

COVID-19

Guía de Recursos Comunitarios

Tabla de Contenido

Actualizaciones de Covid	2
Tribunales y Sistema de Justicia	2
Cuerpos de Seguridad de Berkshires	3-4
Recursos Municipales	5-7
AMEM	7
Salud y Atención Médica	8
Cobertura de Seguro Médico	9-10
Servicios de Salud Mental y Apoyo	11-12
Niños y Servicios de Salud Mental	13
Servicios & Soporte para el Trastorno por Uso de Sustancias	13-16
Apoyo para Violencia Doméstica & Asalto Sexual	17-18
Bienestar Infantil	19
Cuidado de Niños	20
Transporte	21
Vivienda e Indigencia	22-23
Renta & Ayuda de Servicios Públicos	23
Finanzas y empleo	24-27
Inmigración	27
Apoyo para Personas Mayores	27
Apoyo a Personas Discapacitadas	27
Apoyo Nutricional	28-31

*Durante las emergencias de salud pública, el miedo y la ansiedad conducen al estigma hacia grupos de personas, lugares o cosas. Recuerde que todos los estadounidenses, independientemente de su raza, color, religión, sexo, orientación sexual, identidad de género, origen nacional, estado de veterano o discapacidad, son igualmente susceptibles de contraer COVID-19. No discriminar a ninguna población. **Todos estamos juntos en esto.***

Sobre esta Guía

El distanciamiento social es necesario para contener la propagación de COVID-19, pero puede aumentar la ansiedad y el estrés para algunos. Hay ayuda disponible. Use esta guía de recursos para conectarse con las organizaciones que trabajan arduamente para mantenerlo a usted y a su familia saludables y seguros. Las circunstancias continúan evolucionando, por lo que la información y los servicios pueden cambiar. Póngase en contacto con estos proveedores de servicios con anticipación para garantizar información actualizada.

Sobre Covid-19

¿Qué es el coronavirus (también conocido como COVID-19)? Según los CDC, la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria que puede transmitirse de persona a persona.

Síntomas

- Fiebre
- Tos
- Falta de oxígeno

¿Cómo me protejo?

- Quédese en casa tanto como sea posible.
- Mantenga al menos una distancia de 6 pies entre usted y los que no son miembros del hogar.
- Use una máscara: cubra su boca y nariz con una máscara cuando esté cerca de otros.
- Lávese las manos con frecuencia durante al menos 20 segundos.
- Limpie y desinfecte las superficies que son tocadas con frecuencia a diario (encimeras, pomos de las puertas, interruptores de luces, teclados, etc.)
- Cubra su tos y estornudos con un pañuelo o su codo. Tire inmediatamente los pañuelos desechables y lávese las manos.
- Evite tocarse la cara.

Actualizaciones de COVID

Es importante que obtenga su información de fuentes confiables. El Centro para el Control de Enfermedades (CDC), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Departamento de Salud Pública de Massachusetts (Mass DPH) publican actualizaciones diarias en sus sitios web:

-  **Centro para el Control de Enfermedades**
-  **Departamento de Salud Pública de Massachusetts**
-  **Organización Mundial de la Salud**
-  **Para información sobre el COVID-19 en 57 idiomas diferentes**

MASS 211

Para obtener la información más actualizada. Los residentes de MA pueden llamar al 2-1-1 para recibir actualizaciones de COVID-19 y obtener asistencia para los recursos.

[Mass211.org](https://mass211.org)

Alertas de Texto COVIDMA

Para recibir alertas actualizadas, envíe un mensaje de texto con COVIDMA al 888-777



Los Tribunales y el Sistema de Justicia

Los tribunales están cerrados al público hasta al menos el 4 de mayo, pero aún están escuchando asuntos de emergencia. Para obtener la información más actualizada sobre los tribunales:

<https://www.mass.gov/info-details/daily-court-updates>

Tribunal	Dirección	Ciudad	Teléfono
Tribunal Superior de los Berkshires	76 East Street	Pittsfield	(413) 499-7487
Tribunal de Distrito Central de los Berkshires	2 Wendell Avenue	Pittsfield	(413) 442-5468
Tribunal de Distrito del Norte de los Berkshires	111 Holden Street	North Adams	(413) 663-5339
Tribunal de Distrito del Sur de los Berkshires	9 Gilmore Avenue	Great Barrington	(413) 528-3520
Tribunal Central de Menores de los Berkshires	190 North Street	Pittsfield	(413) 443-8533
Tribunal de Menores del Norte de los Berkshires	21 Holden Street	North Adams	(413) 664-8700
Tribunal de Menores del Sur de los Berkshires	9 Gilmore Avenue	Great Barrington	(413) 528-3520
Tribunal Testamentario y de Familia de los Berkshires	44 Bank Row	Pittsfield	(413) 442-6941

Oficina de la Fiscal de Distrito de los Berkshires

La oficina está cerrada para todos los miembros del personal que no pertenecen a BDAO. Cualquier reunión o entrevista necesaria se realiza por teleconferencia o en lugares externos. Los fiscales de distrito auxiliares están disponibles para manejar lectura de cargos, órdenes de arresto, audiencias de peligrosidad y cualquier otra necesidad inmediata para proteger al público y garantizar los derechos del debido proceso. Los defensores de víctimas y testigos (VWA) están disponibles para ayudar con la planificación de seguridad, conexión, información sobre sus casos y referencias a servicios.

**7 North Street
Pittsfield, MA 01201
Main: (413) 443-5951
VWA Línea Directa: 1-855-ASK-VWAS (275-8927)**



Berkshire Law Enforcement

Emergency response services in Berkshire County are still available.

Call 911 in the event of an emergency.

Police Department	Address	City	Phone
Unidad de Detectives de MSP	7 North Street	Pittsfield	(413) 499-1112
Cuartel de Policía Estatal de Cheshire	1141 North Street	Cheshire	(413) 743-4700
Cuartel de Policía Estatal de Lee	215 Lauren Street	Lee	(413) 243-0600
Departamento del Alguacil del Condado	467 Cheshire Road	Pittsfield	(413) 443-7220
Departamento de Policía de Adams	4 School Street	Adams	(413) 743-1212
Departamento de Policía de Alford	5 Alford Center Rd.	Alford	(413) 528-5300
Departamento de Policía de Becket	557 Main Street	Becket	(413) 623-6010
Departamento de Policía de Cheshire	80 Church Street	Cheshire	(413) 743-1501
Departamento de Policía de Clarksburg	11 River Road	Clarksburg	(413) 663-7940
Departamento de Policía de Dalton	462 Main Street #7	Dalton	(413) 684-0300
Departamento de Policía de Egremont	171 Egremont Plain Rd.	Egremont	(413) 528-2160
Departamento de Policía de GB	465 Main Street	Great Barrington	(413) 528-0306
Departamento de Policía de Lanesborough	8 Prospect Street	Lanesborough	(413) 443-4107
Departamento de Policía de Lee	32 Main Street	Lee	(413) 243-5530
Departamento de Policía de Lenox	6 Walker Street	Lenox	(413) 637-2346
Departamento de Policía de Monterey	435 Main Road	Monterey	(413) 528-3211
Dept. de Policía de New Marlborough	807 Mill River Southfield Rd.	New Marlborough	(413) 229-8161
Departamento de Policía de North Adams	11 Summer Street	North Adams	(413) 664-4944



Cuerpos de Seguridad de los Berkshires

Los servicios de respuesta de emergencia en el Condado de los Berkshires todavía están disponibles.

Llame al 911 en caso de una emergencia.

Police Department	Address	City	Phone
Departamento de Policía de Otis	1 North Main Street	Otis	(413) 269-0100
Departamento de Policía de Peru	7 East Main Road	Peru	(413) 655-8377
Departamento de Policía de Pittsfield	39 Allen Street	Pittsfield	(413) 448-9700
Departamento de Policía de Richmond	1529 State Road	Richmond	(413) 499-7357
Departamento de Policía de Sandisfield	66 Sandisfield Road	Sandisfield	(413) 258-4742
Departamento de Policía de Savoy	720 Main Road	Savoy	(413) 743-0364
Departamento de Policía de Sheffield	10 South Main Street	Sheffield	(413) 229-8522
Departamento de Policía de Stockbridge	50 Main Street	Stockbridge	(413) 298-4179
Departamento de Policía de Tyringham	116 Main Road	Tyringham	(413) 243-1749
Departamento de Policía de Washington	8 Summit Hill Road	Washington	(413) 623-8345
Departamento de Policía de W. Stockbridge	21 State Line Road	West Stockbridge	(413) 232-8500
Departamento de Policía de Williamstown	31 North Street	Williamstown	(413) 458-5733
Departamento de Policía de Windsor	1890 MA-9	Windsor	(413) 684-0037



En caso de emergencia, llame al 9-1-1. Alértelos si usted está experimentando síntomas de COVID-19 o está en cuarentena en su hogar. Los servicios de primera respuesta están para ayudarle en caso de una emergencia. Alertándolos antes de que entren a su hogar/trabajo les permitirá tomar las precauciones necesarias. Esto protege a los Servicios de Emergencia y nuestra comunidad.

Recursos Municipales



Pueblo de Adams

8 Park Street
Adams, MA 01220
PH: (413) 743-8300
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/townofadams](https://www.facebook.com/townofadams)
Suscríbese para alertas



Pueblo de Egremont

Dirección Física: 171 Egremont Plain Road (Ruta 71)
Dirección de Correo Postal: PO Box 368 South Egremont, MA 01258
PH: (413) 528-0182
Email: tegrement@egremont-ma.gov
[Actualizaciones de COVID-19](#)



Pueblo de Alford

5 Alford Center Road
Alford, MA 01230-8999
PH: (413) 528-4536
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/TownofAlfordMA](https://www.facebook.com/TownofAlfordMA)



Pueblo de Florida

379 Mohawk Trail
Drury, MA 01343
PH: (413) 662-2448
townhall.floridamass@gmail.com



Pueblo de Becket

557 Main Street
Becket, MA 01223
PH: (413) 623-8934
[Actualizaciones de COVID-19](#)



Pueblo de Great Barrington

334 Main Street
Great Barrington, MA 01230
PH: (413) 528-1619
Correo electrónico Covid para no emergencias: covid-19@townofgb.org
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/townofgreatbarrington](https://www.facebook.com/townofgreatbarrington)
Suscríbese para alertas de Código Rojo

Pueblo de Cheshire

80 Church Street PO Box 647
Cheshire, MA 01225
PH: (413) 743-1690
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/townofcheshireMA](https://www.facebook.com/townofcheshireMA)
Suscríbese para alertas en su correo electrónico



Pueblo de Hancock

3650 Hancock Road
PO Box 1084
Hancock, MA 01237
PH: (413) 738-5225
Email: bos@fairpoint.net



Pueblo de Clarksburg

111 River Road
Clarksburg, MA 01247
PH: (413) 663-7940
[Facebook.com/townofclarksburg](https://www.facebook.com/townofclarksburg)
Asistencia de Covid a la Comunidad
Línea Directa: (413)-662-3614
Covid Outreach Email:
nbcovid@gmail.com



Pueblo de Hinsdale

39 South Street
Hinsdale, MA 01235
PH: (413) 655-2300
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/hinsdalema](https://www.facebook.com/hinsdalema)
Suscríbese para alertas de Código Rojo



Pueblo de Dalton

462 Main Street
Dalton, MA 01226
PH: (413) 684-6111
[Actualizaciones de COVID-19](#)
[Facebook.com/daltonemergencymanagement](https://www.facebook.com/daltonemergencymanagement)
Suscríbese para alertas de Código Rojo



Pueblo de Lanesborough

83 North Main Street
PO Box 1492
Lanesborough, MA 01237
PH: (413) 442-1167
LCATV: Canal Local de Lanesborough. El suscriptor puede sintonizar el canal 191
¡Suscríbese a boletines por correo electrónico!

Por favor tenga en cuenta que durante este tiempo las oficinas municipales están cerradas al público. Llame o envíe un correo electrónico para información adicional o asistencia.

Recursos Municipales



Pueblo de Lee

32 Main Street
Lee, MA 01238

Contáctenos

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Facebook.com](#)

Suscríbese para E-Alertas



Pueblo de Lenox

6 Walker Street
Lenox, MA 01240

PH: (413) 637-5500

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Facebook.com/lenoxchamber](#)

Suscríbese para E-Alertas

Unirse al grupo de Google

#lenoxlove envíe su nombre, correo electrónico y dirección en Lenox a

eventslenoxchamber@lenox.org

[#LenoxLove Resource Guide](#)

[#LenoxLove Guía de Recursos de la Biblioteca de Lenox](#)



Pueblo de Monterey

435 Main Road PO Box 308
Monterey, MA 01245

PH: (413) 528-1443

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Facebook.com/montereytownhall](#)

Suscríbese para E-Alertas



Pueblo de Mount Washington

2 Plantain Pond Road
Mount Washington, MA 01258

PH: (413) 528-2839

Pueblo de New Ashford

188 Mallery Road
New Ashford, MA 01237

Pueblo de New Marlborough

807 Mill River Southfield Road
Mill River, MA 01244

(413) 229-8116

[Actualizaciones COVID-19](#)

Suscríbese para E-Alertas



Ciudad de North Adams

10 Main Street

North Adams, MA 01247

PH: (413) 662-3000

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Facebook.com/northadamscityhall](#)

Suscríbese para Alertas de Código Rojo



Pueblo de Otis

1 North Main Road
Otis, MA 01253

PH: (413) 269-0100

Suscríbese para E-Alertas

Pueblo de Peru

3 East Main Road
Peru, MA 01235

PH: (413) 655-8312

Envíe comentarios

[Facebook.com](#)

Suscríbese para E-Alertas



Ciudad de Pittsfield

70 Allen Street
Pittsfield, MA 01201

PH: (413) 449-5600

[Facebook.com](#)

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Panel de impacto comunitario](#)

Suscríbese para E-Alertas

Suscríbese para Alertas de Código Rojo



Pueblo de Richmond

1529 State Road
Richmond, MA 01254

PH: (413) 553-7793

[Actualizaciones COVID-19](#)

[Facebook.com/townofrichmondma](#)

Suscríbese para Alertas de Código Rojo

Suscríbese a boletines de correo electrónico



Pueblo de Sandisfield

66 Sandisfield Road/PO Box 90
Sandisfield, MA 01255

PH: (413) 258-4711

[Directive on Town Operations/COVID](#)

Suscríbese para E-Alertas



Por favor tenga en cuenta que durante este tiempo las oficinas municipales están cerradas al público. Llame o envíe un correo electrónico para información adicional o asistencia.

