology surgeries
- Cancer screenings
- Menopause services
- Prenatal care
- Disease prevention and education

Have a question about our OB/GYN services? Give us a call at (866) 877-7258 and let us know how we can help you.

Family planning

CCI offers a range of family planning services because you have the right to decide when or if you want to have children.

Our family planning services include:

- Birth control counseling (including methods based on fertility awareness OR including natural family planning)
- Pregnancy tests and advice on options
- Services to achieve pregnancy (health before conception)
- Abstinence education
- Emergency contraception (Plan B)

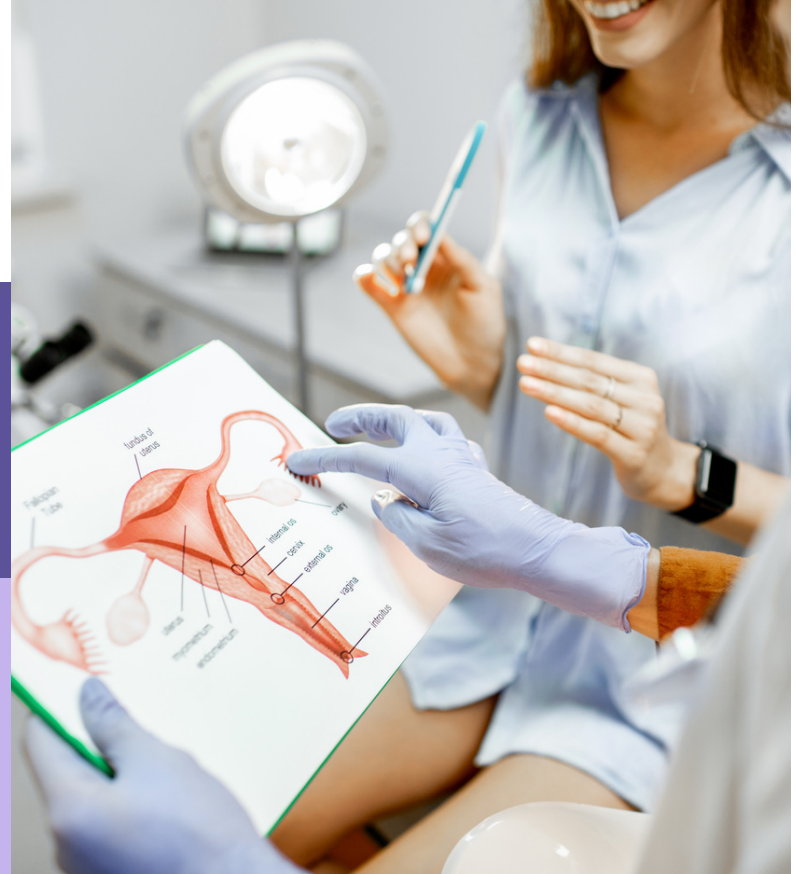


**Coaching
Salud
Holística**

Servicios de Salud Reproductiva

CCI Health

Silver Spring, Gaithersburg, Takoma Park
Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM
Para Cita: 866-877-7258
Sitio Web: <https://cciweb.org>



CCI ofrece servicios de salud de la mujer especializados y de calidad que se ajustan a sus necesidades y objetivos, sin importar en qué etapa de la vida se encuentre en este momento. Nuestro enfoque integral de la atención médica lo mantendrá feliz, saludable y capacitado para vivir su mejor vida.

Obstetricia y ginecología (OB/GYN)

Nuestros centros de salud ofrecen cualquier servicio o apoyo que pueda necesitar en obstetricia y ginecología, incluyendo:

- Chequeos de rutina
- Servicios de diagnóstico
- Cirugías de ginecología
- Exámenes de detección de cáncer
- Servicios de menopausia
- Cuidado prenatal
- Prevención y educación de enfermedades

¿Tiene alguna pregunta sobre nuestros servicios de obstetricia y ginecología?

Llámenos al (866) 877-7258 y háganos saber cómo podemos ayudarlo.

Planificación familiar

CCI ofrece una gama de servicios de planificación familiar porque usted tiene derecho a decidir cuándo o si desea tener hijos.

Nuestros servicios de planificación familiar incluyen:

- Asesoramiento sobre control de la natalidad (incluidos los métodos basados en el conocimiento de la fertilidad o incluida la planificación familiar natural)
- Pruebas de embarazo y asesoramiento sobre opciones
- Servicios para lograr el embarazo (salud antes de la concepción)
- Educación sobre la abstinencia
- Anticoncepción de emergencia (Plan B)

Find Low-Cost Contraception In Central Maryland & DC

Encuentre Anticonceptivos de Bajo Costo en el Centro de Maryland y DC

Please note that each of these community clinics may also provide a wide variety of services like screenings, primary care, pediatric services, and prenatal care. Call to ask what services this clinic provides to make an appointment.
Tenga en cuenta que cada una de estas clínicas comunitarias también puede brindar una amplia variedad de servicios como exámenes de detección, atención primaria, servicios pediátricos y atención prenatal. Llame para preguntar qué servicios brinda esta clínica para programar una cita.

