



Coaching  
Salud  
Holistica

# HEALTH SERVICES IN MONTGOMERY



**Follow us on social networks**

**[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)**

**Email:**  
**[jhoselyn@coachingsaludholistica.org](mailto:jhoselyn@coachingsaludholistica.org)**

**For more resources:**  
**<https://linkbio.co/coachingsaludholistica>**  
**ca**



and Twitter @cshmd\_



on Facebook @coachingsaludholistica



and Instagram @coachingsaludholistica



in our newsletter  
[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)



Coaching  
Salud  
Holistica

# SERVICIOS DE SALUD EN MONTGOMERY



**Síguenos en redes sociales**

**[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)**

**Correo electrónico:  
[jhoselyn@coachingsaludholistica.org](mailto:jhoselyn@coachingsaludholistica.org)**

**Para más recursos:  
<https://linkbio.co/coachingsaludholistica>**



y Twitter @cshmd\_



en Facebook @coachingsaludholistica



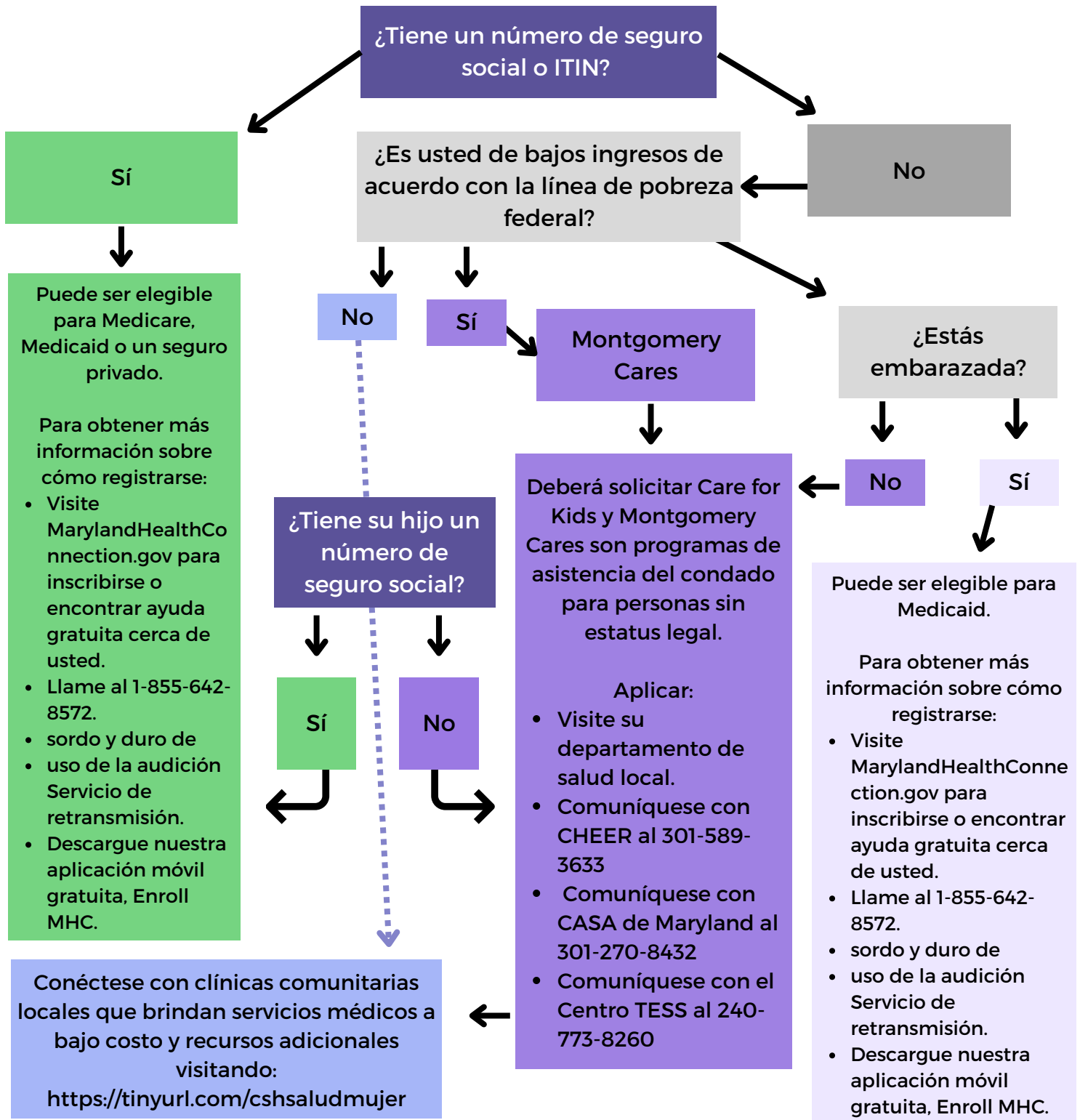
e Instagram @coachingsaludholistica



en nuestro boletín  
[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)