Recursos Municipales



Pueblo de Savoy

720 Main Street
Savoy, MA 01256
(413) 743-4290

[Facebook.com](#)



Pueblo de Washington

8 Summit Hill Road
Washington, MA 01223
[Junta de Salud COVID19](#)



Pueblo de Sheffield

21 Depot Square
Sheffield, MA 01257
PH: (413) 229-7000
COVID-19 Updates

[Facebook.com](#)

[SEM protocolo de respuesta](#)



Pueblo de West Stockbridge

21 State Line Road
West Stockbridge, MA 01266
PH: (413) 232-0300

[Facebook.com](#)

Envíe comentarios

Suscríbese para E-Alertas



Pueblo de Stockbridge

PO Box 417
50 Main Street
Stockbridge, MA 01262
PH: (413) 298-4170

[Facebook.com](#)

Suscríbese para Alertas de Código Rojo



Pueblo de Williamstown

31 North Street
Williamstown, MA 01267
PH: (413) 458-3500

[WilliNet-TV](#)

[Facebook.com](#)

[Instagram](#)



Pueblo de Tyringham

116 Main Road
Tyringham, MA 01264
(413) 243-1749

Suscríbese para E-Noticias

Suscríbese para E-Alertas



Pueblo de Windsor

1890 Route 9
Windsor, MA 01270
PH: (413) 684-3811
TTY: 1-800-439-2370

Español: (866) 930-9252

Envíe comentarios

Por favor tenga en cuenta que durante este tiempo las oficinas municipales están cerradas al público. Llame o envíe un correo electrónico para información adicional o asistencia.

Agencia de Manejo de Emergencias de Massachusetts (AMEM)

Descripción: Agencia de Manejo de Emergencias de Massachusetts (AMEM) es una agencia estatal responsable de preparar al estado para resistir, responder y recuperarse de todo tipos de emergencias y desastres.



[Twitter.com/MassEMA](https://twitter.com/MassEMA)



[Facebook.com/MassachusettsEMA](https://facebook.com/MassachusettsEMA)



[Youtube.com/user/MassachusettsEMA](https://youtube.com/user/MassachusettsEMA)

Salud & Atención Médica

¿Qué hago si tengo síntomas de COVID-19?

- Llame a su doctor si cree que ha estado expuesto a COVID-19 y/o ha desarrollado síntomas de COVID-19: fiebre (100.4° o más) con tos o dificultad para respirar.
- Quédese en casa a menos de que necesite irse para recibir atención médica.
- Llame antes de visitar a su médico para que ellos puedan tomar precauciones de seguridad.
- Limite el contacto con otras personas en su hogar si es posible y desinfecte todas las áreas compartidas.
- Si necesita llamar al 911 por una emergencia médica, avise al despacho de que está experimentando los síntomas de COVID-19 para proteger la salud y la seguridad de los socorristas.



Hospitales



Si usted tiene síntomas respiratorios, llame con anticipación para que los proveedores de atención médica puedan prepararse para su llegada.

[Berkshire Medical Center](#)

725 North Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 447-2000

[Fairview Hospital](#)

29 Lewis Avenue
Great Barrington, MA 01230
(413) 528-0790

[Berkshire Health North](#)

71 Hospital Avenue
North Adams, MA 01247
(413) 664-5000



Centros de atención urgente

Si usted tiene síntomas respiratorios, llame con anticipación para que los proveedores de atención médica puedan prepararse para su llegada.

[Berkshire Health Urgent Care Center](#)

505 East Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 997-0930
Abierto 8AM-8PM Diario



[MedEXPRESS Urgent Care](#)

999 Dalton Ave
Pittsfield, MA 01201
(413) 448-6231
Abierto 8AM-8PM Diario



[510 Medical Walk In](#)

510 North Street Suite 7
Pittsfield, MA 01201
(413) 499-0237
Abierto 8AM-5PM Lunes-Viernes

Berkshire Health Systems:

- [COVID-19 Puesto de información](#)
- Centro de enfermeras (855) 262-5465, 7AM-7PM

Verificador de síntomas: www.BuoyHealth.com

Clínica de salud sexual y reproductiva

Tapestry Health
100 Wendell Ave, Suite 1
Pittsfield, MA 01201
(413) 443-2844
LXV 9-1; Ma y Ju 9-5

Señales de precaución de emergencia: busque atención médica inmediata

- Dificultad para respirar o falta de respiración
- Dolor persistente o presión en el pecho
- Nueva confusión o incapacidad para despertar
- Labios o cara azulados

COVID-19 Cobertura de Seguro Médico

A partir del 6 de marzo de 2020, la División de Seguros determinó que los planes de seguro de salud de Massachusetts deben proporcionar cobertura completa para las pruebas y el tratamiento de COVID-19 con copago o deducible. La prueba y el tratamiento de COVID-19 deben ser proporcionados por el seguro sin costo adicional. Obtenga más información sobre la cobertura del seguro: <https://www.mass.gov/orgs/division-of-insurance>.

Conector de Salud de Massachusetts

El Conector de Salud de MA puede ayudarlo a solicitar y obtener un seguro de salud a través de MassHealth o un seguro privado. La inscripción abierta se ha extendido hasta el 25 de abril de 2020 para todos los residentes calificados de Mass que no tienen seguro. Visitar: <https://www.mahealthconnector.org> o llame 1-877-623-6765.



Actualizaciones de Cobertura de MassHealth

- Todos los planes de MassHealth cubrirán el tratamiento y las pruebas de COVID-19;
- Todos los proveedores de MassHealth pueden brindar cualquier servicio cubierto por MassHealth a través de telemedicina si se determina que es médicamente necesario y clínicamente apropiado;
- Permitiendo antes de tiempo las recargas (o surtidos o repeticiones) de recetas médicas y suministros para 90 días;
- A partir del 18 de marzo de 2020, MassHealth no cancelará la cobertura de ningún miembro o persona que esté aprobada para la cobertura durante la emergencia nacional del brote de COVID-19 y por un mes después de que finalice el período de emergencia;
- El transporte a través de PT-1 permanece disponible, pero está limitado a aquellos con mayor necesidad;
- **Cualquier pregunta sobre cobertura llame al Servicio al Cliente: 1-800-841-2900 (TTY: 1-800-497-4648).**

Al Aplicar para MassHealth o Hacer Cambios de Elegibilidad

- Informe todos los cambios de circunstancias, incluido el desempleo o la pérdida de salarios, lo antes posible para asegurarse de tener el plan y la cobertura adecuados;
- Siempre puede solicitar MassHealth luego de cambios calificativos de circunstancias que causen la pérdida del seguro;
- MassHealth ha extendido el período de inscripción hasta el 25 de abril de 2020;
- Puede presentar su solicitud en línea, por correo, por fax o por teléfono. Las citas en persona no están disponibles actualmente debido al estado de emergencia COVID-19;
- Para obtener ayuda con la solicitud y la información de elegibilidad llame al Servicio al Cliente de MassHealth: 1-800-841-2900 (TTY: 1-800-497-4648).

Seguro Privado

- Se requiere que todos los planes de seguro privado cubran las pruebas y el tratamiento de COVID-19 sin copago ni deducible;
- Si usted tiene alguna pregunta sobre su seguro, comuníquese con el departamento de servicio al cliente para su plan de seguro específico. Esta información de contacto generalmente se puede encontrar en su tarjeta de seguro, en línea o a través de su empleador.

Los padres / tutores legales de los niños con seguro privado pueden solicitar cobertura secundaria de MassHealth para sus hijos para ayudarlos con los costos médicos, los copagos y el acceso y la cobertura de servicios adicionales. Para más información visitar: <https://www.mass.gov/masshealth-for-individuals-families-and-people-with-disabilities> o llamar al Servicio al Cliente de MassHealth : 1-800-841-2900 (TTY: 1-800-497-4648).

El Programa Apoyo para Acceso o "Advocacy for Access"

Advocacy for Access ayuda a las personas sin seguro y con seguro insuficiente a acceder a diversos programas que pagan por los servicios de atención médica. Este programa es ofrecido por Berkshire Medical Center en Pittsfield y Fairview Hospital en Great Barrington. El personal lo ayuda a navegar muchas opciones disponibles para la cobertura de atención médica. La ayuda está disponible para personas de todas las edades.

*** Las citas están disponibles por teléfono ***



Advocacy for Access de BMC

510 North Street Suite 7

Pittsfield, MA 01201

(413) 445-9480

Lunes a Miércoles, Viernes: 8AM a 4PM,

Jueves: 9:30AM a 4PM



Advocacy for Access de Fairview Hospital

29 Lewis Avenue

Great Barrington, MA 01230

(413) 445-9480

Lunes a Viernes: 8AM-4PM

*Los servicios de interpretación de idiomas están disponibles para todos los pacientes. Este servicio está disponible de forma gratuita. **Servicios Disponibles:***

- Ayuda para aplicar, renovar o resolver problemas de elegibilidad relacionados con los beneficios de MassHealth, ConnectorCare, planes de salud calificados o Health Safety Net (anteriormente conocido como Free Care);
- Aplicaciones de MassHealth para discapacitados;
- Aplicaciones para Asistencia Premium;
- Dificultades médicas: un programa ofrecido por Health Safety Net que permite a los pacientes solicitar alivio de las facturas médicas incurridas en hospitales y centros de salud comunitarios en los últimos doce meses;
- Referrals to:
 1. Farmacias locales que ofrecen medicamentos con descuento;
 2. Centros de salud comunitarios para servicios médicos y dentales;
 3. Otras agencias locales de servicios humanos que incluyen: WIC, SHINE, Ayuda Legal Comunitaria, Departamento de Asistencia Transitoria, Consejo de Acción Comunitaria de los Berkshires, et al.

Ecu-Health Care

Ecu-Health Care es el sitio web designado para la extensión comunitaria y la inscripción en todos los programas de MassHealth en el norte del condado de los Berkshires. Aquí ayudan a los residentes a inscribirse en los programas suplementarios asociados con Medicare. Ecu-Health Care anima a los residentes del norte de los Berkshires que necesiten ayuda a llamarlos. <http://ecuhealthcarena.com/>

Ecu-Health Care
North Adams Campus of BMC
99 Hospital Ave, Suite 208
North Adams, MA 01247
(413) 663-8711

SHINE Program

El **Programa SHINE** provee información gratis, imparcial y actualizada sobre seguros de salud, asesoría y ayuda a los beneficiarios de Medicare de todas las edades y cuidadores. Los asesores de SHINE pueden ayudar a las personas sénior (y a los beneficiarios de Medicare discapacitados más jóvenes) a comprender sus beneficios de Medicare y de otras opciones de seguros de salud. Los asesores de SHINE están disponibles

<https://www.mass.gov/health-insurance-counseling>

SHINE Program
Elder Services of Berkshire County
877 South Street, Suite 4E
Pittsfield, MA 01201
1-800-243-4636



Servicios de Salud Mental & Apoyo

Durante estos tiempos de aislamiento social, usted no está solo. Hay ayuda disponible.

Navegando una Emergencia de Salud Mental

Según la Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales (NAMI), las enfermedades mentales son afecciones médicas que interrumpen el pensamiento, los sentimientos, el estado de ánimo, el funcionamiento diario y la capacidad de relacionarse con los demás. No se desarrolla debido al carácter o inteligencia de una persona.

Señales de advertencia de una crisis de salud mental:

No están siempre presentes, pero hay acciones comunes que pueden ser una pista de que se está desarrollando una crisis, como:

- Incapacidad de realizar tareas diarias (bañarse, cambiarse de ropa);
- Cambios de humor rápidos (aumento del nivel de energía, estimulación, depresión repentina, retraído, etc.);
- Agitación (amenazas verbales, violentas, destrucción de la propiedad);
- Comportamientos abusivos hacia uno mismo y otros (incluido el uso de sustancias, autolesiones);
- Aislamiento de la escuela, el trabajo, la familia, los amigos;
- Psicosis: pierde contacto con la realidad, incapaz de reconocer a familiares/amigos, confusión, ideas extrañas, etc.;
- Paranoia.

Es importante ser consciente de por cuánto tiempo los cambios en la personalidad o el funcionamiento diario han estado ocurriendo y cuánto está afectando la vida diaria del individuo.

El riesgo de suicidio es una preocupación importante para las personas con problemas de salud mental. Animar a alguien a buscar ayuda es el primer paso hacia la seguridad. El aislamiento social tan común en la vida de las personas con enfermedades mentales puede reforzar la creencia de que a nadie le importa si viven o mueren. Esto puede perpetuarse durante este tiempo de distanciamiento social. Las señales de advertencia comunes de suicidio incluyen:

- Regalar posesiones personales;
- Hablar como si se despidieran o se fueran para siempre;
- Tomar medidas para atar cabos sueltos, como organizar documentos personales o pagar deudas;
- Hacer o cambiar un testamento;
- Almacenar píldoras u obtener un arma;
- Preocupación por la muerte;
- Alegría o calma repentina después de un período de abatimiento;
- Cambios dramáticos en personalidad, humor y/o comportamiento;
- Aumento del consumo de drogas o alcohol;
- Comentarios como "ya nada importa", "estarás mejor sin mí" o "no vale la pena vivir";
- Abandono de amistades, familiares, actividades normales;
- Historia de intentos de suicidio o conductas autolesivas.

Qué hacer en una crisis de salud mental:

si le preocupa que usted o un ser querido están en crisis o a punto de una crisis, busque AYUDA. Pregunte:

- ¿Está la persona en peligro de lastimarse a sí misma, a otros o a alguna propiedad?
- ¿Necesita asistencia de emergencia?
- ¿Tiene tiempo para comenzar una llamada telefónica para obtener orientación y apoyo de un profesional de salud mental?

Llame al 911 si hay peligro inmediato y abandone el lugar inmediatamente si no se siente seguro con la persona.

Líneas Directas:

Brien Center: Llame al **1-800-252-0227** para hablar con un consejero de crisis local capacitado 24/7.

Línea de texto de Crisis: Textee NAMI al 741-741 para recibir apoyo de un consejero de crisis capacitado 24/7.

Departamento de Salud Mental (DMH): Línea local de crisis disponible 24/7. Llame al (413) 499-0412.

Línea Nacional de Prevención del Suicidio: Llame al 1-800-273-TALK (8255) para hablar con un consejero de crisis capacitado 24/7.

El Proyecto de Trevor: Llame al 1-866-488-7386 o textee START al 678678 para hablar con un consejero de jóvenes LGBTQ+ especializado en crisis 24/7.

Línea Trans: Brinda apoyo específicamente para personas transgénero e indecisas. Para apoyo y orientación durante la crisis llame al **1-877-565-8860 entre 10AM-4PM.**

Línea de adolescentes: Teens helping teens. **Text TEEN to 839-863** between 9PM-11PM daily. Download app: www.tinyurl.com/TeenTalkApp.