PLANNED PARENTHOOD

Anne Arundel

929 West Suite 200
Annapolis, MD 21401
410-576-1414

Baltimore

1866 Reisterstown Road, Suite D
Pikesville, MD 21208
410-576-1414

Baltimore City

330 North Howard Street
Baltimore, MD 21201
410-576-1414

Frederick

170 Thomas Johnson Dr
Frederick, MD 21702
410-576-1414

Montgomery

19650 Clubhouse Road #101
Gaithersburg, MD 20886
240-563-1220

Prince George

5001 Silver Hill Road Suite #103
Suitland, MD 20746
240-563-1220

Washington, DC

1225 4th St. NE
Washington, DC 20002
202-347-8512

CCI HEALTH SERVICES

Montgomery

220 Girard St. Suite 100
Gaithersburg, MD 20877
866-877-7258

2 Taft Court

Rockville, MD 20850
866-877-7258

8630 Fenton Street
Silver Spring, MD 20910
866-877-7258

7676 New Hampshire Ave
2nd Flood
Takoma Park, MD 20912
866-877-7258

2730 University Blvd West
Wheaton, MD 20902
866-877-7258

Prince George

9220 Springhill Lane
Greenbelt, MD 20770
866-877-7258

7474 Greenway Center Dr
Greenbelt, MD 20770
866-877-7258

ELAINE ELLIS CENTER OF HEALTH

Prince George

10001 Rhode Island Ave
College Park, MD 20740
301-441-1605

Washington, DC

1627 Kenilworth Ave, NE,
Washington DC 20019
202-803-2340

GREATER BADEN MEDICAL SERVICES

Prince George

7450 Albert Rd
Brandywine, MD 20613
301-888-2233

1458 Addison Rd S
Capital Heights, MD 20743
301-888-2233

1442 Addison Rd S
Capital Heights, MD 20743
301-888-2233

Find Low-Cost Contraception In Central Maryland & DC

Encuentre Anticonceptivos de Bajo Costo en el Centro de Maryland y DC

Please note that each of these community clinics may also provide a wide variety of services like screenings, primary care, pediatric services, and prenatal care. Call to ask what services this clinic provides to make an appointment.
Tenga en cuenta que cada una de estas clínicas comunitarias también puede brindar una amplia variedad de servicios como exámenes de detección, atención primaria, servicios pediátricos y atención prenatal. Llame para preguntar qué servicios brinda esta clínica para programar una cita.

MARY'S CENTER

Montgomery

Silver Spring
344 University Blvd West
Silver Spring, MD 20901
844-796-2797

Prince George

Adelphi
8908 Riggs Rd
Adelphi, MD 20783
844-796-2797

Washington, DC

Adams Morgan
2333 Ontario Rd NW
Washington, DC 20009
844-796-2797

Fort Totten
100 Gallatin St NE
Washington, DC 20011
844-796-2797

Petworth
3912 Georgia Ave NW
Washington, DC 20011
844-796-2797

LA CLÍNICA DEL PUEBLO

Prince George

2970 Belcrest Center Dr Suite
301 4th Floor
Hyattsville, MD 20782
240-714-5247

Washington, DC

2831 15th St NW
Washington, DC 20009
202-462-4788

3166 Mt Pleasant St. NW
Washington, DC 20010
202-464-0158

BALTIMORE MEDICAL SYSTEM

Baltimore

900 S. Caton Avenue
Baltimore, MD 21229
443-703-3200

HIGHLANDTOWN HEALTHY LIVING CENTER

Baltimore

3700 Fleet Street, Suite 200
Baltimore, MD 21224
410-558-4900

CHASE BREXTON HEALTH CARE

Anne Arundel

200 Hospital Dr Suite 300
Glen Burnie, MD 21061
410-837-2050

Baltimore

3510 Brenbrook Dr
Randallstown, MD 21133
410-837-2050

1111 North Charles St
Baltimore, MD 21201
410-837-2050

Howard

5500 Knoll N Dr Suite 370
Columbia, MD 21045
410-837-2050

Find Low-Cost Contraception In Central Maryland & DC

Encuentre Anticonceptivos de Bajo Costo en el Centro de Maryland y DC

Please note that each of these community clinics may also provide a wide variety of services like screenings, primary care, pediatric services, and prenatal care. Call to ask what services this clinic provides to make an appointment.
Tenga en cuenta que cada una de estas clínicas comunitarias también puede brindar una amplia variedad de servicios como exámenes de detección, atención primaria, servicios pediátricos y atención prenatal. Llame para preguntar qué servicios brinda esta clínica para programar una cita.

COUNTY COMMUNITY HEALTH CENTERS - CENTROS DE SALUD COMUNITARIOS DEL CONDADO

Baltimore & Baltimore City

Baltimore Highlands-Landsdowne
Health Center
3902 Annapolis Road
Baltimore, Maryland 21227
410-887-1003

Dundalk Health Center
7700 Dunmanway
Baltimore, MD 21222
410-887-7182

Eastern Family Resource Center
9140 Franklin Square Dr
Rosedale, MD 21237
410-887-6452

Essex Health Center
201 Back River Neck Rd
Baltimore, MD 21221
410-887-0246

Hannah More Health Center
12035 Reisterstown Rd
Reisterstown, MD 21136
410-887-1152

Liberty Family Resource Center
3525 Resource Dr
Randallstown, MD 21133
410-887-0607

Woodlawn
6901 Security Blvd Suite 100
Baltimore, MD 21244
(Entrance located in the rear of
the mall)
410-887-1332

Mt. Vernon Center
1111 N. Charles Street
Baltimore, MD 21201
410-837-2050

Family Health Centers of
Baltimore
Interpreter services.
631 Cherry Hill Road
Baltimore, MD 21225
410-354-2000

Lansdowne Health Center
Interpreter services.
3902 Annapolis Road
Baltimore, MD 21227
410-887-1003

Westside Health Center
2449 W. Frederick Avenue
Baltimore, MD 21223
410-383-8300

University of Maryland Center
Interpreter services.
120 Penn Street
Baltimore, MD 21201
410-328-8336

Druid Family Planning Clinic (West
Baltimore)
1515 W. North Avenue
Baltimore, MD 21217
410-396-0185

Eastern Family Planning Clinic
1200 E. Fayette Street
Baltimore, MD 21202
410-396-9401

Howard

Columbia Health Center
8930 Stanford Blvd
Columbia, MD 21045
410-313-7500

Condom Distribution Program
The program offers FREE safer sex
supplies, including condoms,
lubricants, internal condoms, and
dental dams, to all Howard County
residents.
[https://www.surveymonkey.com/r/
HS-CondomDistributionProgram](https://www.surveymonkey.com/r/HS-CondomDistributionProgram)

Prince George

Cheverly Health Center
Family Health Services Division
Prince George's County Health
Department
3003 Hospital Drive, Suite 2022
Cheverly, Maryland 20785
301-583-3340

Find Low-Cost Contraception In Central Maryland & DC

Encuentre Anticonceptivos de Bajo Costo en el Centro de Maryland y DC

Please note that each of these community clinics may also provide a wide variety of services like screenings, primary care, pediatric services, and prenatal care. Call to ask what services this clinic provides to make an appointment.
Tenga en cuenta que cada una de estas clínicas comunitarias también puede brindar una amplia variedad de servicios como exámenes de detección, atención primaria, servicios pediátricos y atención prenatal. Llame para preguntar qué servicios brinda esta clínica para programar una cita.