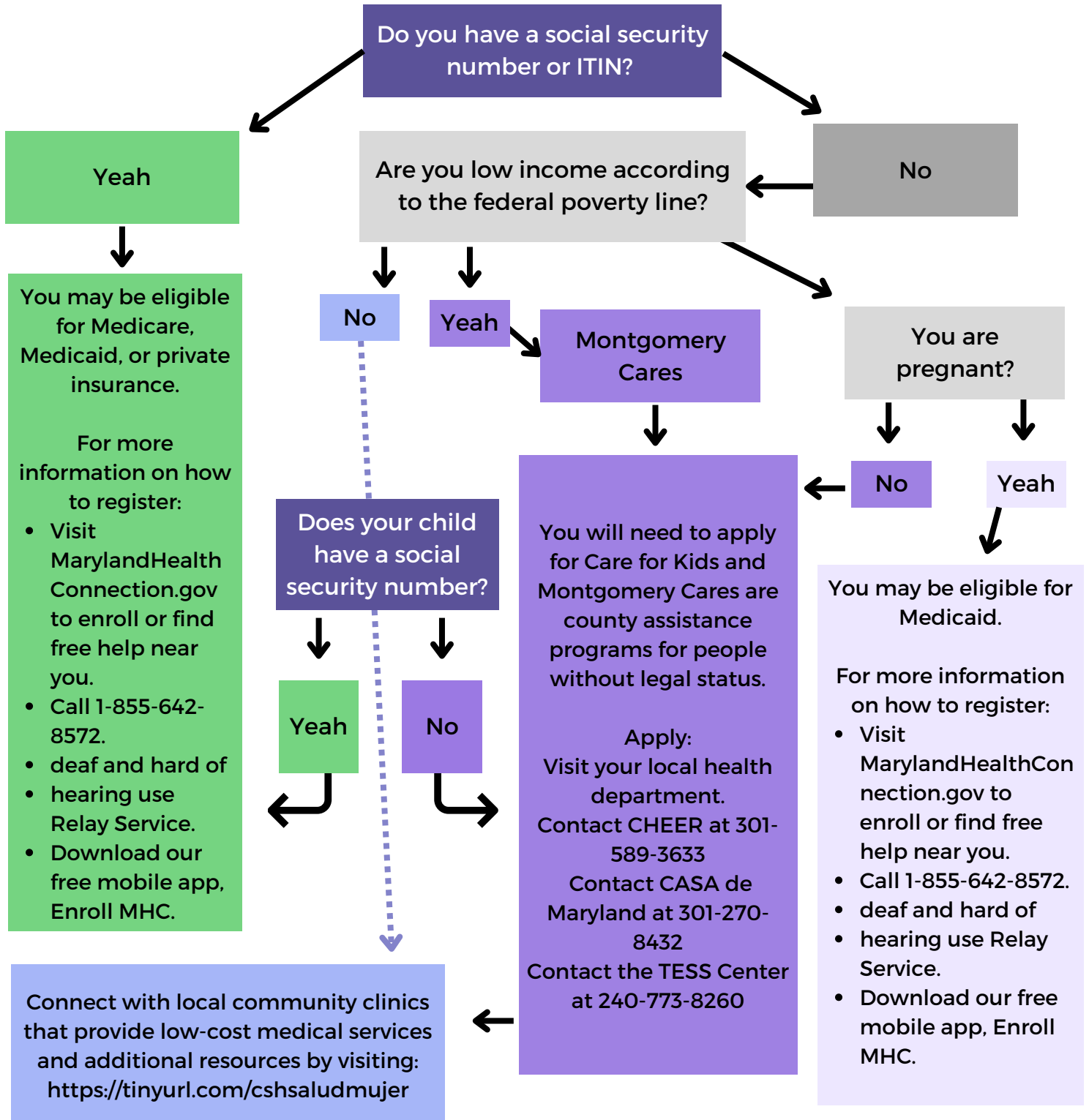


## Acceso a servicios médicos en el condado de Montgomery





## Access to medical services in Montgomery County



## 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](http://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](http://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](http://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](http://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](https://MarylandHealthConnection.gov).