Línea de Crisis para Veteranos Crisis: Disponible para todos, incluso si usted no está registrado con VA o inscrito en seguro médico para veteranos. Llame al **1-800-273-8255 (y presione 1)**, envíe un mensaje de texto al: **838-255**. Para Sordos o con Dificultades Auditivas llame al: **1-800-799-4889. Disponible 24/7.**

Líneas de Ayuda:

NAMI (Alianza Nacional en Salud Mental): 1-800-950-NAMI (6264) L-V 10AM-6PM. Textee NAMI al 741-741.

NAMI de los Berkshires: "Línea caliente" llame o textee (413) 445-1136.

SAMHSA (Administración de Servicios de Abuso de Sustancias & Salud Mental): 1-800-662-HELP (4357); TTY 1-800-487-4889. Disponible 24/7 - referencias a centros locales de tratamiento, grupos de apoyo y organizaciones comunitarias.

Servicios de Salud Mental y Apoyo

Algunos proveedores pueden tener servicios limitados, servicios remotos o de telesalud, protocolos específicos para operaciones de estado de emergencia. Llame con anticipación para garantizar la información más actualizada.



Departamento de Salud Mental (DMH)

DMH continúa proveyendo servicios y aceptando aplicaciones para servicios. Usted puede aplicar en línea en:

<https://www.mass.gov/lists/applications-for-dmh-services> o llame a la Línea de Información y Recursos de DMH: 1-800-22-10053.

Oficina de los Berkshires Emergencia/Crisis 24/7

333 East Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 395-2000
TTY: (413) 443-8294

66 West Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 499-0412

Es común sentirse estresado o ansioso durante este tiempo. Puede ser especialmente difícil para las personas que ya manejan sentimientos de ansiedad o angustia emocional. Hay varias formas en que usted puede mantener su salud mental y controlar su estrés.

Del CEO del Centro Brien, Christine Macbeth:

- **Manténgase conectado con otros & mantenga sus redes sociales.** Pida ayuda cuando la necesite. Manténgase conectado por teléfono, correo electrónico, redes sociales y videollamadas. Consulte regularmente con su familia y amigos. Realicen actividades virtuales.
- **Mantenga su propio bienestar.** Siga rutinas diarias saludables tanto como sea posible. Cuídese a través del ejercicio y el movimiento. Practique relajarse a través de la meditación, la atención plena, la oración, etc.
- **Administre cómo consume información.** Equípate con información de fuentes confiables y de buena reputación, como los CDC, la OMS. Establezca límites sobre cuándo y durante cuánto tiempo consume noticias e información, incluso a través de las redes sociales..
- **Encuentre una comunidad de salud mental.** Hay varios grupos de apoyo en línea, como AA, NA, grupos de recuperación, etc..
- **Sea amable.** Cuando nos alejamos de nuestros miedos y hacemos algo bueno por alguien más, nos recuerda el poder que tenemos para mejorar un poco la vida de los demás.

Encontrar el proveedor de salud mental adecuado puede ser difícil.

Consejos para encontrar un proveedor de salud mental: www.mayoclinic.org

Base de datos de búsqueda de terapeutas en Massachusetts: www.psychologytoday.com



Proveedores de servicios de salud mental para pacientes ambulatorios

Brien Center:

(413) 499-0412

Línea de Crisis 24hrs: 1-800-252-0227

www.briencenter.org

Opciones Clínicas y de Apoyo:

877 South Street, Suite 200

Pittsfield, MA 01201

(413) 236-5656

www.CSOINC.org

Centro de Consejería de los Berkshires

Oficina Principal: 34 Depot Street, Suite 201

Pittsfield, MA 01201

(413) 499-4090

www.CCBerkshires.com

ServiceNet

139 North Street

Pittsfield, MA 01201

(413) 442-4003

www.ServiceNet.org

Recursos para lidiar con el estrés durante COVID-19

[CDC Estrés & Superación](#)

[Mass.gov Mantener la salud emocional y el bienestar durante el brote de COVID-19](#)

[NAMI Guía de Recursos e Información de COVID-19](#)

[Asociación Nacional de Psicólogos Escolares \(NASP\) Ayudando a los niños a superar los cambios derivados de COVID-19](#)

[SAMHSA Cuidando su salud conductual](#)



Los niños & Servicios de Salud Mental

Iniciativa de salud conductual para niños (CBHI)

- Los servicios de CBHI son una opción para jóvenes elegibles y sus familias que cumplen con los criterios clínicos y tienen cobertura de seguro de MassHealth.
- Los servicios de CBHI incluyen un continuo tratamiento de salud conductual basado en el hogar y la comunidad, apoyo y manejo de servicios de casos en un modelo envolvente que intenta apoyar a los jóvenes con afecciones de salud mental, así como a su familia, reconociendo cómo la salud mental de un niño puede afectar a toda la unidad familiar.
- Para aprender más: <https://www.mass.gov/masshealth/cbhi>
- Para encontrar a un proveedor de CBHI: <https://www.mabhaccess.com>

Programa de Acceso a Psiquiatría Infantil en Massachusetts (MCPAP)

El objetivo de MCPAP es mejorar el acceso al tratamiento para niños con necesidades de salud conductual y sus familias haciendo que los servicios de psiquiatría infantil sean accesibles para los proveedores de atención primaria en todo Massachusetts.

Usted puede hablar con el pediatra de su hijo acerca de comunicarse con MCPAP para obtener ayuda.

Aprenda más en: <https://www.mcpap.com>
<https://www.mcpap.com/Families/YourChildMentalHealthNWellness.aspx>



¿Qué es Telesalud?

Telesalud es atención médica brindada a través de la tecnología de telecomunicaciones, como el video chat y las llamadas telefónicas, en lugar de en persona. Muchos proveedores de servicios médicos y de salud mental están optando por utilizar métodos de servicios de telesalud para continuar prestando servicios durante la emergencia del COVID-19. Telesalud está cubierta por MassHealth y muchos otros planes de seguro según provisiones en relación a expectativas de cobertura durante la emergencia de salud del COVID-19. Hable con su proveedor de atención médica o con el departamento de servicio al cliente de su seguro médico para obtener más información.

Servicios & Soporte para el Trastorno por Uso de Sustancias

COVID-19 & Trastorno por Uso de Sustancias

Del Programa de Yale en Medicina de Adicción en colaboración con la División de Adicciones de Yale (<https://drive.google.com/file/d/1W9mcVKIzaVOelZfVLxGAsrf02utaBVNj/view>)

El aumento del estrés y la inestabilidad resultante del COVID-19 puede poner a las personas en recuperación en mayor riesgo de uso de sustancias. Además, el Instituto Nacional de Salud (NIH) advierte que algunas personas con antecedentes de trastorno por consumo de sustancias pueden tener un mayor riesgo de complicaciones debido a las infecciones por COVID-19 debido al daño pulmonar progresivo.

Medicamentos & Otras Consideraciones de Tratamiento: Acceso continuo a medicamentos utilizados para tratar la adicción y la naloxona es esencial:

- Hable con su médico y su farmacia acerca de tener suficientes medicamentos y acceder a las recargas. Solo reduzca su dosis de medicamento si no puede acceder a su dosis regular;
- Si tiene coronavirus o síntomas respiratorios (fiebre, tos, dificultad para respirar), informe a su médico y/o farmacia antes de recoger los medicamentos para que puedan prepararse para recibirle;
- Trabaje con su médico para ajustar el tipo de monitoreo (autoinforme, toxicología de orina, pruebas de aliento) y la frecuencia que mejor se adapte a su situación clínica.

Consideraciones Especiales para el Acceso a la Metadona

- Los programas de tratamiento con metadona pueden usar telesalud, incluyendo el teléfono para comunicarse con usted de una manera que proteja su privacidad;
- Los programas de tratamiento con metadona pueden trabajar con agencias estatales para aumentar la cantidad de frascos de metadona para llevar a casa (suministro de hasta 28 días) para algunos pacientes y/o personas con problemas médicos graves;
- Los pacientes que están en cuarentena con infección por coronavirus pueden designar a una persona no infectada para que recoja y entregue su metadona o, si es necesario, el programa puede proporcionar la entrega "a domicilio" utilizando una caja de seguridad aprobada.

Grupos de Apoyo En Línea & Recursos para Reuniones

Del Tribunal de Primera Instancia de la Commonwealth de Massachusetts



- [Grupo en Línea de Alcohólicos Anónimos](#) Directorio de audio/video en línea con reuniones 7 días a la semana.
- [Recuperación SMART en Línea](#) Comunidad donde los participantes se ayudan mutuamente a recuperarse de comportamientos adictivos.
- [NOSOTROS conectamos y Unidad de Recuperación](#) Reuniones diarias de recuperación gratis y en línea.
- [Narcóticos Anónimos En Línea](#) Reuniones en línea en varias zonas horarias utilizando múltiples plataformas.
- [Proyecto Herren en Vivo](#) Grupos de apoyo en línea y reuniones de recuperación, moderados por médicos capacitados.
- [In The Rooms](#) Reuniones semanales gratuitas en línea para aquellos recuperándose de la adicción y problemas relacionados.
- [Aprenda a Hacer Frente](#) Foro de soporte en línea abierto a familias, amigos y seres queridos que tienen a alguien en sus vidas que está luchando contra la adicción.
- [Grupos Familiares Al-Anon](#) Reuniones electrónicas para cualquier persona afectada por el alcoholismo en un familiar o amigo.
- [Aliados en Recuperación](#) Apoyo en línea para familias que enfrentan la adicción de un ser querido, utilizando el método de evidencia CRAFT (refuerzo comunitario y capacitación familiar); gratis para residentes de Massachusetts.

Consejos para reducir daños

Proporcionado por [HarmReduction.org](#)

Algunos de estos son más fáciles de hacer que otros, y algunos pueden parecer imposibles dependiendo de su situación actual. Haga lo mejor que pueda. Comuníquese con amigos, proveedores de servicios de jeringas (SSP) y otros proveedores de servicios sociales o de salud para planificar qué hacer para que puedan mantenerse seguros y cuidarse mutuamente.

Práctica de uso de drogas más seguras:

- **Minimice la necesidad de compartir sus suministros.** No comparta cigarrillos, pipas, canutos o tubos nasales como pajillas. Si tiene que compartir, practique la reducción de daños con sus suministros (limpie las boquillas con un hisopo con alcohol antes de compartir o use una boquilla separada). Coloque el equipo usado para fumar, resoplar e inyectar en un bio-balde para que las personas sepan que han sido usados;
- **Minimice el contacto.** Si está teniendo relaciones sexuales o haciendo trabajo sexual, COVID-19 puede transmitirse por contacto cercano como toser, besarse o contacto directo con fluidos corporales. Intente minimizar el contacto cercano y asegurar el uso del condón;
- **Prepare sus drogas usted mismo.** Lávese bien las manos durante 20 segundos con agua y jabón y prepare sus propias drogas. Mantenga las superficies limpias y límpielas antes y después de usarlas, con toallitas microbianas, alcohol (al menos 70%) o lejía. Si no puede preparar sus propias drogas, quédese con la persona que lo está haciendo y asegúrese de que se lave las manos y desinfecte las superficies;
- **Planifique y prepárese para una sobredosis.** Tenga con usted tiras de prueba de naloxona y fentanilo. Si está solo, llame a [Never Use Alone](#) al 1-800-484-3731. Se quedarán con usted en el teléfono y llamarán por usted al 911 si tiene una sobredosis. Si está usando con otros, haga un plan de sobredosis con ellos y escalone el uso si es posible. Guarde una máscara de respiración para usar en caso de que sea necesaria la respiración de rescate.



Líneas Directas y de Ayuda

- ☐ **MASS 2-1-1:** Línea directa 24/7 de Massachusetts con información en tiempo real sobre COVID-19, recursos y referencias en varios idiomas. Marque 2-1-1 desde cualquier teléfono fijo o celular.
- ☐ **Acceso a la Salud Conductual en Massachusetts (MABHA):** Localiza vacantes en servicios de salud mental y trastorno por abuso de sustancias.
- ☐ **Red de Cuidado de Massachusetts:** Nuevo directorio completo y de búsqueda en todo el estado con información sobre más de 5,000 recursos de salud mental, uso de sustancias y servicios sociales, incluida la descripción del programa, información de contacto, poblaciones atendidas, elegibilidad e información sobre tarifas.
- ☐ **Línea de ayuda para el uso de Sustancias de Massachusetts:** Recurso público a nivel estatal para encontrar encontrar servicios autorizados y aprobados de recuperación y tratamiento de uso de sustancias. Llame al 800.327.5050 para obtener ayuda de 8am-10pm de Lunes a Viernes y de 8am-6pm los fines de semana.
- ☐ **Nunca Use Solo:** Llame al 1-800-484-3731. Se le preguntará su ubicación, sobre cualquier alergia o afección médica. El operador permanecerá en la línea con usted mientras usa. Si no responde después de un período de tiempo establecido después del uso, el operador notificará al 911 de su ubicación, alergias/condiciones y posible sobredosis. Teléfono alternativo: (931) 304-9462. Sin juicio, sin vergüenza, sin sermón. Solo amor.
- ☐ **Línea Gratis de Crisis para Veteranos:** Recurso confidencial para Veteranos en crisis y sus familiares y amigos, incluidos los veteranos no registrados en el VA. Marque 800.273.8255 y presione 1 para hablar con alguien, o envíe un mensaje de texto al 838255 para conectarse con un respondedor de VA cualificado.

Programas de intercambio de jeringas (SEP)

Proporciona jeringas estériles gratuitas y recoge jeringas usadas por consumidores de droga para reducir la transmisión de patógenos transmitidos por la sangre, incluida la inmunodeficiencia humana (VIH), el virus de la hepatitis B y el virus de la hepatitis C (VHC). Los servicios durante este tiempo incluyen:

- **Programa de eliminación de objetos punzantes:** las personas pueden traer sus jeringas usadas en un contenedor de objetos punzantes al programa para que estos elementos se eliminen de manera segura y sin costo alguno para la persona.
- **Programa de servicio de jeringas**
 1. Brinda educación sobre reducción de daños, prevención de infecciones e inyección segura a personas con trastorno por uso de sustancias.
 2. Proporciona equipos y jeringas limpios a las personas con trastorno por uso de sustancias para minimizar la propagación de infecciones dentro de nuestra comunidad.
 3. Al recolectar jeringas usadas, los programas quieren evitar la eliminación inadecuada de jeringas usadas en nuestra comunidad para evitar que se produzcan pinchazos innecesarios a nuestros servicios de emergencia y a todos los miembros de nuestra comunidad.
- **Educación sobre sobredosis y distribución de naloxona.** Brinda a las personas educación sobre las señales de la sobredosis, los pasos que se deben tomar si se sospecha una sobredosis y cómo usar correctamente la naloxona (Narcan) para revertir una sobredosis.