COLUMBIA CENTER

Howard

5500 Knoll North Drive, Suite 370
Columbia, MD 21045
410-837-2050

BAY COMMUNITY HEALTH

Anne Arundel

134 Owensville Road
West River, MD 20778
410-867-4700

6131 Shady Side Road
Shady Side, MD 20764
410-867-4700

LUMINIS HEALTH

Anne Arundel

1419 Forest Drive, Suite 100
Annapolis, MD 21403
410-990-0050

2003 Medical Parkway, Suite G50
Annapolis, MD 21401
443-481-4400

2000 Medical Parkway, Suite 309
Annapolis, MD 21401
410-224-1133

BALTIMORE MEDICAL SYSTEM

Baltimore

BMS at Yard 56
5525 Eastern Avenue, Suite 201
Baltimore, MD 21224

Belair-Edison
3120 Erdman Avenue
Baltimore, MD 21213
(410) 558-4800

East Baltimore Medical Center
1000 E. Eager Street
Baltimore, MD 21202

Highlandtown
3700 Fleet Street, Ste. 200
Baltimore, MD 21224
(410) 558-4900

Rosedale
9520 Philadelphia Road
Rosedale, MD 21237
(410) 558-4700

Saint Agnes
900 S. Caton Avenue
Baltimore, MD 21229
Parking Lot B

AbsoluteCare Inc.
1040 Park Ave Ste 200
Baltimore, MD 21201

Prince George

AbsoluteCARE of MD2, LLC
7501 Greenway Center Dr, Ste 600
Greenbelt, MD 20770

Abortion Services In Central Maryland & DC

Servicios de aborto en el centro de Maryland y DC

Please note that each of these community clinics may also provide a wide variety of services like screenings, primary care, pediatric services, and prenatal care. Call to ask what services this clinic provides to make an appointment.
Tenga en cuenta que cada una de estas clínicas comunitarias también puede brindar una amplia variedad de servicios como exámenes de detección, atención primaria, servicios pediátricos y atención prenatal. Llame para preguntar qué servicios brinda esta clínica para programar una cita.