For help filling out your application, general questions or to get connected with free in-person help, visit [MarylandHealthConnection.gov/help](https://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](https://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](https://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](https://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:



Visitas al médico



Atención hospitalaria



Atención odontológica



Trabajos y pruebas de laboratorio



Medicamentos recetados



Atención de la salud mental



Atención de la salud del comportamiento



Servicios de transporte



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



- En línea en [marylandhealthconnection.gov](https://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

Download on the  
**App Store**

GET IT ON  
**Google Play**

### 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](http://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](http://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](http://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:**

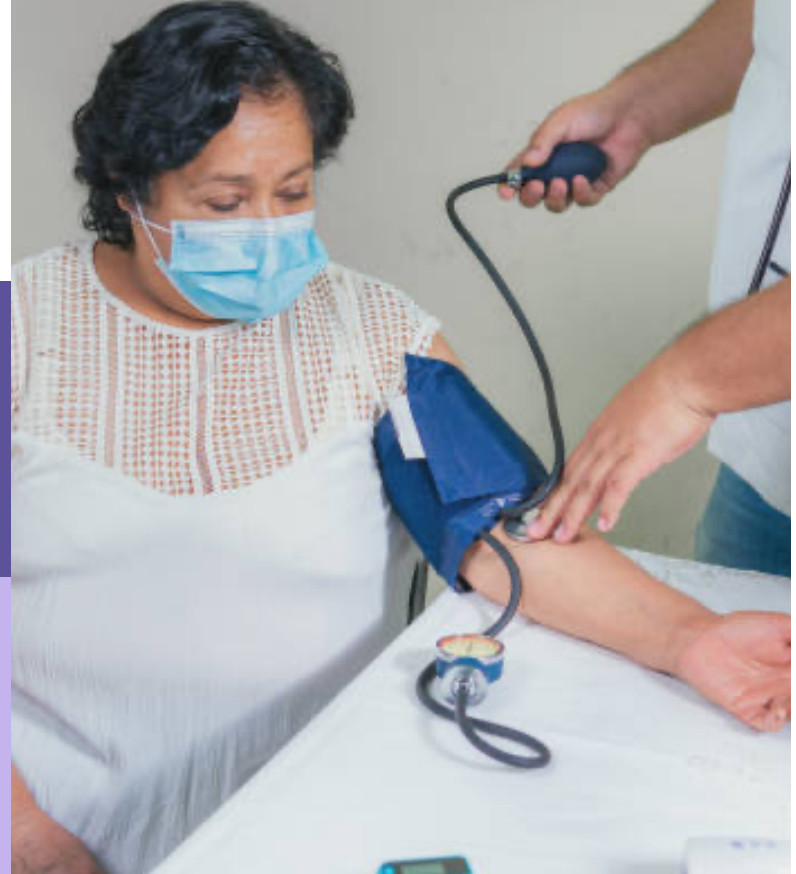
Servicio al Cliente del programa  
Maryland Healthy Smiles: 1-855-934-9812  
[www.mdac.us/medicaid](http://www.mdac.us/medicaid)





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  
2<sup>ND</sup> Floor  
Germantown, Maryland 20874

---

Montgomery County Department of Health  
and Human Services  
Silver Spring Service Eligibility Unit  
8630 Fenton Street  
10<sup>th</sup> 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  
2<sup>ND</sup> Floor  
Germantown, Maryland 20874

---

Montgomery County Department of Health  
and Human Services  
Silver Spring Service Eligibility Unit  
8630 Fenton Street  
10<sup>th</sup> 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

---





# PRENATAL CARE

Download a FREE birth plan in English and Spanish by visiting [www.coachingsaludholistica.com](http://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>

## Tepeyac Center

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

**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

**Starting July 1, 2023, you can apply:**

- Online at [marylandhealthconnection.gov](http://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

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

**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.

Maryland Department of Health • Medicaid Administration  
201 W. Preston St., Baltimore, MD 21201 | [mdh.medicaidmch@maryland.gov](mailto:mdh.medicaidmch@maryland.gov) | [health.maryland.gov/healthybabies](http://health.maryland.gov/healthybabies)



# CUIDADO PRENATAL

Descargue un plan de parto en inglés y español GRATIS visitando [www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)