Salvaguardando su Recuperación de la Adicción

Autocuidado durante el COVID-19

☐ **Hazelden Betty Ford:** Consejos para mantenerse conectado

☐ **A prueba de roturas:** "Cómo estoy lidiando con COVID-19 y el aislamiento social como persona en recuperación a largo plazo"



Healthy Steps Pittsfield

510 North Street, Suite 6-B2
Pittsfield, MA 01201
(413) 447-2654
Horas COVID
L-V 8:00AM-4:20PM



Tapestry Health

6 Main Street
North Adams, MA 01247
(413) 398-5603
Horas COVID
L-V 10:00AM-2:00PM



Tapestry Health

100 Wendell Avenue, Suite 1
Pittsfield, MA 01201
(413) 443-2844
Horas COVID: LXV 9:00AM-1:00PM;
MJ 9:00AM-5:00PM
***Acceso y capacitación de Narcan**
SOLO en este sitio*

Detox Programs

Condado de los Berkshires - Berkshire Health Systems

berkshirehealthsystems.org *Solo use las salas de urgencias si es absolutamente necesario/en caso de necesidad aguda. Residentes de los Berkshires son priorizados.

- **Unidad McGee**
(413) 442-1400 o (413) 445-9228
- **Unidad de Servicios de Estabilización Clínica (CSS)**
(413) 445-9228, opción 1

Otros Condados:

- **Hospital Adcare:** 107 Lincoln St., Worcester, MA 01605
(800) 345-3552 o (508) 799-9000
- **Instalación de Tratamiento Swift River:** 151 South St., Cummington, MA
(518) 269-8306
- **Centro de Recuperación Carlson:** 471 Chestnut St., Spfld., MA 01107
(413) 733-1431
- **Hospital de Desintoxicación Providence:** 1233 Main St., Holyoke, MA
(413) 539-2981
- **Red de Salud Conductual (BHN) - Centro de Recuperación Franklin Programa de Primeros Pasos:** Para personas que usan activamente y necesitan tratamiento supervisado médicamente.
289 Federal Street (Ruta 5), Greenfield, MA 01301
(413) 733-1423 o (413) 737-2439
- **Red de Salud Conductual(BHN) - Centro Intensivo Hope del Norte:** Programa de estabilización clínica y tratamiento.
289 Federal Street (Ruta 5), Greenfield, MA 01301
(413) 733-1423 o (413) 737-2439
- **Lugar de Retiro Brattleboro:** 1 Anna Marsh Lane, Brattleboro, VT 05302
(802) 258-3700
- **Servicios de Recuperación Comunitaria Healthlink:** Worcester, MA
(508) 860-1000
- **Desintoxicación Spectrum:** 154 Oak Street, Westborough, MA 01581
(800) 366-7732

Tratamiento Atendido con Medicamentos

- ☐ **Sistemas de Salud Spectrum:** 390 Merrill Rd., Pittsfield, (413) 442-0402
Horario de Dosis: 6:00AM-11:30AM Diariamente
- ☐ **Sistemas de Salud Spectrum:** 1274 Curran Highway North Adams, MA (413) 664-9024
Horario de Dosis: 6:00AM-10:30AM Diariamente
- ☐ **Clean Slate:** 53 Eagle Street, 4to Piso, Pittsfield, MA (413) 347-4088
Lun y Mie 9:00AM-5:00PM; Mar y Jue 9:00AM-8:00PM; Vier 8:00AM-1:00PM
- ☐ **Salud Savidá:** 42 Summer St., 2nd Floor, Pittsfield, MA (413) 236-9100; Lun-Jue 8:00AM-6:00PM
<https://svidahealth.com/online-medical-intake-packet/>
- ☐ **Salud Savidá:** 77 Hospital Ave., Suite 104, North Adams (413) 398-5180
Mar y Jue 8:30AM-5PM; Mie y Vie 8:00AM-5:00PM; Cada dos Sab 8:00AM-12:00PM
<https://svidahealth.com/online-medical-intake-packet/>
- ☐ **Grupo de Salud Right Choice:** 152 North St., Suite #250 Pittsfield, MA (413) 344-0170
Lun, Mar, Jue, Vie 8:30AM-5:00PM; Wed 8:30-7:00PM
- ☐ **Brien Center:** 333 East St., #277, Pittsfield, MA (413) 499-0412
Lun-Vie 8:00AM-5:00PM

Prevención de Sobredosis, Sitios de Capacitación de Narcan & Distribución



Farmacia BHS
725 North Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 395-7610



Centro de Bienestar MCLA
289 Church Street
North Adams, MA 01247
(413) 387-8676



Farmacia CVS
[cvs.com/store-locator/landing](https://www.cvs.com/store-locator/landing)



Tapestry Health
Con cita solamente
6 Main Street
North Adams, MA 01247
(413) 398-5603
Horas COVID: L-V 10:00AM-2:00PM



Pasos Sanos
Berkshire Health Systems
510 North Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 447-2654
L-V 8:00AM-4:20PM



Tapestry Health
Con cita solamente
100 Wendell Ave #1
Pittsfield, MA 01201
(413) 443-2844
Horas COVID: L-V 10:00AM-2:00PM



Aprenda a Hacer Frente
Sala Comunitaria de Sanación
Centro de Cáncer BMC
165 Tor Court
Pittsfield, MA 01201
[Learn2cope.org](https://www.learn2cope.org)



Walgreens
[walgreens.com/storelocator/find](https://www.walgreens.com/storelocator/find)

Servicios Locales de Apoyo y Recuperación en Grupo

El horario y la programación pueden variar debido al Coronavirus. Llame para obtener la información más actualizada.



O.P.E.
(Discutiendo Nuestras Experiencias Personales)
Centro Regional Comunitario Berkshire South
15 Crissey Road
Great Barrington, MA 01230
(413) 528-2810 x14



Josh Bressette Comprométase a Salvar una Vida
[commit2savealife.org](https://www.commit2savealife.org)



Aprenda a Hacer Frente
Berkshire Medical Center
Sala Comunitaria de Sanación
165 Tor Ct.
Pittsfield, MA 01201
Email: ltc@learn2cope.org
(508) 738-5148



Primeros Pasos Juntos
Apoyo a Familias en Recuperación
141 North Street, Suite 307
Pittsfield, MA 01201
(413) 372-9830
Email: jbarnaby@chd.org
Programa de tutoría entre iguales & apoyo de crianza de los hijos para madres que se recuperan de la dependencia de opioides.

Programas de Recuperación Residencial

Casa Kennan - Brien Center para Salud Mental & Servicios de Abuso de Sustancias

- Para hombres: 202 Bradford St., Pittsfield, MA 01302
(413) 499-2756
- Para hombres: 121 & 123 Seymour St., Pittsfield, MA 01201
(413) 997-0067

Centros Alternativos de Vivienda (ALC) Para Hombres

- Vivienda Residencial a corto & largo plazo - Con certificación MASH

Para más información:

Colaboración de Prevención de Adicción a Opioides de los Berkshires

[boapc.org](https://www.boapc.org)

<https://www.facebook.com/BerkshireBOAPC/>

Apoyo para Violencia Doméstica & Asalto Sexual

Centro Elizabeth Freeman

Las oficinas están abiertas y disponibles para asistencia Para asuntos no urgentes:

info@elizabethfreemancenter.org

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

LÍNEA DIRECTA GRATIS 24 HORAS (866) 401-2425

No están solos. Llámenos.



Pittsfield

43 Francis Avenue
Pittsfield, MA 01201
(413) 499-2425

North County

61 Main Street, Suite 202
North Adams, MA 01247
(413) 663-7459

South County

168 Main Street, Suite 4*
Great Barrington, MA 01230
(413) 429-8190

*La Suite 4 está en la parte de atrás del edificio de H&R Block



ELIZABETH
FREEMAN
CENTER

Cuerpo Especial Asiático en Contra de la Violencia Doméstica



Asistencia lingüística y culturalmente receptiva para sobrevivientes & comunidades asiáticas

Línea Directa Multilingüe 24 Horas: (617) 338-2355
atask.org



Oficina de la Fiscal de Distrito de los Berkshires Línea directa de defensores de víctimas y testigos:
1-855-275-8927

Línea Directa Nacional de Violencia Doméstica

1-800-799-7233



TTY: 1-800-787-3224

Textee: LOVEIS to 22522

thehotline.org

Ayuda disponible en más de 140 idiomas



Línea Directa Nacional de Tráfico Humano

1-888-373-7888



Línea de Ayuda Safelink (MA Estatal)

1-877-785-2020



En caso de emergencia, llame al 9-1-1



Use Emergencia SOS en su iPhone: <https://support.apple.com/en-us/HT208076>



Cómo configurar la ubicación compartida de emergencia en Android & iOS:

<https://www.theverge.com/2019/3/18/18267500/how-to-set-up-emergency-location-sharing-android-ios>



AUMENTO DEL RIESGO DE DAÑO POR COVID-19



Como muchos de nosotros estamos practicando el distanciamiento social y la cuarentena, existen muchos riesgos adicionales para los sobrevivientes y su seguridad, como:

- **Aislamiento:** Los agresores pueden usar este tiempo para aislar aún más a los sobrevivientes de sus seres queridos. También pueden usar esto como un momento para restringir aún más el movimiento de un sobreviviente en persona, controlando a dónde va y cuándo. También pueden controlar las interacciones de un sobreviviente en línea, limitando su acceso al mundo exterior;
- **Restricción del Acceso a la Información:** Los agresores también pueden restringir el acceso a las noticias y otros medios, convirtiéndose en la fuente de toda la información;
- **Aumento del Abuso:** El abuso puede empeorar durante este tiempo ya que los sobrevivientes pueden pasar más tiempo en contacto con sus agresores. Los sobrevivientes también pueden experimentar nuevos o diferentes tipos de abuso durante este tiempo;
- **Acoso Digital y en Persona:** Los agresores pueden tratar de ejercer su poder tratando de monitorear, controlar y acechar a los sobrevivientes en persona y digitalmente;
- **Abuso Financiero:** Muchas personas están experimentando cargas financieras debido a que no pueden trabajar y los agresores pueden explotar económicamente a los sobrevivientes durante este tiempo;
- **Crianza de los Hijos:** Los sobrevivientes que crían a sus hijos en conjunto con sus agresores pueden enfrentar desafíos únicos durante estos tiempos, como barreras a las visitas y/o una mayor exposición al agresor debido a la falta de cuidado infantil accesible. Por ejemplo, para que un sobreviviente trabaje, él/ella/ellos puede que tenga(n) que usar a su agresor para el cuidado de los niños.

¿Qué es un PLAN DE SEGURIDAD? Un plan de seguridad es un conjunto de pasos que usted puede seguir para reducir el riesgo de daños en situaciones inseguras con un agresor o miembro de la familia. Con los cambios en nuestros entornos debido al coronavirus, aconsejamos a las sobrevivientes de violencia de género que consideren los siguientes consejos de seguridad creados por sobrevivientes. El equipo de líderes de sobrevivientes de "Sanctuary for Families" compiló esta lista con la esperanza de proporcionar herramientas digitales para la seguridad durante este tiempo.

¿Por qué debería crear un PLAN DE SEGURIDAD? Puede ser difícil pensar y reaccionar en un momento de emergencia o alto estrés, especialmente con el estrés agregado y la incertidumbre del coronavirus, por lo que es útil crear un plan por adelantado. También es importante actualizar su plan de seguridad con frecuencia, ya que las circunstancias pueden cambiar. Los agresores a menudo intentan tener poder y control sobre la vida de un sobreviviente, y un plan de seguridad es una forma en que un sobreviviente puede tener poder y control sobre su propia situación, tanto como pueda. Tener un plan puede ayudarlo a tomar las decisiones más seguras que pueda para su situación.

- 1. Seguridad digital:** Por favor intente utilizar una computadora o un teléfono más seguros a los que alguien abusivo no tenga acceso directo o remoto (hackear). El acecho digital es una forma en la que los agresores intentan ejercer poder y control. El correo electrónico y la mensajería instantánea/de texto (MI) no son formas seguras o confidenciales de hablar con alguien sobre el peligro o el abuso en su vida. Si es posible, llame en su lugar. Si usa correo electrónico o mensajes de texto, use una computadora o teléfono más seguro y una cuenta que su agresor desconozca.
- 2. Sistema de Palabras Clave entre Amigos (o Señal):** Identifique al menos 2 personas con las que pueda ponerse en contacto con una "palabra clave" para informarles si tiene problemas. Planifique de antemano lo que deberían hacer si les envía la palabra clave.
- 3. "Habitación más segura":** Si hay una discusión, identifique un área de la casa a la que pueda trasladarse donde no haya armas y haya formas de que usted pueda salir de la casa, apartamento o edificio, como una puerta o ventana para salir de la casa/apartamento. Para algunos sobrevivientes, especialmente aquellos en cuarentena en el hogar con un agresor durante el coronavirus, ninguna habitación puede sentirse segura, por lo que las llamamos las "habitaciones más seguras". Si al menos puede identificar las áreas de menor riesgo, es posible que pueda reducir el daño.
- 4. Planificación con niños:**
 - **Palabras clave:** Si tiene hijos, decida cómo comunicar la urgencia. Por ejemplo, cuando la hija de un sobreviviente era pequeña, el sobreviviente abría los brazos y la hija sabía que eso significaba correr hacia ella por seguridad. Algunos sobrevivientes también crean una "palabra clave" con sus hijos que significa que deben ir a la "habitación más segura" en el hogar que ya se ha decidido.
 - **Números de emergencia:** Si por alguna razón no puede hacer llamadas de emergencia y tiene hijos, deles el (los) número(s) de seguridad, si tienen la edad suficiente.
- 5. Notificando a la policía antes de una Emergencia:** Con anticipación, usted puede notificar a la policía local de sus inquietudes. Hágales saber la historia y su preocupación de estar en aislamiento debido al coronavirus. Puede ser útil hablar con el oficial de violencia doméstica.
- 6. Plan de salida:** En caso de que tenga que huir, cree un plan de salida con anticipación con alguien que pueda apoyar esta necesidad. ¿Hay un amigo/familiar de confianza con el que pueda quedarse, si es necesario?
- 7. Suministros, Alimentos & Medicamentos:** Revise sus suministros y alimentos. Si necesita comida y no tiene el dinero, revise su despensa de comida local, templo/iglesia/mezquita/etc., u otras organizaciones comunitarias. Recuerde mantener su medicamento en el lugar más seguro y de fácil acceso en caso de emergencia.
- 8. Bolsa de emergencia:** Empaque una bolsa de emergencia con un juego adicional de llaves, ropa para usted y sus hijos, un teléfono celular de pago por uso, medicamentos, copias de documentos importantes, etc.
- 9. Documentos Importantes:** Haga copias o tome fotografías de sus documentos importantes para usted y envíelos a un amigo o familiar de confianza. Los documentos importantes pueden incluir identificaciones, tarjetas de seguro social, documentos de inmigración, certificados de nacimiento, información sobre seguros de salud y órdenes de protección. Como se mencionó anteriormente, tenga en cuenta el envío de cualquier cosa por teléfono o computadora. Utilice el método que sea más seguro para usted.
- 10. Búsqueda de Apoyo Social:** Con el distanciamiento social y la cuarentena, los sobrevivientes pueden sentirse aún más aislados y los agresores pueden usar un mayor aislamiento como táctica de poder y control. Identifique amigos de confianza, familiares o incluso grupos de apoyo en línea donde aún puede conectarse virtualmente. Si usted tiene un amigo que puede estar experimentando, asegúrese de contactarlo aún más durante este tiempo.
- 11. Creando un "Espacio Pacífico":** Muchos sobrevivientes se sienten obligados a pasar más tiempo con un agresor durante el brote de coronavirus porque pueden sentirse inseguros al salir de la casa, así como inseguros al quedarse en casa. Si no puede salir de su hogar, intente crear un "espacio pacífico" para usted en su hogar (si eso es seguro para usted). Puede dibujar imágenes de un lugar más tranquilo y ponerlas en una pared para ayudarlo a tomar un descanso emocional para visualizar un lugar más tranquilo. Esta también es una actividad que puede hacer con sus hijos. También puede escribir afirmaciones positivas y ponerlas en la pared para recordar su valía.
- 12. Aferrándose a su Plan:** Considere mantener una lista de su plan de seguridad en su teléfono o donde sea más seguro para usted. Por favor considere lo que es más seguro para usted. Si elige escribir su plan en alguna parte, considere incluir solo palabras clave que lo ayuden a recordar el plan, pero que no sean claras para su abusador. Si esto no es seguro, intente memorizar su plan, concentrándose en memorizar al menos un número de emergencia clave en su lista de recursos.