PLANNED PARENTHOOD

Anne Arundel

929 West Suite 200
Annapolis, MD 21401
410-576-1414

Baltimore

1866 Reisterstown Road, Suite D
Pikesville, MD 21208
410-576-1414

Baltimore City

330 North Howard Street
Baltimore, MD 21201
410-576-1414

Frederick

170 Thomas Johnson Dr
Frederick, MD 21702
410-576-1414

Montgomery

19650 Clubhouse Road #101
Gaithersburg, MD 20886
240-563-1220

Prince George

5001 Silver Hill Road Suite #103
Suitland, MD 20746
240-563-1220

Washington, DC

1225 4th St. NE
Washington, DC 20002
202-347-8512

POTOMAC FAMILY PLANNING

Montgomery

966 Hungerford Dr Suite 24
Rockville, MD 20850
301-251-9124

Baltimore

5602 Baltimore National Pike
Suite 600
Catonsville, MD 21228
410-788-4400

ROCKVILLE WOMEN'S CENTER

Montgomery

12530 Parklawn Dr, Suite 170
Rockville, MD 20852
240-779-1585

CARE

Montgomery

10401 Old Georgetown Rd Suite 104
Bethesda, MD 20814
301-517-6810

CARAFEM

Montgomery

5530 Wisconsin Ave Suite 1200
Chevy Chase, MD 20815
(855) 729-2272

SILVER SPRING GYNECOLOGY & FAMILY PLANNING

Montgomery

7676 New Hampshire Ave
Floor level 3, Suite 318
Takoma Park, MD 20912
240-691-4390

METROPOLITAN FAMILY PLANNING CLINIC

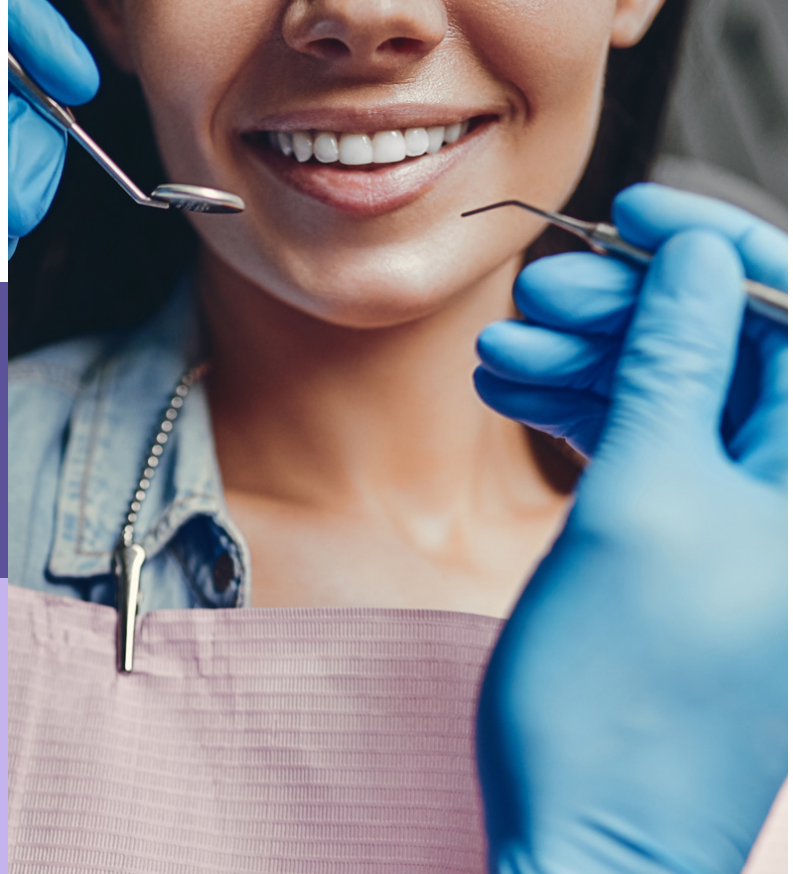
Montgomery

9063 Shady Grove Court
Gaithersburg, MD 20877
301-921-0077

5915 Greenbelt Road
College Park, MD 20740
301-474-5300



**Coaching
Salud
Holistica**



Dental Services

If you have insurance, call your insurance company for a list of providers that accept your insurance.

Montgomery Cares and Montgomery Care for Kids help with dental services, apply by visiting your local health department. Below are low-cost dental clinics that accept the uninsured.

CCI Health
200 Girard St. Suite 206 Gaithersburg, MD
208777
240-720-0510
Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

CCI Health
8630 Fenton St. Suite 1200 Silvers Spring,
MD 20910
301-585-1250
Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

Department of Health and Human Dental
Services
1401 Rockville Pike, 3rd floor, Rockville, MD
240-777-1875
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m

Silver Spring Dental Clinic
8630 Fenton Street, 10th floor, Silver Spring,
MD
240-777-3135
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m

Germantown Dental
Clinic 12900 Middlebrook Road, 2nd floor,
Germantown, MD
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m
240-777-3290

Metro Court Dental Clinic
Metropolitan Court, Gaithersburg, MD
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m
240-773-0304

Howard University Dental School Clinic
600 W St NW, Washington DC 20059
202-806-0008

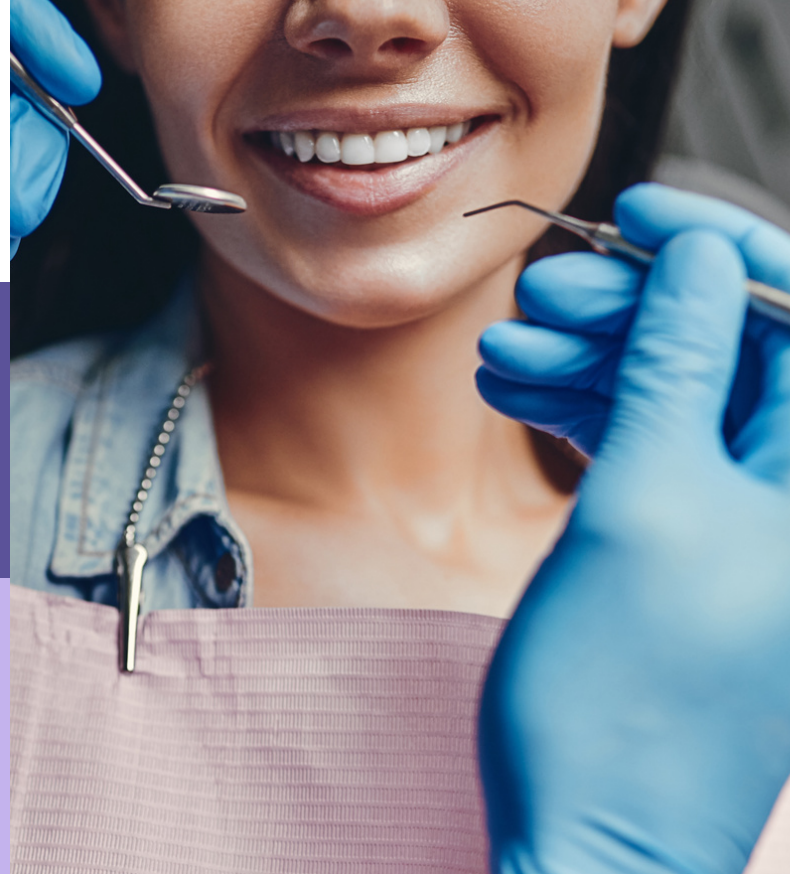
Howard University Hospital Clinic
2041 Georgia Ave NW #4c Washington, DC
20060
202-865-1461



Coaching
Salud
Holística

Servicios Dentales

Si tiene seguro, llame a su compañía de seguros para obtener una lista de los proveedores que aceptan su seguro. Montgomery Cares y Montgomery Care for Kids ayudan con los servicios dentales, solicite visitando el departamento de salud local. A continuación encontrará clínicas dentales de bajo costo que aceptan personas sin seguro.



CCI Health
200 Girard St. Suite 206 Gaithersburg, MD
208777
240-720-0510
Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

CCI Health
8630 Fenton St. Suite 1200 Silvers Spring,
MD 20910
301-585-1250
Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

Department of Health and Human Dental
Services
1401 Rockville Pike, 3rd floor, Rockville, MD
240-777-1875
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m

Silver Spring Dental Clinic
8630 Fenton Street, 10th floor, Silver Spring,
MD
240-777-3135
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m

Germantown Dental
Clinic 12900 Middlebrook Road, 2nd floor,
Germantown, MD
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m
240-777-3290

Metro Court Dental Clinic
Metropolitan Court, Gaithersburg, MD
Lunes - Viernes 8 a.m. to 4 p.m
240-773-0304

Howard University Dental School Clinic
600 W St NW, Washington DC 20059
202-806-0008

Howard University Hospital Clinic
2041 Georgia Ave NW #4c Washington, DC
20060
202-865-1461

FREE OR LOW-COST CANCER SCREENING

Residents of Maryland, Virginia, D.C.