Coaching  
Salud  
Holística

## 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>

## 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.

Inscríbese 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:

- Visitas al médico
- Atención hospitalaria
- Atención odontológica
- Trabajos y pruebas de laboratorio
- Medicamentos recetados
- Atención de la salud mental
- Atención de la salud del comportamiento
- Servicios de transporte



### 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.

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



- En línea en [marylandhealthconnection.gov](http://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



Maryland Department of Health - Medicaid Administration

201 W. Preston St., Baltimore, MD 21201 | [mdh.medicaidmch@maryland.gov](mailto:mdh.medicaidmch@maryland.gov) | [health.maryland.gov/healthybabies](http://health.maryland.gov/healthybabies)

Para Recursos: <https://linkbio.co/coachingsaludholistica>

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](http://www.mdwic.org)



**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

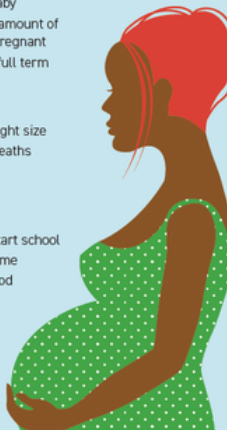
- Get to prenatal care earlier
- Eat better while pregnant and right after having baby
- Gain the right amount of weight while pregnant
- Carry baby to full term

### 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](http://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	410-939-6680
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

**wic MARYLAND**  
MEJOR NUTRICIÓN, MEJOR FUTURO



## ¿QUÉ ES WIC?

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

Facebook: @MDH.WIC | Twitter: @MARYLANDWIC

**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?

¡Si! 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.



Esta institución es proveedora de igualdad de oportunidades.  
0-02/04/20



## 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](http://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](http://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](http://www.text4baby.org)



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

[www.fda.gov/pregnancy](http://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**





**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 las 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**  
**1965 Clubhouse RD #101 Gaithersburg,**  
**MD 20886**  
**301-208-1300**  
**Sitio Web: [www.plannedparenthood.org](http://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

19650 Clubhouse RD #101 Gaithersburg,  
MD 20886  
301-208-1300

Sitio Web: [www.plannedparenthood.org](http://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](mailto: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  
Holistica**