Bienestar Infantil

Qué hacer si sospecha que se está abusando o descuidando a un niño:

Informe si sospecha que un niño está sufriendo abuso, negligencia o explotación.

Llame al Departamento de Niños y Familias (DCF)

- Oficina de los Berkshires L-V 8:45AM-5:00PM (413) 236-1800
- Noches, fines de semana y días feriados llame a la línea directa para niños en riesgo (800) 792-5200
- Otros lugares para oficinas locales de DCF: Mass.gov/dcf

Qué pasa después de que usted informa:

El DCF, con el apoyo de un equipo multidisciplinario, revisará el informe para evaluar las circunstancias para determinar la seguridad y las necesidades del niño, y si la participación del DCF está justificada.



DCF continúa brindando servicios a los jóvenes y las familias durante la emergencia COVID-19, así como a responder a casos de abuso y negligencia.

Las familias con niños y jóvenes bajo custodia de DCF que tengan preguntas sobre la respuesta a COVID-19 deben comunicarse con su trabajador de caso de DCF para obtener más información. Puede encontrar una guía familiar de servicios de protección para niños en mass.gov/doc/a-familys-guide-to-protective-services-for-children-english-1/download

Otros Recursos

El Lugar para Niños del Condado de los Berkshires

- (413) 499-2800
- info@kidsplaceonline.org
- www.Kidsplaceonline.org

El Centro de Recursos de la Familia 18 Degrees

- (413) 448-8281
- info@18degreesma.org
- www.18degreesma.org

La Coalición de la Comunidad del Norte de los Berkshires - El Lugar de Familia

- (413) 663-7588
- www.nbccoalition.org/the-family-place.html

Señales de advertencia de abuso y negligencia

Para más información: mass.gov/info-details/warning-signs

Abuso físico

- Moretones, ronchas, quemaduras que no pueden explicarse suficientemente, en particular moretones en la cara, labios y boca de los bebés o en varios planos de superficie al mismo tiempo
- Moretones inusuales que reflejan la forma del instrumento utilizado para causar las lesiones
- Grupos de moretones, ronchas o quemaduras, que indican contacto repetido con una mano o instrumento
- Lesiones en el cuerpo donde los niños generalmente no se lastiman (por ejemplo, torso, espalda, nalgas, muslos, cuello)
- Comportamiento retraído, temeroso o extremo

Negligencia - niño o joven

- Cambios repentinos en el comportamiento o el rendimiento escolar
- Frecuentemente ausente de la escuela o guardería
- No ha recibido ayuda por problemas físicos / médicos señalados a los padres o cuidadores
- Problemas de aprendizaje (o dificultad para concentrarse) que no pueden atribuirse a causas físicas o psicológicas específicas
- Siempre vigilante, como preparándose para que algo malo suceda
- Pide o roba comida o dinero
- Carece de supervisión de un adulto
- Constantemente sucio y tiene olor corporal severo
- Carece de ropa suficiente para el clima

Abuso sexual: signos perceptibles

- Dificultad para caminar o sentarse
- Dolor o picazón en el área genital
- Ropa interior rasgada, manchada o ensangrentada
- Moretones o sangrado en los genitales externos
- Quejas frecuentes de dolores de estómago o dolores de cabeza
- Infecciones urinarias o de vaginales por hongos levaduriformes
- Retraído o depresión crónica
- Juego sexual inapropiado o comprensión prematura del sexo
- Se siente amenazado por el contacto físico, la cercanía
- Problemas entre pares, falta de participación con amigos
- Intentos o amenazas de suicidio; especialmente con adolescentes
- Crueldad no provocada hacia los animales

Explotación Sexual o Trata de Personas

- **Inestabilidad en el funcionamiento de la vida:** Carece de acceso a las necesidades básicas, incluido un refugio estable, y no puede participar en las actividades que se esperan de su edad
- **Relaciones:** las relaciones de los jóvenes son preocupantes, colocando a él/ella/ellos en riesgo o en peligro
- **Finanzas y pertenencias:** tiene dinero o bienes materiales que son incongruentes con sus circunstancias de vida
- **Uso de tecnología:** el uso de internet, teléfono celular o redes sociales implica un comportamiento social o sexual atípico para su edad
- **Salud física:** problemas de salud significativos relacionados con la actividad sexual y la falta de acceso a las necesidades básicas
- **Comportamiento riesgoso:** se involucra en comportamientos riesgosos, por ejemplo, pasar tiempo con parejas abusivas o en lugares donde se sabe que ocurre la explotación, huir o permanecer alejado durante la noche, uso de sustancias
- **Exposición de trauma/señales:** exhibe señales y síntomas emocionales de la exposición al trauma
- **Coerción y arreglo personal:** exhibe comportamientos o indica que él/ella/ellos están siendo controlados o forzados por otra persona
- **Explotación:** los jóvenes han estado expuestos a la explotación sexual o la victimización



Cuidado de Niños



Berkshire YMCA

Para más información: www.bfymca.org
Lunes-Viernes 6:30AM-6:00PM
Capacidad 40 (Se le sirve en orden de llegada)



Oficina de Pittsfield
292 North Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 499-7650 x110



Oficina del Norte de los Berkshires
22 Brickyard Ct.
North Adams, MA 01247
(413) 347-6534 x210

Opciones para obtener comida:

En Pittsfield: Desayuno y almuerzo de PPS

En North Adams: Proveer su propia comida

Transporte: No se ofrece a los de EECCP Formularios

Forms: [EEC Cuidado Infantil - Paquete para Padres](#)



18 Degrees

Para más información: 18degreesma.org
Lunes-Viernes 7:30AM-5:30PM
Edades de los niños: 2 años 9mes - 12 años



Oficina de Pittsfield
480 West Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 448-8281 x211



Llene los formularios y envíelos a:
eweller@18degreesma.org

- [Formulario de dispensa](#)
- [Formulario de inscripción](#)

Opciones de comida: Incluye desayuno, almuerzo y merienda gratis

Transporte: No se ofrece a los de EECCP

gladys allen
BRIGHAM
COMMUNITY CENTER



Centro Comunal Gladys Allen Brigham

Para más información: brighamcenter.org
Lunes-Viernes 7:00AM-5:00PM
Capacidad 40 (Se le sirve en orden de llegada)



165 East Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 442-5174 x18



Forms:
[EEC Emergency Child Care - Parent Packet](#)

Opciones de comida: Proveer su propia comida

Transporte: No se ofrece a los de EECCP

Youth Center Inc.
Serving Youth and Families of Northern Berkshire



Centro de la Juventud, Inc.

Para más información:
www.youthcenterinc.org/
Lunes-Viernes 6:30AM-6:00PM



191 Church Street
Cheshire, MA 01225
(413) 743-3550



Formularios: [Child Enrollment Form](#)
mcarpenter@youthcenterinc.org
Sonia@youthcenterinc.org

Según la orden de emergencia del Gobernador Baker, se dará acceso prioritario al cuidado infantil de emergencia a los niños vulnerables y a los niños de familias designadas como [Fuerzas Laborales Esenciales](#) COVID-19 con énfasis en aquellos en atención médica, salud pública, servicios humanos, cuerpos policiales, seguridad pública y servicios de primera respuesta. Los programas de cuidado infantil de emergencia son para cuando todos los otros entornos de cuidado no grupal se hayan agotado y las familias no tengan otras opciones. Más información: www.eeclead.force.com

Lista Aprobada:

https://eeclead.force.com/resource/1584913293000/EEC_EmergencyProviderList

Los padres deben comunicarse con los programas de cuidado infantil de emergencia directamente para organizar la atención de emergencia.

Información sobre el programa de cuidado infantil de emergencia exento

- Los de EECCP serán financiados por la Commonwealth; las familias no pagarán las tarifas de inscripción;;
- Los servicios se realizarán solo en forma directa;
- A los niños que están enfermos NO se les debe permitir utilizar estos servicios. Los proveedores deben asegurarse de que los padres hayan cumplido con todos los protocolos de salud y seguridad establecidos en la guía proporcionada por DPH y EEC;
- Los servicios serán temporales solo para satisfacer las necesidades de emergencia de cuidado infantil de respaldo y no funcionarán bajo los procesos actuales de inscripción de cuidado infantil;
- Los proveedores pueden o no pueden acomodar a niños con necesidades especiales. Comuníquese directamente con el proveedor de EECCP para asegurarse de que el proveedor pueda atender las necesidades específicas de sus hijos;
- Las familias DEBEN recoger a sus hijos a la hora acordada cada día.



Transporte

Autoridad de Tránsito Regional de los Berkshires (BRTA)

Servicios Reducidos de Autobús BRTA

Las siguientes rutas tendrán un adelanto de 120 minutos en lugar de los habituales servicios de 60 minutos entre semana:

Ruta 1 Pittsfield a North Adams

El autobús de la Ruta 1 saldrá del Centro de Transporte Intermodal (ITC) a las 5:30, 7:30, 9:30, 11:30, 1:30, 3:30, 5:30

El autobús de la Ruta 1 saldrá de Walmart a las 6:30, 8:30, 10:30, 12:30, 2:30, 4:30, 6:30

Ruta 2 Pittsfield a Lee

El autobús de la Ruta 2 saldrá del Centro de Transporte Intermodal (ITC) a las 6:30, 8:30, 10:30, 12:30, 2:30, 4:30

El autobús de la Ruta 2 saldrá del Big Y de Lee a las 7:33, 9:33, 11:33, 1:33, 3:33, 5:33

Ruta 4 Pittsfield a Dalton/Hinsdale

El autobús de la Ruta 4 saldrá del Centro de Transporte Intermodal (ITC) a las 8:00, 10:00, 12:00, 2:00, 4:00, 6:00

El autobús de la Ruta 4 saldrá de Hinsdale a las 8:38, 10:38, 12:38, 2:38, 4:38, 6:38

Ruta 11 Pittsfield a BCC

El autobús de la Ruta 11 saldrá del Centro de Transporte Intermodal (ITC) a las 9:30, 11:30, 1:30, 3:30, 5:30

El autobús de la Ruta 11 saldrá de BCC a las 9:45, 11:45, 1:45, 3:45, 5:45

Ruta 21 Lee a Great Barrington

El autobús de la Ruta 21 saldrá del Big Y de Lee a las 7:33, 9:33, 11:33, 1:33, 3:33

El autobús de la Ruta 21 saldrá de Gt. Barrington a las 8:33, 10:33, 12:33, 2:33, 4:33

Las rutas restantes operarán en un horario regular de lunes a viernes:

Ruta 1 Prueba Nocturna Pittsfield a North Adams

Ruta 3 Williamstown a North Adams

Ruta 5 Pittsfield a Lanesborough

Ruta 11N Prueba Nocturna a Walmart

Ruta 12 Circuito en los Comercios de Pittsfield

Ruta 15 Oeste de Pittsfield

Ruta 16 Avenida Crane

Ruta 34 Circuito en North Adams

Las siguientes rutas no circularán:

Ruta 3S Pittsfield a Williamstown

Ruta 14 Circuito en los Comercios de Pittsfield

Ruta 21X Servicio Rápido de Pittsfield a Great Barrington

Ruta 22 Circuito en Great Barrington

- Más info: Berkshireta.com
- [¿Dónde está mi B-Bus?](#)
- BRTA App. para celular
- inteligente RouteShout 2.0
- [Datos Básicos BRTA](#)
- (800) 292-BRTA
- (413) 499-2782



BRTA está comprometido con la salud y la seguridad de nuestros clientes que utilizan BRTA durante este momento incierto de la pandemia de Covid-19. Para garantizar la salud y la seguridad de nuestros choferes, BRTA ha instituido el distanciamiento social mientras conducen. Se pondrán carteles en todos los vehículos prohibiendo sentarse directamente detrás del chofer, a menos que un dispositivo de movilidad evite sentarse en otro lugar.

Todos los vehículos BRTA y ambas instalaciones reciben limpieza diaria utilizando productos que son efectivos contra la propagación del Coronavirus. Siguiendo los protocolos Covid-19, el BRTA también ha limitado el uso público del Centro de Transporte Intermodal (ITC) a aquellos que utilizan el servicio de autobuses, autobuses interurbanos o Amtrak de BRTA. BRTA eliminó las mesas y aumentó el espacio entre los asientos para promover el distanciamiento social dentro del ITC.

El BRTA recomienda encarecidamente que todos los clientes usen una máscara médica o de tela para cubrirse la boca y la nariz, según lo recomendado por el CDC, a bordo de cualquier vehículo BRTA. Además, practique el distanciamiento social mientras viaje en el autobús; mantenga espacio cuando se siente.

Todos los pasajeros deben viajar a un destino crítico y esencial. Los viajes críticos se definen como citas laborales, citas vitales o viajes de compras necesarios. Se requiere que todos los pasajeros salgan del autobús al final de la ruta, o en su destino indicado, y no pueden volver a abordar el mismo vehículo para un viaje de regreso. No se permiten viajes de ida y vuelta múltiples o consecutivos y se les pedirá a los pasajeros que parecen estar merodeando que se bajen.

Por su salud y la de los demás, si está enfermo, tiene tos, fiebre u otros síntomas de COVID-19, no viaje en el autobús de BRTA.