Breast and Cervical Cancer Screening Program

Free exams, including mammograms for eligible women. For more information:

- Montgomery County residents call 240-777-1750
- Residents of Prince George's County call (301) 552-7724
- Baltimore County residents call (410) 887-3456
- Other Maryland residents call (800) 477-9774
- Or visit http://phpa.dhmf.maryland.gov/cancer/Pages/bccdt_home.aspx

Rosemary Williams' Mammoday Program at Howard University

All men 50 and older with Medicare are free mammograms for eligible, uninsured women
For more information:
Call (202) 865-4655

Maryland Colorectal Cancer Control Program

Free evaluation for eligible Maryland residents. For more information:

- Montgomery County residents call 240-777-1750
- Residents of Prince George's County call (240) 542-3380
- Baltimore County residents call (410) 877-3456
- Other Maryland residents call (800) 477-9774
- Or visit http://phpa.dhmf.maryland.gov/cancer/Pages/crc_home.aspx

Men Take Ten Prostate Cancer Early Detection and Education Program

Free prostate cancer screening for men ages 40-75 in the DC metro area.

Offered every third Wednesday of the month by appointment only at the Howard University Cancer Center, Suite B125 For more information:
Call (202) 865-4653

EXAMEN GRATUITO O A BAJO COSTO DE DETECCIÓN DE CÁNCER

Residentes de Maryland, Virginia, DC



Programa de detección de cáncer de mama y de cuello uterino

Exámenes gratuitos, incluidas mamografías para mujeres elegibles. Para más información:

- Los del condado de Montgomery llamen 240-777-1750
- Los del condado de Prince George llamen al (301) 552-7724
- Los del condado de Baltimore llamen al (410) 887-3456
- Otros de Maryland llamen al (800) 477-9774
- O visite

http://phpa.dhmf.maryland.gov/cancer/Paginas/bccdt_home.aspx

El programa Mammoday de Rosemary Williams en la Universidad de Howard

Todos los hombres de 50 años o más con Medicare reciben mamogramas gratuitos y mujeres sin seguro

Para más información:

Llamar (202) 865-4655

Programa de control del cáncer colorrectal de Maryland

Evaluación gratuita para los residentes elegibles de Maryland.

Para más información:

- Los del condado de Montgomery llamen 240-777-1750
- Los del condado de Prince George llamen al (240) 542-3380
- Los del condado de Baltimore llamen al (410) 877-3456
- Otros Maryland llamen al (800) 477-9774
- O visite

http://phpa.dhmf.maryland.gov/cancer/Pages/crc_home.aspx

Men Take Ten Programa de Educación y Detección Temprana del Cáncer de Próstata

Examen de detección de cáncer de próstata gratuito para hombres de 40 a 75 años en el área metropolitana de DC.

Se ofrece cada tercer miércoles del mes solo con cita previa en el Howard University Cancer Center, Suite B125 Para obtener más información: Llamar (202) 865-4653



**Coaching
Salud
Holistica**



Breast and Cervix Screening

If you have insurance, call your insurance company to find a list of providers in their network. See below for a list of programs and clinics that provide free and low-cost cancer screening services for breast and cervical cancer.

Free exams, including mammograms for eligible women. For more information:
Residents of Prince George's County call (301) 552-7724
Baltimore County residents call (410) 887-3456
Other Maryland residents call (800) 477-9774
or visit
http://phpa.dhmh.maryland.gov/cancer/Pages/bccdt_home.aspx

Women's Cancer Control Program—
240-777-1750 | 1-877-463-3464
Provides breast and cervical cancer education, screening, and follow-up for eligible women (ages 40-64).
Hours of operation: from 8:00 a.m. to 5:00 p.m. m. to 4:00 p.m. m., Monday through Friday.

CCI Health
Monday - Friday 8 AM - 4:30 PM
For Appointment: 866-877-7258

Planned Parenthood
1-800-230-7526 | 301-208-1300
Low-cost breast and cervix screening.
19650 Clubhouse RD #101 Gaithersburg, MD 20886

Mon	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Tues	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Wed	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Thurs	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Fri	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Sat	Closed
Sun	Closed



**Coaching
Salud
Holistica**

Detección de Mama y Cuello Uterino

Si tiene seguro, llame a su compañía de seguros para encontrar una lista de proveedores en su red. Consulte a continuación una lista de programas y clínicas que brindan servicios de detección de cáncer gratuitos y de bajo costo para el cáncer de mama y de cuello uterino.



Exámenes gratuitos, incluidas mamografías para mujeres elegibles. Para más información:

- Los residentes del condado de Prince George llaman (301) 552-7724
- Los residentes del condado de Baltimore llaman (410) 887-3456
- Otros residentes de Maryland llaman (800) 477-9774 o visitar http://phpa.dhmdh.maryland.gov/cancer/Pages/bccdt_home.aspx

Programa de Control del Cáncer de la Mujer—
240-777-1750 | 1-877-463-3464

Brinda educación, detección y seguimiento del cáncer de mama y de cuello uterino para mujeres elegibles (40 a 64 años).

Horario de atención: de 8:00 a. m. a 4:00 p. m., de lunes a viernes.

CCI Health

Lunes - Viernes 8 AM - 4:30 PM

Para Cita: 866-877-7258

Planned Parenthood

1-800-230-7526 | 301-208-1300

Detección de mama y cuello uterino a bajo costo.

19650 Clubhouse RD #101 Gaithersburg, MD 20886

Mon	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Tues	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Wed	11:00 a.m. - 6:30 p.m.
Thurs	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Fri	9:00 a.m. - 4:30 p.m.
Sat	Closed
Sun	Closed



**Coaching
Salud
Holistica**

Cancer Related Services

If you have insurance, call your insurance company to find a list of providers in their network. See below for a list of programs and clinics that provide free and low-cost cancer screening services.