# 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](mailto: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

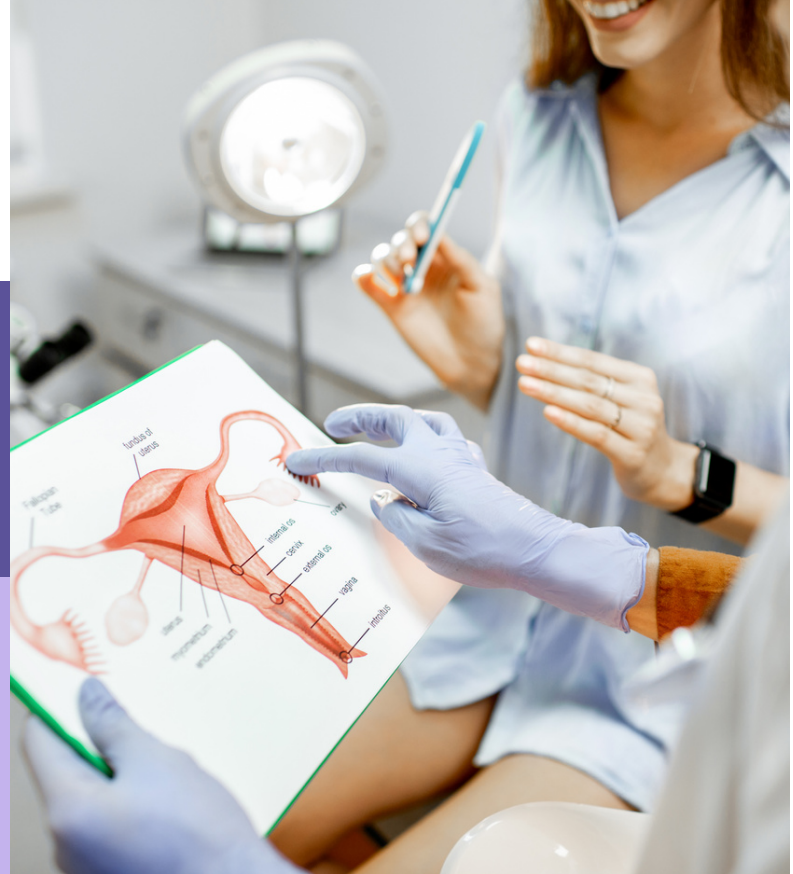
**CCI Health**

**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)

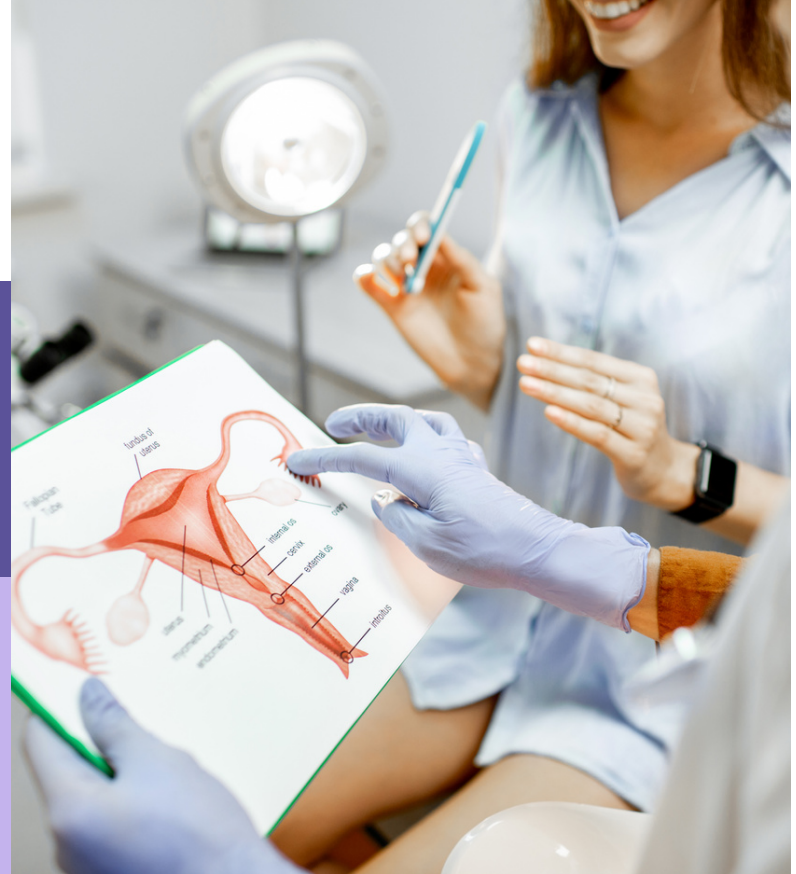


Coaching  
Salud  
Holística

# 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

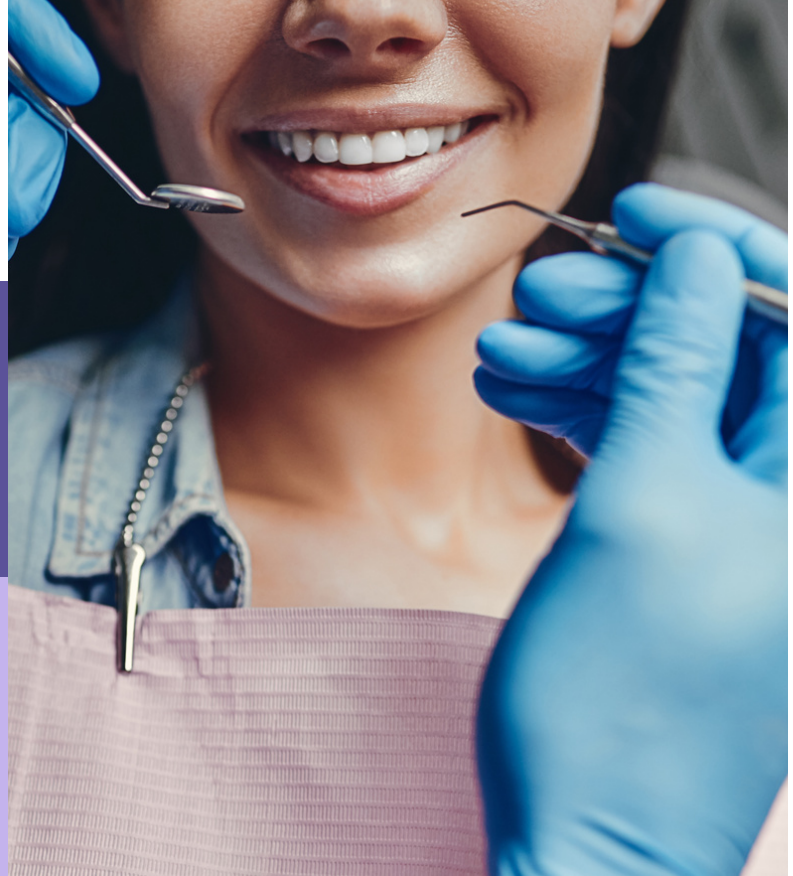
CCI ofrece una gama de servicios de planificación familiar porque usted tiene derecho a decidir cuándo o si desea tener hijos.