Taxi Rainbow
Disponible 24/7
(413) 499-4300

Vivienda e Indigencia

Los deambulantes corren un mayor riesgo de complicaciones de salud y traumas durante emergencias de salud pública o desastres naturales. La propagación de enfermedades transmisibles es más difícil de manejar sin tener acceso confiable a instalaciones de higiene o un hogar seguro, y el vivir en refugios abarrotados puede poner a las personas en un riesgo aún mayor.

LLAME 2-1-1 o visite [mass211.org](https://www.mass211.org) para asistencia 24/7 & referencias a refugios de emergencia y servicios para individuos, jóvenes & familias

Albergues de Asistencia de Emergencia para Familias & Niños

Guía para Albergues de Asistencia de Emergencia COVID-19 (<https://www.mass.gov/doc/dhs-guidance-for-family-shelters/download>)

Asistencia de Emergencia (EA) es un programa de MA que provee servicios de refugio de emergencia y servicios de alojamiento para familias sin hogar con niños, administrado por el Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario (DHCD).

Elegibilidad para EA: EA está disponible para familias con niños por debajo de los 21 años y/o personas embarazadas en cualquier etapa del embarazo que cumplen con los requisitos financieros (Directrices de ingreso 2020: [mahomeless.org](https://www.mahomeless.org)) y razones elegibles para la falta de vivienda.

Cómo aplicar: Las familias y los niños pueden solicitar Refugio de Asistencia de Emergencia (EA) llamando al Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario al 1-866-584-0653.

Para más información: [mass.gov/how-to/find-emergency-family-shelter](https://www.mass.gov/how-to/find-emergency-family-shelter)

Servicios de Albergue

Barton's Crossing
1307 North Street
Pittsfield, MA 01201
(413) 442-1445
Directa del Refugio:
(413) 587-7555
www.Servicenet.org

Elizabeth Freeman Center
43 Francis Ave
Pittsfield, MA 01201
(413) 499-2425
EFC Línea Directa: (866) 401-2425
www.elizabethfreemancenter.org
*Refugio de Violencia Doméstica

Soldier On
Vivienda Transitoria de
360 W. Housatonic St
Pittsfield, MA 01201
(413) 236-5644
www.wesoldieron.org

St. Joseph's High School
72 Maplewood Ave.
Pittsfield, MA 01201
(413) 320-6550
Directa del Refugio:
(413) 587-7555
www.Servicenet.org

Autoridad de Vivienda Regional de los Berkshires

La oficina física está cerrada al público. Los servicios se proveen por teléfono y conferencias de video

Servicios

www.bcrha.com Llame (413) 443-7138

- Programación de Vivienda y Educación del Consumidor
- Servicios de Resolución de Disputas
- Servicios Completos de Asesoramiento Legal y Educativo
- Recursos contra la pobreza
- Asesoramiento previo & posterior a la Ejecución Hipotecaria
- Prevención del desahucio/Servicios de preservación de arrendamiento
- Resolución del desahucio
- Asistencia de búsqueda de vivienda

RAFT - Asistencia Residencial para Familias en Transición

- Un nuevo fondo especial de \$5 millones bajo el programa RAFT (Asistencia Residencial para Familias en Transición) para hogares elegibles (familias e individuos) que pueden enfrentar desalojo, ejecuciones hipotecarias, pérdida de servicios públicos y otras emergencias de vivienda por emergencias del COVID-19.
- Los programas RAFT ayudan a mantener a los residentes en una vivienda estable cuando enfrentan desalojos, ejecuciones hipotecarias, pérdida de servicios públicos y otras emergencias de vivienda causadas por la pérdida de ingresos, aumento de gastos o ambos. RAFT puede proporcionar hasta \$4,000 al año.
- Para más información acerca del Programa RAFT COVID-19, visite: www.mass.gov/info-details/covid-19-dhcd-website



¿Quién es elegible para RAFT?

- Personas sin hogar o en riesgo de quedarse sin hogar
- Ingresos del hogar por debajo del 30-50% del área media de ingresos
- Cumplir con los criterios de la evaluación de RAFT con respecto al evento desencadenante de crisis de vivienda, ingresos y nivel de riesgo
- Pérdida de ingresos o aumento de gastos
- Demostrar que la asistencia RAFT estabilizará la situación actual de la vivienda



¿Cómo aplico para RAFT?

El financiamiento de RAFT es distribuido por Agencias Administrativas Regionales asociadas. Para el condado de los Berkshires, usted puede comunicarse con Berkshire Housing Development Corporation y Housing Services Inc. Las oficinas físicas están cerradas al público, pero el personal continuará brindando asistencia por teléfono, correo electrónico y fax. Recursos adicionales disponibles en www.masshousinginfo.org o llamando al 1-800-224-5124.

Berkshire Housing Development Corporation & Housing Services Inc.

Horas: 8:00AM-4:30PM
Teléfono: (413) 499-1630 x100; Fax: (413) 496-9831
www.berkshirehousing.com

Desalojos durante el Coronavirus

El gobernador Baker aprobó una moratoria temporal sobre los desalojos diseñada para proteger a los inquilinos y propietarios de viviendas durante la crisis de COVID-19. Según la nueva ley, los propietarios no pueden cobrar tarifas por pagos atrasados o enviar informes de pagos atrasados a las agencias de crédito si los inquilinos notifican y proporcionan al propietario la documentación de que el impago de la renta se debió a un impacto financiero de COVID-19. Existe una exención que permite los desalojos de emergencia si el inquilino está involucrado en actividades o comportamientos ilegales que afectan la salud o la seguridad pública.

Reglas similares con respecto a la notificación de impago se aplican a los acuerdos entre prestamistas hipotecarios y propietarios de viviendas. La ley no excusa a los inquilinos y propietarios de viviendas de pagar el alquiler o las hipotecas. Los pagos deberán realizarse una vez que se levante el estado de emergencia. [Lea la ley aquí.](#)

Servicios Públicos

El Departamento de Servicios Públicos ha ordenado que durante el Estado de Emergencia COVID-19, las compañías de servicios públicos no desconectarán el servicio de gas, electricidad o agua a los residentes por falta de pago. Tampoco enviarán ninguna comunicación con respecto a las amenazas de cortar los servicios públicos. [Lea la orden aquí.](#)

Asistencia de Combustible

El Consejo de Acción Comunitaria de los Berkshires (BCAC) puede ayudar con las facturas de calefacción de viviendas. La elegibilidad está determinada por los últimos 30 días de ingresos. Si fue despedido recientemente o si su negocio ha desacelerado, ¡aplique ahora! El personal está aceptando solicitudes ahora y solicitará un comprobante de ingreso en 30 días. El proceso de admisión se ha extendido hasta el 29 de Mayo. [Obtenga más información sobre cómo BCAC puede ayudarlo durante este tiempo.](#) Llame al (413) 445-4503 para Pittsfield/South County o (413) 663-3014 para North County.

Acceso a Banda Ancha

El Massachusetts Broadband Institute (MBI) está trabajando activamente con los proveedores locales de servicios de Internet (ISP) para ofrecer nuevos puntos de acceso Wifi a municipios sin servicios que carecen de acceso a banda ancha. [La lista de puntos activos está aquí.](#) Por favor mantenga el distanciamiento social al acceder a puntos de acceso a Wifi.



Administrando sus finanzas durante la emergencia COVID-19

- **Si no puede pagar sus facturas:** Contacte a sus prestamistas y administradores de préstamos e infórmese sobre las formas de manejar sus dificultades financieras sin afectar negativamente su crédito. También puede trabajar con un asesor de crédito para obtener más información sobre sus opciones. [Más información aquí.](#)
- **Ofertas de alivio de bancos, prestamistas y compañías de tarjetas de crédito:** Muchos de estos servicios ofrecen pagos flexibles durante este tiempo. [Para obtener una lista actualizada de bancos y prestamistas que ofrecen alivio.](#) Para obtener más información sobre bancos y prestamistas locales:
 1. [Adams Community Bank:](#) (413) 743-0001
 2. [Berkshire Bank:](#) (800) 773-5601
 3. [Citizens Bank:](#) (800) 922-9999
 4. [Credit Union de los Berkshires:](#) (413) 443-1313; (800) 443-1314
 5. [Unión Federal de Crédito Greylock:](#) (413) 236-4000
 6. [Lee Bank:](#) (413) 243-0117
 7. [MountainOne Bank:](#) (855) 444-6861
 8. [Unión Federal de Crédito MyCom:](#) (413) 442-6501; (866) 297-9778
 9. [NBT Bank - COVID Customer Relief Line:](#) (888) 235-2881
 10. [Pittsfield Cooperative Bank:](#) (413) 447-7304
 11. [TD Bank:](#) (413) 499-7687
 12. [Trustco Bank:](#) (800) 670-3110
- **Si no puede pagar su hipoteca:** Trabaje con un asesor de vivienda para analizar sus opciones, muchos ofrecen servicios a bajo costo o sin costo para usted. Encuentre un consejero aprobado por HUD aquí. [Más información aquí.](#)
- **Decisiones de tarjeta de crédito:** Es importante tomar decisiones inteligentes y educadas sobre el uso de la tarjeta de crédito. [Más información aquí.](#)
- **Nuevas tasas bajas de interés:** [Para obtener más información sobre cómo la Reserva Federal puede reducir las tasas de interés y afectar sus préstamos, deudas de tarjetas de crédito y más.](#)
- **Pago de impacto económico del IRS:** [Haga clic aquí para obtener más información.](#) [Haga clic aquí para verificar el estado de su Pago de Impacto Económico.](#)



Impuestos Federales & Estatales

- **Fecha límite de Impuestos Federales:** El Departamento del Tesoro y el Servicio de Impuestos Internos están proporcionando extensiones especiales para radicar la planilla y también alivio de pagos para individuos y empresas en respuesta al brote de COVID-19. La fecha límite para radicar su planilla de contribución sobre ingresos se extendió del 15 de abril al 15 de julio del 2020. Para aquellos que no pueden presentarla antes del 15 de julio de 2020, el IRS recuerda a los contribuyentes individuales que todos son elegibles para solicitar una extensión. [Más información aquí.](#)
- **Fecha límite de Impuestos Estatales:** El Departamento de Ingresos de Massachusetts (DOR) ha extendido la fecha límite de impuestos estatales hasta el 15 de julio del 2020.. [Más información aquí.](#)
- **Ayuda Gratuita con Impuestos:** El programa Volunteer Income Tax Assistance (VITA) ofrece preparación de impuestos gratuita para miembros de la comunidad con ingresos familiares de \$55,000 o menos. [Para más información:](#)
 - Berkshire United Way –para locales en South County - 413-442-6948
 - Central Berkshire Habitat for Humanity – locales en Central y North County - 413-442-0002
 - Hilltown CDC –Locales en Chester, Chesterfield, y Williamsburg - 413-296-4536 x100
- **Asistencia de Impuestos Gratuita Continuada:** Los Residentes con un ingreso familiar en el hogar superior a \$55,000, pero inferior a \$66,000, pueden completar sus impuestos de forma gratuita en línea en [MyFreeTaxes.com.](#)



Fondos de la Ley CARES

[Fondos disponibles para Organizaciones sin fines de lucro](#)
[Aplique para el el programa de protección de cheques de pago](#)

- [Bancos Certificados](#)
- [Programa de Protección de cheques de pago SBA Preguntas frecuentes](#)

Para obtener más información sobre cómo protegerse financieramente durante la emergencia COVID-19:

- www.consumerfinance.gov
- www.mass.gov/orgs/office-of-attorney-general-maura-healey

Empleo



Para obtener más información sobre los derechos de los empleados y las obligaciones del empleador durante la emergencia COVID-19:

- MiraCoalition.org
- Mass.gov

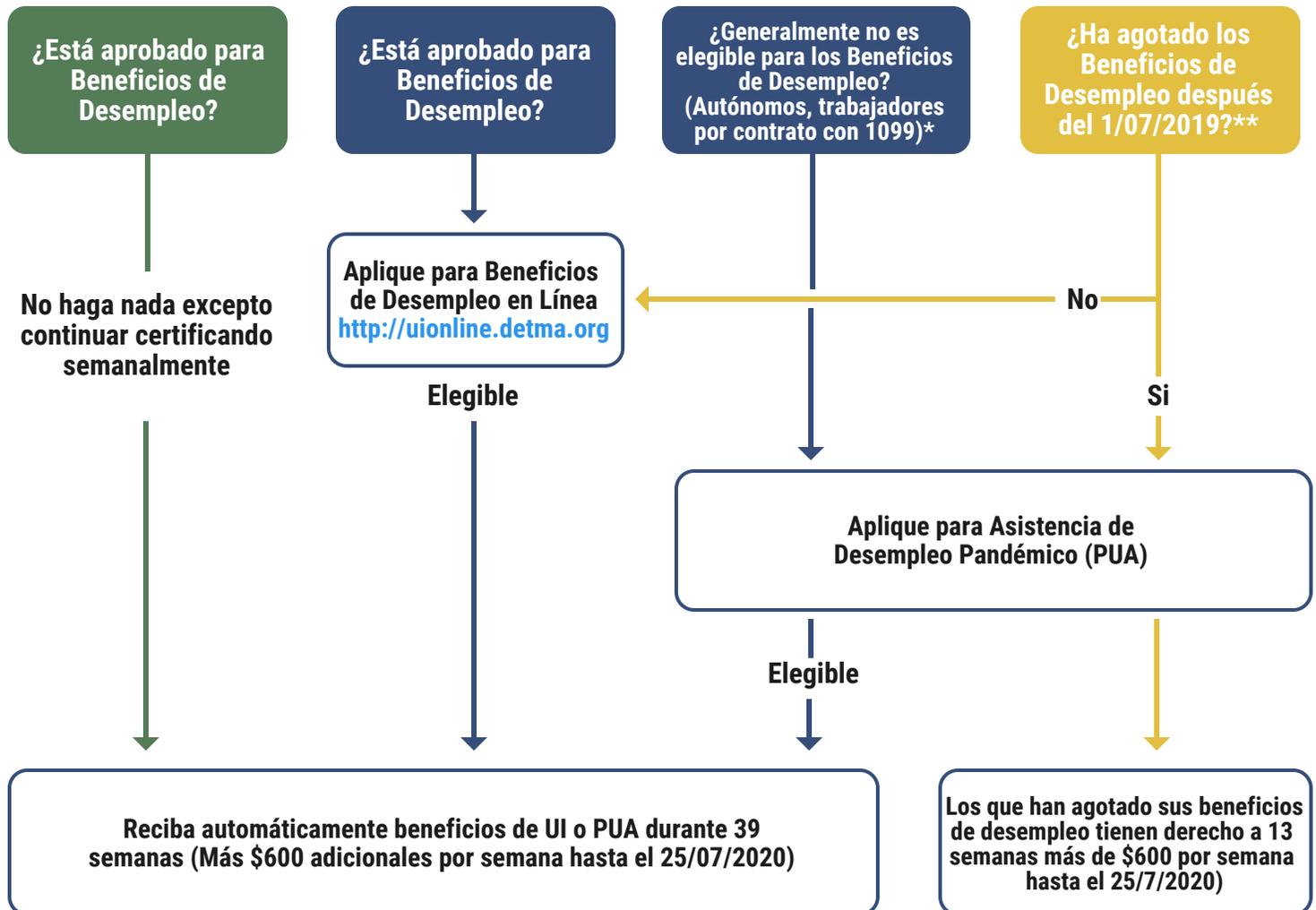
Llame a la Línea Directa de Trabajo Justo
• (617) 727-3465



Lo que debe saber y hacer sobre la Ley de Ayuda, Alivio y Seguridad Económica contra el Coronavirus (CARES)

La Ley Federal CARES se promulgó el 27 de marzo de 2020. La Ley brinda beneficios mejorados al Seguro de Desempleo (UI) y a la Asistencia por Desempleo Pandémico (PUA) para los trabajadores de Massachusetts.