Maryland Colorectal Cancer Control Program
Free exams, for more information:

- Residents of Prince George's County call (301) 552-7724
- Baltimore County residents call (410) 887-3456
- Other Maryland residents call (800) 477-9774 or visit http://phpa.dhmh.maryland.gov/cancer/Pages/bccdt_home.aspx

**Men Take Ten Prostate Cancer
Early Detection and Education
Program**

Free prostate cancer screening for men ages 40-75

in the DC metropolitan area.

Offered every third Wednesday of the month by appointment at the Howard University Cancer Center, Suite B125

For more information call 202-865-4653

Shady Grove Adventist Aquilino Cancer Center
9905 Medical Center Drive Rockville, MD 20850
240-826-6297

Monday - Friday : 8 AM - 5 PM

<https://www.adventisthealthcare.com/locations/profile/shady-grove-adventist-aquilino-cancer-center/>

Maryland Oncology Hematology
6420 Rockledge Dr, #4200
Bethesda, MD 20817-7847
(301) 424-6231

Maryland Oncology Hematology
20330 Seneca Meadows 20330 Seneca
Meadows Parkway Suite B Germantown, MD
20876
(301) 424-6231

Maryland Oncology Hematology
11886 Healing Way, Suite 701, Silver Spring, MD
20904
Phone: 301-933-3216



**Coaching
Salud
Holística**

Servicios Relacionados con el Cáncer

Si tiene seguro, llame a su compañía de seguros para encontrar una lista de proveedores en su red. Consulte a continuación una lista de programas y clínicas que brindan servicios de detección de cáncer gratuitos y de bajo costo.



Cáncer Colorrectal de Maryland Programa de Control

Exámenes gratuitos, para más información:

- Los residentes del condado de Prince George llaman (301) 552-7724
- Los residentes del condado de Baltimore llaman (410) 887-3456
- Otros residentes de Maryland llaman (800) 477-9774 o visitar http://phpa.dhmh.maryland.gov/cancer/Pages/bccdt_home.aspx

**Men Take Ten Cáncer de Próstata
Detección Temprana y Educación
Programa**

Examen de detección de cáncer de próstata gratuito para hombres de 40 a 75 años en el área metropolitana de DC.

**Se ofrece cada tercer miércoles del mes con cita previa en el Howard Centro Universitario del Cáncer, Suite B125
Para más información llame 202-865-4653**

**Shady Grove Adventist Aquilino Cancer Center
9905 Medical Center Drive Rockville, MD 20850
240-826-6297**

Lunes - Viernes: 8 AM - 5 PM

<https://www.adventisthealthcare.com/locations/profile/shady-grove-adventist-aquilino-cancer-center/>

**Maryland Oncology Hematology
6420 Rockledge Dr, #4200
Bethesda, MD 20817-7847
(301) 424-6231**

**Maryland Oncology Hematology
20330 Seneca Meadows 20330 Seneca
Meadows Parkway Suite B Germantown, MD
20876
(301) 424-6231**

**Maryland Oncology Hematology
11886 Healing Way, Suite 701, Silver Spring, MD
20904
Phone: 301-933-3216**



Coaching
Salud
Holistica

Mental Health Services

If you have insurance, call your insurance company to find a list of providers in their network. See below for a list of programs and clinics that provide free and low-cost cancer screening services.

Montgomery County Crisis Center
240-777-4000
1301 Piccard Dr., Rockville, MD 20850

Maryland Help Line
Available 24/7
Call 211, press 1.
Or text your zip code to 898-211
<https://211md.org/>

Maryland Youth Crisis Hotline
1-800-422-0009
24 hours a day, 7 days a week
Online Chat M-F 4pm-9pm
<http://www.help4mdyouth.org/chat/>

Crisis Text Line
Available 24/7
Text HOME to 741741
www.crisistextline.org

National Suicide Prevention Lifeline
Available 24/7
call 988

988

SUICIDE & CRISIS LIFELINE

The Pro Bono Counseling Project, PBCP
(410) 825-1001
<https://probonocounseling.org/>

National Alliance on Mental Illness, NAMI, Maryland
<http://namimd.org/>
info@namimd.org
Phone: 410-884-8691
Warmline: 1-877-878-2371

Maryland Coalition of Families
10632 Little Patuxent Parkway, Suite 234
Columbia, MD 21044
<http://www.mdcoalition.org/>
Main Office: 410-730-8267

Sheppard Pratt
<https://www.sheppardpratt.org/>
410-938-3000

NAMI Montgomery County MD
(301) 949-5852
info@namimc.org
<http://www.namimc.org>

Montgomery County Hotline
301-738-2255
<https://www.every-mind.org>



Coaching
Salud
Holística

Servicios de Salud Mental

Si tiene seguro, llame a su compañía de seguros para encontrar una lista de proveedores en su red. Consulte a continuación una lista de programas y clínicas que brindan servicios de detección de cáncer gratuitos y de bajo costo.

Centro de crisis del condado de Montgomery
240-777-4000
1301 Piccard Dr., Rockville, MD 20850

Línea de Ayuda de Maryland
Disponibile 24/7
Llame al 211, presione 1.
O envíe un mensaje de texto con su código postal al 898-211
<https://211md.org/>

Línea Directa de Crisis Juvenil de Maryland
1-800-422-0009
24 horas al día, 7 días a la semana
Chat en línea L-V 4pm-9pm
<http://www.help4mdyouth.org/chat/>

Línea de Texto de Crisis
Disponibile 24/7
Envía HOME al 741741
www.crisistextline.org

Línea de vida nacional para la prevención del suicidio
Disponibile 24/7
Llame 988

988

LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS

The Pro Bono Counseling Project, PBCP
(410) 825-1001
<https://probonocounseling.org/>

National Alliance on Mental Illness, NAMI, Maryland
<http://namimd.org/>
info@namimd.org
Phone: 410-884-8691
Warmline: 1-877-878-2371

Maryland Coalition of Families
10632 Little Patuxent Parkway, Suite 234
Columbia, MD 21044
<http://www.mdcoalition.org/>
Main Office: 410-730-8267

Sheppard Pratt
<https://www.sheppardpratt.org/>
410-938-3000

NAMI Montgomery County MD
(301) 949-5852
info@namimc.org
<http://www.namimc.org>

Montgomery County Hotline
301-738-2255
<https://www.every-mind.org>

If you're feeling anxious,
depressed, or just need
someone to talk to, call

410-598-0234



Connect with someone who can help.