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)



**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

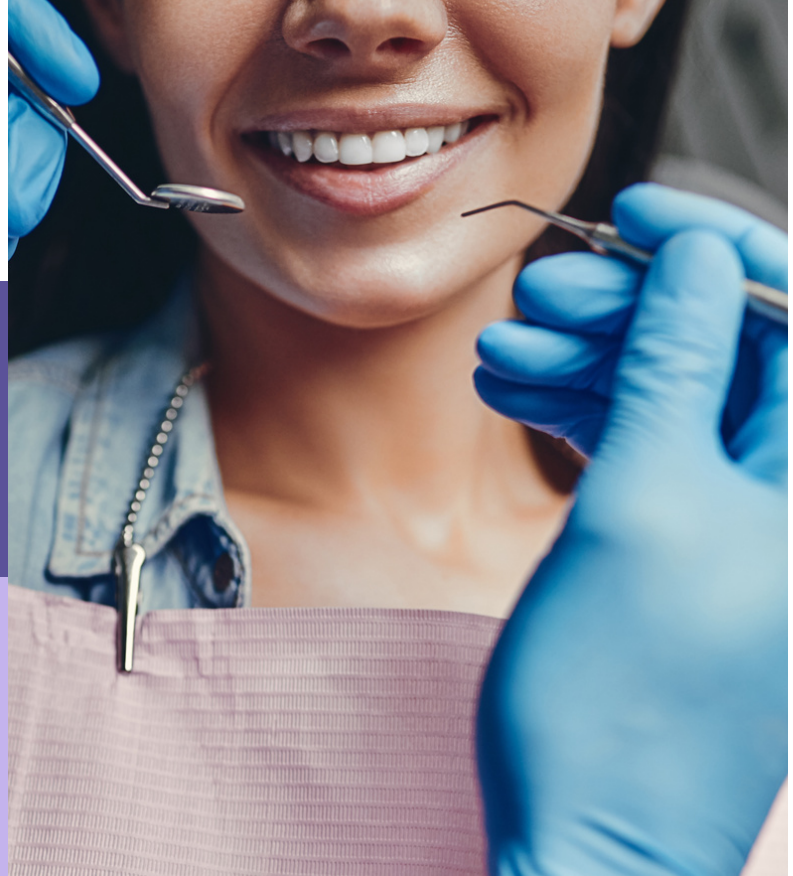
Howard University Hospital Clinic  
2041 Georgia Ave NW #4c Washington, DC  
20060  
202-865-1461



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



**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](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](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](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](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  
Holística

## 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](http://www.crisistextline.org)

National Suicide Prevention Lifeline  
Available 24/7  
call 988

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](mailto: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](mailto:info@namimc.org)  
<http://www.namimc.org>

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

# 988

## LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS



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](http://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](mailto: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](mailto: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](https://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](https://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 LBGTQ**

**[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](http://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**



Coaching  
Salud  
Holística

# Follow Us Online!

Let's connect for our latest news and updates on resources and events.



Twitter @cshmd\_



Facebook @coachingsaludholistica



Instagram @coachingsaludholistica



LinkedIn Coaching Salud Holística

[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)  
[saludholicamd@gmail.com](mailto:saludholicamd@gmail.com)



Coaching  
Salud  
Holística

# ¡Síguenos en línea!

Conectémonos para nuestras últimas noticias y actualizaciones de recursos y eventos.



Twitter @cshmd\_



Facebook @coachingsaludholistica



Instagram @coachingsaludholistica



LinkedIn Coaching Salud Holística

[www.coachingsaludholistica.com](http://www.coachingsaludholistica.com)  
[saludholicamd@gmail.com](mailto:saludholicamd@gmail.com)

RESOURCES

RECURSOS



OPEN YOUR PHONE CAMERA  
AND SCAN THIS QR CODE.

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

RESOURCES

RECURSOS



OPEN YOUR PHONE CAMERA  
AND SCAN THIS QR CODE.

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