Empiece aquí



¿No sabe por dónde empezar? Solicite los beneficios de UI primero. Si no califica, intente solicitar a PUA.

*Las personas que tradicionalmente no son elegibles para los beneficios de desempleo pueden ser trabajadores independientes, trabajadores autónomos o contratistas independientes. Otros ejemplos incluyen haber ganado menos de \$5100 en el último año o no tener derecho al desempleo regular, ya sea porque se lo negaron o trabajó para una organización religiosa.

**Este grupo puede calificar para PEUC en una fecha posterior. PEUC es una compensación de emergencia por desempleo pandémico. Esa es la extensión de 13 semanas para las personas que anteriormente estaban cobrando desempleo pero que habían agotado todos sus beneficios, o cuyo año de beneficios terminó el 1 de Julio de 2019

Para más información visite mass.gov/dua

La aplicación para los beneficios de UI por teléfono se basa en el último dígito de su Número de Seguro Social..
0,1 aplica el Lunes 12,3 aplica el Martes 14,5,6 aplica el Miércoles 17,8,9 aplica el Jueves | Cualquier dígito aplica el Viernes

Asistencia de Desempleo

El Departamento de Asistencia de Desempleo de Massachusetts detalla información sobre la implementación de programas de desempleo en la Ley CARES:

- [Compensación Federal de Desempleo Pandémico \(FPUC\)](#): \$600 adicionales por semana para las personas que están cobrando Compensación de Desempleo regular (UC), Compensación de Desempleo de Emergencia Pandémica (PEUC), Asistencia de Desempleo Pandémico (PUA), Beneficios Extendidos (EB), Ley de Reajuste Comercial (TRA) y Asistencia de Desempleo por Desastre (DA).
- [Asistencia de Desempleo Pandémico \(PUA\)](#): 39 semanas de beneficios de desempleo para personas que no pueden trabajar debido a una razón relacionada con COVID-19 pero que no son elegibles para beneficios de desempleo regulares o extendidos, es decir, trabajadores autónomos, independientes y de economía por encargo.
 *Debe solicitar a PUA retroactivo a su primera semana de desempleo total o parcial. La mayoría de los reclamos de UI regulares se procesan dentro de los 21-28 días posteriores a la presentación, y muchos se procesan dentro de la primera semana de presentación.*
- [Compensación de Desempleo de Emergencia Pandémica Program \(PEUC\)](#): 13 semanas de beneficios de seguro de desempleo para personas que han agotado sus beneficios de desempleo anteriores.
- [Seguro de Desempleo \(UI\)/Solicitud de Beneficios de Desempleo](#): Virtual Town Halls (actualización constante: regístrese con frecuencia). [Inscríbese aquí](#).

Departamento de Asistencia de Desempleo de Massachusetts - Servicio Multilingüe

- [Berkshire United Way - Personas con necesidad de subvención](#): Otorga hasta \$1000 para asistencia de emergencia por una sola vez a individuos gracias al apoyo del Fondo Vecino a Vecino a través de Berkshire Taconic Community Foundation
- [Recurso paso a paso para presentar un Nuevo Reclamo de Desempleo](#)

[FrontlineMA.org](#): Una iniciativa de la Oficina de la Procuradora General de Massachusetts, agrega información útil y enlaces para trabajadores de línea de combate, que incluye comidas gratuitas o con descuento, acceso y orientación sobre PPE, recursos de cuidado personal y más.

Empresas

- [Guía sobre la Ley CARES para Propietarios de Pequeñas Empresas](#)
- [Departamento de Trabajo de los EE.UU. - Familias Primero: Ley de Respuesta al Coronavirus: Requisitos de permiso retribuido por el](#)
- [Empleador Recursos y orientación de COVID-19 para Empresas de la Oficina Ejecutiva de Vivienda y Desarrollo Económico](#)
- [Guía Intermedia del CDC para Empresas y Empleadores](#)
- [Programa de Trabajo compartido para Empleadores en Massachusetts](#)
- [Cámara de Comercio de EE.UU. - Préstamos de emergencia, Guía y Lista de Verificación para Pequeñas Empresas](#)

Otros enlaces útiles

[Alice - Centro de Recursos Empresariales COVID-19](#)

[Downtown Pittsfield Inc. - Tienda de tarjetas de regalo](#): Compre tarjetas de regalo para ayudar a mantener a las empresas de Pittsfield

[Emprendedor - Cómo manejar su estrés mental](#)

[Acceso a Internet de alta velocidad durante Covid](#)

[Consejo Cultural de Massachusetts](#)

[Consejo Cultural de Massachusetts - Esfuerzo de ayuda de COVID-19 para Organizaciones](#)

[Health Connector de Massachusetts](#)

[Voluntarios de Desastres de Massachusetts](#) - Connects volunteers with agencies

[Centro de Organizaciones Sin Fines de Lucro de los Berkshires - Recursos COVID-19 para organizaciones sin fines de lucro de los](#)

[SEATED - Línea directa de Apoyo a Restaurantes](#): Conecta a los restaurantes con expertos legales para ayudar a que sus preguntas sean respondidas de forma gratuita

[Virtual Berkshires](#)

[1Berkshire - Diversión en el hogar & supervivencia al confinamiento](#)

Para más información acerca de empresas y empleos: [1berkshire.com](#)

Depto. de Asistencia Transitoria

Departamento de Asistencia Transitoria (DTA) ayuda y capacita a individuos y familias de bajos ingresos para satisfacer sus necesidades básicas, mejorar su calidad de vida y lograr la autosuficiencia económica a largo plazo.

- [SNAP \(Programa de asistencia nutricional suplementaria\)](#). Proporciona beneficios mensuales para comprar alimentos nutritivos.
- [EAEDC \(Emergency Aid to the Elderly, Disabled and Children\)](#). Beneficio en efectivo para adultos discapacitados, cuidadores y algunos niños que no pueden obtener TAFDC (asistencia social)

- [TAFDC \(Ayuda de transición para familias con hijos dependientes\)](#). Programa financiado por el estado y el gobierno federal que brinda asistencia en efectivo a familias con niños y mujeres embarazadas en los últimos 120 días de embarazo, con poco o ningún activo o ingreso

DTA Pittsfield (oficina de servicio total): (413) 236-2000

Inmigración



[MIRA: Recursos COVID-19 - Protección de nuestras familias y comunidades](#)

[Recursos multilingües miracoalition.org](#)

[Centro de Inmigrantes de los Berkshires](#)

(413) 445-4881
Consultas y recursos
info@berkshireic.com



IMPORTANTE

La Coalición de Defensa de Inmigrantes y Refugiados de Massachusetts informa: "Si usted o un ser querido está enfermo o sabe que ha estado expuesto al coronavirus, no dude en hacerse la prueba y recibir tratamiento, independientemente de su estado migratorio o cobertura de seguro. Medicaid cubre las pruebas y el tratamiento de COVID-19 para personas sin seguro sin costo alguno para usted. Hacerse la prueba o el tratamiento para COVID-19 NO contará como carga pública para los inmigrantes, y no tendrá ningún efecto negativo en su capacidad para obtener una tarjeta verde o cambiar el estado de inmigración bajo la regla de carga pública." <https://www.uscis.gov/greencard/public-charge>

Fondo para indocumentados de Massachusetts: Fondo de ayuda y alivio para personas indocumentadas afectadas por COVID-19. [Más información: massundocufund.org](https://massundocufund.org).

[Mass 2-1-1](#) los servicios están equipados para ayudar en varios idiomas

Apoyo para personas mayores

Servicios para ancianos - Comida a Domicilio (413) 499-0524

Servicios de protección para ancianos Línea directa 24/7: (800) 922-2275

[Informe en línea](#)

[CDC - Guía para mayores](#)

Apoyo a Personas Discapacitadas

[Fondo de derechos de los discapacitados](#) - respuestas que incluyen la discapacidad a COVID-19

[Información de COVID-19 POR y PARA personas con discapacidad](#)

[CDC - Orientación para personas con discapacidad](#)

Línea directa de estadounidenses con discapacidades (800) 949-4232

Línea Directa de la Comisión de Protección de Personas Discapacitadas (DPPC): (800) 426-9009; TTY (888) 822-0350

Apoyo Nutricional - Condado del Norte

Condado del Norte

- **Coalición Comunitaria del Norte de Berkshire:** Entrega. La oficina está abierta para atender llamadas de lunes a viernes de 9:00 a.m. a 3:00 p.m. Comidas para los sábados y domingos, limitadas a individuos en cuarentena y sin acceso a transporte Sábados, TBD
Condado del Norte
(413) 663-7588

- **Districto Regional de Mount Greylock:** Agarre & Vaya. Ve a Lanesborough Elementary y Williamstown Elementary Schools para más detalles
(413) 458-9582 o lunches@mgrhs.org

Adams

- **Adams Consejo de Envejecimiento:** Agarre & Vaya. Llame primero. **L-V 8:30AM-4:00PM**
3 Hoosac St., Adams
(413) 743-8334
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Banco de Comida Móvil. Trae su propia bolsa. **2do y 4to Martes, 10:00AM-11:00AM**
3 Hoosac Street, Adams
(413) 247-9738
- **Escuela Primaria de Hoosac Valley:** Agarre & Va. Niños de edad escolar hasta 18 años. Los alimentos envasados incluirán 2 días de comidas. **LMiV, 9:00AM-11:00AM**
14 Commercial Street, Adams
(413) 743-0876
- **Escuela Primaria de Hoosac Valley:** Agarre & Vaya. Comidas compradas en restaurantes gratis para familias del distrito escolar. **Sábados, 10:30 a.m. a 11:30 a.m**
14 Commercial Street, Adams
(413) 743-0876

Cheshire

- **Cheshire Consejo de Envejecimiento:** Agarre & Vaya. Llame primero. **Lun, Mar, Miér, 8:30AM-4:00PM**
80 Church Street, Cheshire
(413) 663-0250
- **Cheshire Despensa de Alimentos.** Despensa. Ubicado en el Centro de Mayores. Comida de emergencia siempre disponible. **1er sábado del mes, 11:00AM-12:00PM**
80 Church Street, Cheshire
(413) 743-5028 or (413) 329-2212

Lanesborough

- **Legion Americana/VFW.** Despensa. **Viernes, 9:30AM-11:00AM**
44 Old State Rd., Lanesborough
(413) 442-1025
- **Escuela Primaria de Lanesborough.** Agarre & Vaya. Llame o envíe un correo electrónico con la cantidad de almuerzos necesarios. **L-V, 9:30AM-10:30AM**
188 Summer Street, Lanesborough
(413) 458-9582 or lunches@mgrhs.org

North Adams

- **Centro de Amistad Al Nelson:** Agarre & Vaya. **Miércoles, 10:00AM-2:00PM & 3:30PM-5:30PM**
***Ahora opera en el Centro Parroquial St. Elizabeth (lado de la calle Holden) 70 Marshall St., North Adams**
(413) 664-0123; Actualizaciones: www.friendshipfoodpantry.org
- **Berkshire Proyecto de Comida:** Solo Para llevar. Recogida fuera de la entrada de la cocina debajo de la carpa. 2 comidas para llevar siempre al día. **LMiV, 11:30AM-1:00PM**
134 Main Street, North Adams
(413) 637-5535
- **Escuela Primaria de Brayton:** Agarre & Vaya. Niños de edad escolar. Los viernes, toma el desayuno y el almuerzo para el fin de semana. **L-V, 11:00AM-12:00PM**
20 Barbour Street, North Adams
- **Escuela Primaria de Colegrove Park:** Agarre & Vaya. Niños de edad escolar. Los viernes, toma el desayuno y el almuerzo para el fin de semana. **L-V, 11:00AM-12:00PM**
25 Church Street, North Adams
- **Primera Iglesia Bautista:** Solo Para Llevar. **Sabados, 11:00AM-12:30PM** 131
Main Street, North Adams
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Banco de Comida Móvil. Trae su propia bolsa. **1er y 3er Viernes, 10:00AM-11:00AM**
91 American Legion Drive, North Adams
(413) 247-9738
- **Apartamentos de Greylock Valley:** Agarre & Vaya. Niños de edad escolar. Los viernes, toma el desayuno y el almuerzo para el fin de semana. **L-V 11:00AM-12:00PM**
48 Angeli Street, North Adams
- **Escuela Técnica de McCann:** Agarre & Vaya. Disponible para residentes de 18 años y menores. 1er llegado, 1er servido. **L-V, 4:00PM-5:00PM** 70
Hodges Cross Road, North Adams
jkratzen@mccanntech.org
- **Apartamentos de Mohawk Forest:** Agarre & Vaya. Niños de edad escolar. Los viernes, toma el desayuno y el almuerzo para el fin de semana. **L-V, 11:00AM-12:00PM**
201 Mohawk Forest Blvd., North Adams
- **North Adams Consejo de Envejecimiento:** Agarre & Vaya. Debe llamar con un día de anticipación para reservar. Disponible para mayores de 65 años. **L-V, 11:00AM-11:30AM**
116 Ashland Street, North Adams
(413) 664-9826
- **Roots Teen Center:** Para Llevar. Comida con cita previa. Contactar con Paula Buxbaum
Martes, 4:30PM-8:00PM; Mie, Jue, Vie, 2:30PM-8:00PM
48 Eagle Street, North Adams
(413) 663-0250
- **El Ejército de Salvación:** Solo Sacar. Reunirse en la puerta de entrada para recibir comida. **Martes, 12:00 PM-3:00 PM y emergencia**
393 River St., North Adams
(413) 663-7987

Condado del Norte Cont.