Call Pro Bono Counseling's mental health **WARMLine** today. You'll talk with someone who will listen to your concerns and refer you to additional resources.

Mental health professionals are available weekdays from 10:00 a.m. to 8:00 p.m. and weekends from 10:00 a.m. to 6:00 p.m.

Follow these easy steps:

1. Dial 410-598-0234 from any cell phone or landline.
2. Speak with a trained mental health specialist who will listen to your needs.
3. You will be referred to any additional resources you may need.

Pro Bono Counseling's WARMLine supports Marylanders who are experiencing mental health issues related to the COVID-19 pandemic, current events and other reasons.

For more information, visit ProBonoCounseling.org.



Si te sientes ansioso, deprimido, o simplemente necesitas hablar con alguien, llama al

410-598-0234



Conéctate con alguien que te pueda ayudar.

Llama a la línea de salud mental **WARMLine** de Pro Bono Counseling hoy. Hablarás con alguien que escuchará tus preocupaciones y te remitirá a recursos adicionales.

Los profesionales de salud mental están disponibles de 10:00 AM a 8:00 PM de Lunes a Viernes y de 10:00 AM a 6:00 PM Sábados y Domingos.

Sigue estos pasos sencillos:

1. Llama al 410-598-0234 desde cualquier celular o teléfono fijo.
2. Habla con un especialista atento que escuchará tus necesidades.
3. Se te conectará con cualquier recurso adicional que puedas necesitar.

Pro Bono Counseling's WARMLine es para apoyar a los habitantes de Maryland con problemas de salud mental asociados a la pandemia de la COVID-19, y por otros motivos.

Para más información, visite ProBonoCounseling.org.



MENTAL HEALTH RESOURCES FOR THE LBGTQ+ COMMUNITY

**NATIONAL QUEER AND TRANS
THERAPISTS OF COLOR NETWORK**
[HTTPS://NQTTCN.COM/EN/](https://nqttn.com/en/)

TRANS HOTLINE
(877) 565-8860

SAGE LBGTQ+ ELDER HOTLINE
877-360-LGBT(5428)

NATIONAL SUICIDE PREVENTION LIFELINE
988

**SERVICES ARE ALL AVAILABLE IN ENGLISH AND SPANISH
FOR FOR FREE.**





RECURSOS DE SALUD MENTAL PARA LA COMUNIDAD LGBTQ±

**RED NACIONAL DE TERAPEUTAS TRANS Y
QUEER DE COLOR**

[HTTPS://NQTTCN.COM/ES/](https://nqttcn.com/es/)

LÍNEA DIRECTA TRANS
(877) 565-8860

**SAGE LGBTQ± LÍNEA DIRECTA PARA PERSONAS
MAYORES**
877-360-LGBT(5428)

**LÍNEA DE VIDA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN
DEL SUICIDIO**
988

**TODOS LOS SERVICIOS ESTÁN DISPONIBLES EN INGLÉS Y
ESPAÑOL DE FORMA GRATUITA.**



HEALTH CARE RESOURCES FOR THE LBGTQ± COMMUNITY

**THE JOHNS HOPKINS CENTER FOR
TRANSGENDER AND GENDER EXPANSIVE
HEALTH**

**[HTTPS://WWW.HOPKINSMEDICINE.ORG/
CENTER-TRANSGENDER-
HEALTH/SERVICES-APPOINTMENTS](https://www.hopkinsmedicine.org/center-transgender-health/services-appointments)**

**CHASE BRAXTON THE CENTER FOR LGBTQ
HEALTH EQUITY**

**[HTTPS://WWW.CHASEBREXTON.ORG/SERV
ICES/CENTER-LGBTQ-HEALTH-EQUITY](https://www.chasebrexton.org/services/center-lgbtq-health-equity)**

NATIONAL AIDS HOTLINE

**(800) 342-AIDS / (800) 344-7432
(SPANISH) / (800) 243-7889 (TDD)**

SERVICES ARE ALL AVAILABLE IN ENGLISH AND SPANISH.



RECURSOS DE ATENCIÓN MÉDICA PARA LA COMUNIDAD LBGTQ±

**EL CENTRO JOHNS HOPKINS PARA LA
SALUD EXPANSIVA DE GÉNERO Y
TRANSGÉNERO**

**[HTTPS://WWW.HOPKINSMEDICINE.ORG/
CENTER-TRANSGENDER-
HEALTH/SERVICES-APPOINTMENTS](https://www.hopkinsmedicine.org/center-transgender-health/services-appointments)**

**CHASE BRAXTON EL CENTRO PARA LA
EQUIDAD EN SALUD LGBTQ**

**[HTTPS://WWW.CHASEBREXTON.ORG/SERV
ICES/CENTER-LGBTQ-HEALTH-EQUITY](https://www.chasebrexton.org/services/center-lgbtq-health-equity)**

LÍNEA DIRECTA NACIONAL DE SIDA

(800) 342-AIDS / (800) 344-7432

(ESPAÑOL) / (800) 243-7889 (TDD)

TODOS LOS SERVICIOS ESTÁN DISPONIBLES EN INGLÉS Y ESPAÑOL.