Williamstown

- **Iglesia Bíblica Comunitaria:** Banco de Comida. Puede solicitar citas. también. L-J 10:00 AM-3:00PM para productos estables; **3er miércoles 12:00 PM-3:00PM para frutas frescas, vegetales y lácteos**
160 Bridges Road, Williamstown; (413) 458-5556 o (413) 663-6094
- **Williamstown Despensa de Comida:** Agarre & Vaya. Empacará previamente los artículos y los dejará en una mesa fuera de la puerta de la despensa para que las personas puedan conducir y tomarlos. Use la entrada trasera (detrás de St. Patrick Parrish) de Mission Park Dr. Por favor, haga fila en sus autos. **Miércoles, 9:30AM-12:00PM**
53 Southworth St., Williamstown
- **Williamstown Elementary Schools:** Agarre & Vaya. Llame o envíe un correo electrónico con la cantidad de almuerzos necesarios. **L-V 9:30AM-10:30AM**
115 Church Street, Williamstown; (413) 458-9582 o lunches@mgrhs.org

Condado Central

Becket

- **Iglesia Federada de Becket:** Banco de Comida.
1er & 3er Sábado 9:00AM-11:00AM
3381 Main Street, Becket
(413) 841-1701 or (413) 623-5217
- **Escuela Primaria de Becket Washington:** Agarre & Vaya. Por favor, quedarse en su coche. **Lunes 8:00AM-9:00AM**
12 Maple Street, Becket

Dalton

- **Iglesia Metodista Unida de Dalton:** Banco de Comida. Abierto para distribuciones de bolsas. Solo se permite la entrada de 1 persona a la vez. **Cada dos martes, 12:00 PM-1:30PM y 4:00 PM-6:30PM (y con cita previa)**
755 Main Street, Dalton
(413) 684-0521
- **Banco de Alimentos de MA Oeste:** Banco de Comida Móvil.
4to Miércoles del mes, 11:00AM-12:00PM
400 Main Street, Dalton
(413) 247-9738

Hinsdale

- **Primera Iglesia Congregacional:** Banco de Comida. Solo entrega, llame para organizar.
129 Maple Street, Hinsdale
(413) 655-2670

Lenox

- **Banco de Comida de MA Oeste:** Bolso Marrón de Ancianos.
2do miércoles 11:30 AM-12:30PM
65 Walker Street, Lenox
(413) 637-5535
- **Despensa Ecueménica de Alimentos en la Iglesia Metodista Unida:** Banco de Comida.
Sabados 10:00AM-11:00AM
6 Holmes Road, Lenox
- **Centro Comunitario de Lenox:** Entrega de Comidas. Llame al Centro Comunitario de Lenox. Proporcione su nombre, dirección, número de teléfono y número de comidas. Límite de uno por persona por día. Puede dejar el correo de voz. **La entrega de comidas comenzará a las 11:30AM todos los días.**
(413) 637-5530

Pittsfield

- **Berkshire Centro de Sueños:** Banco de Comida.
Martes 4:00PM-5:00PM
475 Tyler Street, Pittsfield
(413) 522-3495
- **Asamblea Cristiana:** Banco de Comida. **Viernes 10:00AM-12:00PM**
850 Williams Street, Pittsfield
(413) 442-1495
- **Centro Cristiana:** Banco de Comida. **Lun, Mar, Vie, 12:00PM-1:00PM**
193 Robbins Avenue, Pittsfield
(413) 443-2828
- **Consejo de Envejecimiento:** Agarre & Vaya. Almuerzo empaquetado para aquellos registrados en Servicios para personas mayores y Meals on Wheels. Haga su reservación llamando.
Diario 10:30AM-12:30PM
330 North Street, Pittsfield
(413) 499-0524
- **Primera Iglesia Bautista:**
Despensa de Comida - **Martes 10:30AM-12:30PM**
Sitio de Comida - **Lunes 5:30PM-6:30PM**
88 South Street, Pittsfield
(413) 445-4539
- **Primera Iglesia Metodista Unida:** Sitio de Comida.
Lunes a Viernes de 8:00AM a 9:00AM Martes 4:00PM-6:00PM 2do, 3ro y 5to Sábado 11:30 AM-12:30PM
55 Fenn Street, Pittsfield
(413) 499-0866
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Bolso Marrón de Ancianos. Comestibles a través de la recogida en la acera en el Centro para personas mayores Ralph Froio o en el servicio de entrega de furgonetas. Llame al Centro para personas mayores para obtener pautas de registro e información adicional. **L-V, 8:30AM-12:30PM**
330 North Street, Pittsfield
(413) 499-9346 o Elder Services (413) 499-0524
- **Ministerio Global de Nueva Generación:** Entrega de Comidas. Haga su pedido por adelantado llamando o enviando un correo electrónico con el nombre, la dirección, el número de teléfono y la cantidad de comidas necesarias. **Sábados 4:00PM-6:00PM**
(413) 841-1519 o newgeneration178@gmail.com

Condado Central Cont.

Pittsfield

- **El Ejército de Salvación: Banco de Comida.** Acceso una vez por semana. **Miércoles-Viernes 10:00 AM-2:00PM**
298 West Street, Pittsfield
(413) 442-0624
- **El Ejército de Salvación: Agarra & Vaya.**
L-V 10:30AM-11:30AM; Domingos 4:30PM-5:30PM
298 West Street, Pittsfield
(413) 442-0624
- **Soldier On: Banco de Comida.** Cajas para llevar distribuidas en la puerta. **Sábados de 8:00AM a 11:00AM (y con cita previa)**
360 West Housatonic Street, Pittsfield
(413) 236-5644
- **Iglesia Congregacional del Sur: Banco de Comida.** Abierto para la distribución de bolsas afuera. Límite de una visita / semana. Miércoles y Jueves de 8:00AM-11:00AM
110 South Street, Pittsfield
(413) 442-7357
- **Iglesia Congregacional del Sur: Agarra & Vaya.** Entregas según sea necesario. **Miércoles y Jueves de 8:00AM-9:00AM; Miércoles 3:30PM-6:00PM**
110 South Street, Pittsfield
(413) 442-7357
- **Iglesia de San José: Banco de Comida.** Distribución de bolsas preempaquetadas. **Miércoles 9:00AM-10:00AM**
414 North Street, Pittsfield
(413) 445-5789
- **Iglesia de San Marco: Banco de Comida.** Los últimos 2 viernes de cada mes **9:00AM-11:00AM**
400 West Street, Pittsfield
(413) 447-7510

Pittsfield Cont.

- **Parroquia de San Esteban: Sitio de Comida.**
Llame para confirmar las horas más actualizadas.
67 East Street, Pittsfield
(413) 448-8276

Escuelas Públicas de Pittsfield

Agarra & Vaya. Desayunos y almuerzos para estudiantes en el sistema de Escuelas Públicas de Pittsfield

Lun, Mié, Vie 12:00PM-1:00PM; Comida proporcionada por 2 días.

Ubicaciones:

- **YMCA de Familias de los Berkshires:** 292 North Street
- **Apartamentos Peak de los Berkshires:** 341 West Street
- **Club de Chicos & Chicas de los Berkshires:** 16 Melville Street
- **Apartamentos de Brattlebrook:** April Lane
- **Escuela de la Comunidad de Conte:** 200 West Union Street
- **Villa de Vivienda de Dower Square:** 253 Wahconah Street
- **Escuela de la Comunidad de Morningside:** 100 Burbank Street
- **Vivienda de Parque Wilson:** Memorial Drive

Sábado y Domingo 11:30AM-12:30PM

Ubicaciones:

- **Club de Chicos & Chicas:** 16 Melville Street
- **Conte Community School:** 200 West Union Street
- **Morningside Community School:** 100 Burbank Street

Condado del Sur

Lee

- **Banco de Comida de MA Oeste: Bolso Marrón de Ancianos.** Para adultos mayores. Se requiere preinscripción.
2do miércoles 12:00PM
21 Crossway Street, Lee
(413) 247-9738
- **Escuela Primaria de Lee: Entregas.** Paquetes semanales de 5 días de comidas para residentes de Lee y estudiantes de LPS en Tyringham. Llame o envíe un correo electrónico y proporcione el nombre, la dirección, el número de teléfono, el número de comidas necesarias y las edades de los niños. Llame o envíe un correo electrónico antes del mediodía de viernes para recibir lacaja para la semana siguiente.
Martes después de las 11:30AM
310 Greylock Street, Lee
(413) 243-0336 or lunches@leepublicschools.net
- **Banco de Comida de Lee: Banco de Comida.**
Sábados 10:00AM-12:00PM
45 Railroad Street, Lee
(413) 266-1141

Great Barrington

- **Bizen: Para llevar.** Rollos de sushi de vegetales para estudiantes K-12. **Lunes-Viernes 12:00PM-2:00PM & 5:00PM-8:30PM**
17 Railroad Street, Great Barrington
(413) 528-4343
- **Banco de Comida de CHP: Banco de Comida.** Abierto algunos domingos. Llame a la llegada y pregunte por el banco de comida
L-V 9:00AM-5:00PM
442 Stockbridge Road, Great Barrington
(413) 528-0457
- **Banco de Comida de MA Oeste: Banco de Comida Móvil.** Por favor traiga una bolsa de compras vacía. **1er Martes 11:00AM-12:00PM**
444 Stockbridge Road, Great Barrington
(413) 247-9738
- **Escuela Intermedia de Monument Valley: Agarre & Vaya.** Disponible para cualquier familia que viva en el distrito de Berkshire Hills. Las familias deben preinscribirse llamando o enviando un correo electrónico. **Viernes 11:00 AM-2:00PM**
313 Monument Valley Road, Great Barrington
Kathy Sullivan (413) 644-2325 o meals@bhrsrd.org

Condado del Sur Cont.

Great Barrington

- **Banco de la Gente:** Banco de Comida. Distribución de bolsas afuera. También distribuyendo bolsas a las escuelas locales para estudiantes. **Lunes 5: 00-6: 30PM; Jueves 9:30-1:00PM**
325 Main Street, Great Barrington
(413) 528-1881
- **Programa de Condado del Sur de WIC:** Banco de Comida. Llame y el personal se comunicarán con usted. Los pañales están disponibles y los servicios de WIC por teléfono.
L-V 9:00AM-4:00PM
442 Stockbridge Road, Great Barrington
(413) 528-0457

Otis

- **Escuela Primaria de Farmington:** Agarre & Vaya. Bolsa de comida para la semana. Mande un correo electrónico para más información. Entrega también disponible. **Lunes 9:00AM-10:00AM**
555 Main Street, Otis
tdellagiustina@frrsd.org
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Bolso Marrón de Ancianos. Se requiere preregistración. Para personas mayores.
3er viernes 11:00AM-12:00PM
1 North Main Road, Otis
(413) 269-4811

Richmond

- **Escuela Consolidada de Richmond:** Agarre & Vaya. Llame o envíe un correo electrónico a Tammy la noche anterior con la cantidad de almuerzos necesarios. **Lunes a viernes de 9:00AM-10:00AM**
1831 State Road, Richmond
(413) 698-2207 or tjervas@richmondconsolidated.org
For more info: www.richmondconsolidated.org
- **Huerta de Bartlett:** Banco de Comida. Productos no perecederos.
Diario 8:00AM-4:00PM
575 Swamp Road, Richmond
(413) 698-2559

Sheffield

- **Ayuda de Comida de Sheffield:** Debe ser residente del Distrito Escolar Regional del Sur de los Berkshire.
Lunes 9:30AM-10:00AM
125 Main Street, Sheffield (Old Parish Church)
(413) 229-2624
- **Escuela Primaria de Undermountain:** Agarre & Vaya. Solo para familias del sur de Berkshire. Contacte a Jeremy Wells para más información. Necesita registrarse para recibir, la entrega también está disponible. Viernes: se envía a casa la caja de comida del fin de semana. **Lunes-Viernes 11:00AM-1:00PM**
491 Berkshire School Road, Sheffield
(413) 248-0727 o meals@bhrsd.org

Stockbridge

- **Ayuntamiento de Stockbridge:** Para Llevar/Servicio de Auto. Organizado por el Distrito Escolar Regional de Berkshire Hills. Abierto a la comunidad. **Lunes-Viernes 11:30AM-12:30PM**
50 Main Street, Stockbridge
meals@bhrsd.org
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Bolso Marrón de Ancianos. Se requiere preregistración. Para personas mayores
2do miércoles 11:00AM-12:00PM
5 Pine Street, Stockbridge
(413) 298-4170

West Stockbridge

- **Casa de Grifo de Shaker Mill:** Agarre & Vaya. Almuerzo gratis para cualquier adulto o niño, el menú cambiará semanalmente.
Lunes-Viernes 11:00AM-1:00PM
5 Albany Road, West Stockbridge
- **Banco de Comida de MA Oeste:** Bolso Marrón de Ancianos. Envíe un correo electrónico y notifique cuántos desea. Recoger conducir solo. Organizado por el Distrito Escolar Regional de Berkshire Hills. Abierto a la comunidad.
Lunes-Viernes 11:30-12:30
21 State Line Road, West Stockbridge
meals@bhrsd.org

Otros Apoyos de Comida

Banco de Comida de MA Oeste: Para obtener una lista completa de los bancos de alimentos en el oeste de MA, visite: foodbankwma.org

Línea Directa de FoodSource: La línea directa conecta a las personas que luchan contra la inseguridad alimentaria con los recursos alimentarios de la comunidad y los beneficios de SNAP. Lunes a viernes de 8:00AM a 7:00 p.m. Sábado 10:00AM-2:00PM. (800) 645-8333

Comida a Domicilio: Servicios para ancianos. Llame para saber más. De lunes a viernes durante el almuerzo (413) 499-0524

Entrega de Comida: Comida cultivada frescas entregados a su puerta. www.massfooddelivery.com

Finca Chica de la Montaña: Ofrece servicio a domicilio. SNAP & HIP. Llame para ordenar. (413) 663-9761 o mountaingirlfarm@yahoo.com

Mercado de Granjeros de North Adams: Aceptando pagos de EBT y duplicar hasta \$ 30 en beneficios. Entregando al norte del condado. (413) 664-6180

Mercado de Granjeros de Roots Rising Virtual: Entrega gratis. Pide en línea en www.rootsrising.org/virtualfarmersmarket

Finca de Square Roots: Ofreciendo servicio a domicilio. Realizar pedidos a través del sitio web. Acepta SNAP. www.squarerootsfarm.org, (413) 446-1446 o farmers@squarerootsfarm.org

Finca y Mercado de Whitney: Recogida en la cera. www.whitneysfarm.com

Horas para Ancianos en Mercados

- **Big Y** - Diario 7:00AM-8:00AM. Horas Normales: Diario 7:30AM-8:00PM
- **Guidos** - Diario 9:00AM-10:00AM. Horas Normales: Diario Lun-Sab 9:00AM-6:00PM
- **Price Chopper/Market 32** - Diario 6:00AM-7:00AM. Horas Normales: 7:00AM-10:00PM
- **Stop and Stop** - Diario 6:00AM-7:30AM. Horas Normales: Diario 7:30AM-8:00PM