EARLY EDUCATION HOME VISITING PROGRAM

FOR PREGNANT WOMEN & CHILDREN UNDER THE AGE OF 3
RESIDING IN PARTS OF PRINCE GEORGE'S AND MONTGOMERY COUNTY



HOME-BASED EARLY HEAD START PROGRAM

- Focuses on promoting healthy relationships as the context for all learning and growth.
- Gives families year-round weekly home visits until your child reaches the age of three.
- We offer group socialization opportunities twice a month for children to interact with other children of similar ages.
- Supports you in your role as your child's most important teacher and helps you to strengthen your parenting skills.
- Helps you to identify goals for yourself, your child and your family, and support you in achieving these goals.
- Helps you to find community resources, i.e. housing, training/employment, health, English classes, etc.
- Helps you plan for transitioning out of Early Head Start and into the next stage in your life and your child's life.
- Assists with arranging transportation for parent-child groups, parent meetings, policy council meetings and special events.



FOR MORE INFORMATION:

THE HEAD START PROGRAM IS FUNDED BY A FEDERAL GRANT FROM
THE U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES AND IS FREE
FOR ELIGIBLE FAMILIES. TO DETERMINE IF YOU AND YOUR FAMILY ARE
ELIGIBLE TO ENROLL, PLEASE VISIT OUR WEBSITE AT

LOURIECENTER.ORG OR CALL/TEXT 301-941-7895 and 240-292-9446

PROGRAMA DE EDUCACION TEMPRANA CON VISITAS AL HOGAR

**PARA MUJERES EMBARAZADAS Y NIÑOS MENORES DE 3 AÑOS
RESIDIENDO EN PARTES PRINCE GEORGE'S Y MONTGOMERY COUNTY**



PROGRAMA BASADO EN VISITAS AL HOGAR

- ° Se enfoca en promover relaciones saludables como contexto para aprender y crecer.
- ° Familias reciben visitas semanales en el hogar hasta que su niño cumpla 3 años de edad.
- ° Ofrecemos oportunidades para socializaciones grupales 2 veces al mes, donde los niños podrán interactuar con otros niños de edades similares.
- ° Le apoyamos a usted en su rol como la maestra/o más importante de su niño y le ayudamos a fortalecer sus habilidades como madre/padre.
- ° Le ayudamos a identificar metas para usted, su hijo/a y familia, y le apoyamos en alcanzar estas metas.
- ° Le ayudamos a encontrar recursos en la comunidad (por ejemplo vivienda, entrenamientos/empleo, salud, clases de inglés, etc).
- ° Le ayudamos con la transición de Early Head Start hacia el siguiente paso en su vida y la vida de su niño.
- ° Asistimos con transporte para los grupos de socialización, reuniones de padre, Concejo de Normas y eventos especiales dentro de nuestro programa.



EL PROGRAMA DE HEAD START ESTA FINANCIADO POR EL DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE LOS ESTADOS UNIDOS. ESTE PROGRAMA ES GRATUITO PARA LAS FAMILIAS. PARA DETERMINAR SU ELEGIBILIDAD Y APLICAR, POR FAVOR VISITE EL SIGUIENTE SITIO WEB:

**LOURIECENTER.ORG O LLAME/ENVIE MENSAJE DE TEXTO AL
301-941-7895 y 240-292-9446**



QUESTIONS & ANSWERS ABOUT SNAP

for Immigrants and Mixed-Status Households

Can immigrants, mixed-status, and undocumented households apply or receive SNAP?

1

Many immigrants are eligible for SNAP, including US Born children, Legal Permanent Residents, and others if they meet certain requirements.

If I sign up my children for SNAP, will they have to join the military or pay back their benefits when they turn 18?

2

Participating in SNAP will never force children to join the military or pay back their benefits.

Will applying for SNAP affect my citizenship or my children's citizenship now or in the future? If I get SNAP, will I be deported or become a public charge?

3

Receiving SNAP benefits is not a part of the public charge test, and receiving benefits will never cause you to be deported. Information shared on the application is not given to immigration authorities.

Can I get SNAP benefits for my children if I am undocumented or ineligible?

4

A household can apply for their eligible children even if the other household members are not eligible. This includes if the parents or guardians are undocumented!



Maryland Hunger Solutions

Ending hunger and promoting well-being

1-866-821-5552

PREGUNTAS y RESPUESTAS

SOBRE SNAP

para inmigrantes y hogares de estatus mixto

¿Los inmigrantes y hogares mixtos/indocumentados pueden solicitar o recibir SNAP?

1

Muchos inmigrantes son elegibles para SNAP; incluyendo niños que nacieron en los Estados Unidos, residentes permanentes, y otros, siempre y cuando cumplan con ciertos requisitos.

Si solicito los beneficios de SNAP para mis hijos, ¿ellos tendrán que unirse al ejército o devolver sus beneficios cuando cumplan 18 años?

2

Participar en el programa SNAP no requiere, ni obliga, a los niños a unirse al ejército ni devolver sus beneficios cuando cumplan 18 años.

¿Solicitar SNAP afectará mi ciudadanía o la de mis hijos en el presente o el futuro? Si obtengo SNAP, ¿seré deportado o me convertiré en carga pública?

3

Recibir beneficios de SNAP no es parte de la prueba de carga pública; igualmente, recibir los beneficios de SNAP no causará su deportación. La información sometida en la solicitud no es compartida ni entregada a las autoridades de inmigración.

¿Puedo solicitar los beneficios de SNAP para mis hijos, pues soy indocumentado o inelegible?

4

Los padres, o guardianes legales, pueden solicitar los beneficios de SNAP para los niños elegibles que se encuentran dentro del hogar, aún cuando los otros miembros no son elegibles. ¡Esto también aplica si los padres, o guardianes legales, son indocumentados!



Maryland Hunger Solutions

Ending hunger and promoting well-being

1-866-821-5552