

Pinagkukunang listahan ng komunidad para sa COVID-19

Nilalaman

Mga hotline at mga tanong tungkol sa COVID-19	2
Mga Indibidwal na Mataas ang Panganib	2
Mga serbisyong pangangalaga sa bata.....	3
Mga lokasyon ng pagsusuri para sa COVID-19	3
Karahasan at pag-aabuso sa tahanan	3
Edukasyon at pagsasanay.....	4
Tulong sa enerhiya.....	4
Tulong sa pagkain.....	4
Pabahay, renta at mga utility	4
Mga serbisyong ligal	5
Medikal, dental, at bisyon	5
Kalusugang Pangkaisipan.....	5
Mga refugee	6
Mga karamdaman sa paggamit ng substansiya	6
Transportasyon	6
Kawalan ng trabaho	7

Mga hotline at mga tanong tungkol sa COVID-19

- Linya ng Impormasyon ng Utah sa Coronavirus (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-800-456-7707
- Opisyal na website ng estado ng Utah para sa coronavirus <https://coronavirus.utah.gov>
 - Mga kadalasang tanong <https://coronavirus.utah.gov/faq>
 - Mga impormasyon sa ibang wika <https://coronavirus.utah.gov/multilingual-resources/>
- Tampok ng online chat (English at Spanish) <https://coronavirus.utah.gov>
- Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Karamdaman <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>
- Unibersidad ng Utah 844-745-9325 o <https://healthcare.utah.edu/coronavirus/>
- Intermountain Healthcare 844-442-5224 o <https://intermountainhealthcare.org/covid19-coronavirus/>
- Linya ng MotherToBaby (mga tanong tungkol sa pagkalantad sa COVID-19 sa panahon ng pagbubuntis o habang nagpapasuso) (matatawagan Lunes hanggang Biyernes mula 8 ng umaga hanggang 5 ng hapon) 1-800-822-2229 o 801-328-2229 o mag-text sa 855-999-3525 <https://mothertobaby.utah.gov/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/>



Mga Indibidwal na mataas ang panganib

Pinapalawak ng mga Serbisyo sa Nakatatanda at May sapat na gulang sa estado ng Utah ang mga pinagkukunan na nito na kadalasang iniaalok sa matatandang indibidwal na mataas ang panganib sa COVID-19 na nangangailangan ng tulong sa pananatiling ligtas sa tahanan sa panahon ng pandemya. Una sa lahat, ang hotline na ito ay para sa mga nakatira sa tahanan (hindi sa mga pasilidad ng pangangalaga) at walang sistemang sumusuporta sa kanina upang matulungan silang sundin ang “pula” na gabay sa mataas na panganib. Sa pamamagitan ng mga Ahensya sa Lugar ng Nakatatanda na nakabase sa county, ilalaan sa mga indibidwal ang mga bagay tulad ng pagkain, paghahatid ng mga kalakal na kinakailangan para mabuhay (hal. mga grocery, medikal na suplay, reseta) at transportasyon hanggang sa mga medikal na tipanan. Maaari rin silang makatulong sa ilang mga hamon na maaaring makahadlang sa indibidwal na manatiling ligtas sa tahanan (halimbawa, pagkukumpuni sa AC nang sa gayon ay makapananatili sila sa kanilang tahanan).

- Hotline ng indibidwal na mataas ang panganib (matatawagan Lunes hanggang Biyernes mula 8 ng umaga hanggang 5 ng hapon) 877-424-4640
- Neighbors Helping Neighbors Utah 801-641-4441 <https://www.nhelpingn.com>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/specific-populations>



Mga indibidwal na mataas ang panganib:

- ✓ Mga taong 65 taong gulang at mas matanda.
- ✓ Mga taong naninirahan sa nursing home o pasilidad ng pangmatagalang pangangalaga.
- ✓ Mga taong may talamak na sakit sa baga o katamtaman hanggang sa malubhang hika.
- ✓ Mga taong may seryosong kondisyon sa puso.
- ✓ Mga taong mahina ang sistemang imyuno (immunocompromised) kabilang ang gamutan sa kanser, paninigarilyo, bone marrow o transplantasyon ng organo, kakulangan sa imyuno, hindi nakontrol na HIV o AIDS, at matagal na paggamit ng corticosteroids at iba pang mga medikasyon na nagpapahina sa imyuno.
- ✓ Mga tao anuman ang edad na labis ang katabaan (body mass index [BMI] >40) o sumasailalim sa mga tiyak na medikal na kondisyon, partikular na kung hindi nakontrol nang maayos, tulad ng mga may diyabetis, pagpalya ng bato, o sakit sa atay.
- ✓ Ang mga taong buntis ay dapat masubaybayan dahil sila ay napag-alamang nanganganib sa malubhang sakit na nakakahawa, gayunpaman, ang kasalukuyang datos sa COVID-19 ay hindi nagpapakita na tumaas ang panganib.

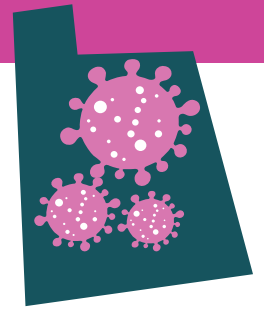
Mga serbisyong pangangalaga sa bata

- Department of Workforce Services <https://jobs.utah.gov/covid19/covidocc.html>
- Libre ang One Utah Child Care, isang pansamantalang sistema ng pangangalaga sa bata na magagamit ng mga manggagawang nangangalaga sa kalusugan at mga unang tumugon sa panahon ng pandemyang COVID-19 <https://coronavirus.utah.gov/child-care/#childcare>.
- Mga kadalasang tanong para sa mga magulang at mga tagapagbigay ng pangangalaga sa bata <https://coronavirus.utah.gov/child-care/>



Mga lokasyon ng pagsusuri sa COVID-19

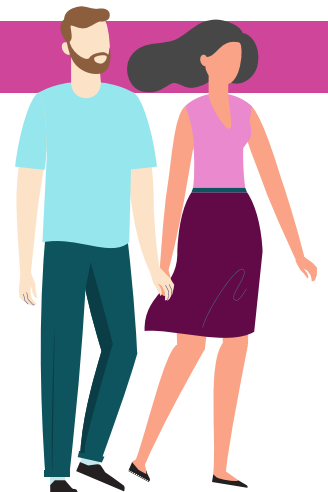
Libre ang pagsusuri para sa COVID-19. Hindi ka pagbabayaran kapag nagtungo ka sa lokasyon ng pagsusuri. Gayunpaman, maaaring singilin sa iyong kumpanya ng insurance sa kalusugan kapag ikaw ay sinuri. Gayunman wala kang gagastusin; sagot ng iyong insurance sa kalusugan ang 100% na gastos sa pagsusuri. Kung wala kang insurance sa kalusugan, ang halaga ng pagsusuri ay sasagutin ng Medicaid kahit hindi ka myembro ng Medicaid. Naging posible ito dahil sa Families First Coronavirus Response Act ng pederal. Walang sinuman ang dapat matakot na magpasuri dahil sa gastusin.



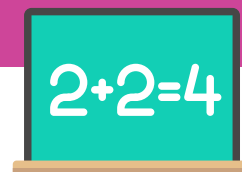
- Tumawag sa tagapagbigay ng pangangalaga sa kalusugan o bisitahin ang <https://coronavirus.utah.gov/testing-locations/>
- Mapa ng lahat ng mga lokasyon ng pagsusuri sa COVID-19 sa Utah <https://coronavirus.utah.gov/utah-covid-19-testing-locations/>
- TestUtah.com na mga lokasyon ng pagsusuri <https://www.testutah.com/>
- Intermountain Healthcare 844-442-5224 <https://intermountainhealthcare.org/covid19-coronavirus/get-testing/>
- University of Utah 844-745-9325 <https://healthcare.utah.edu/coronavirus/>
- Ang University of Utah Wellness Bus ay nag-aalok ng pagsusuri sa COVID-19 kada linggo sa mga sumusunod na lokasyon:
 - Lunes mula 12 ng tanghali hanggang 4 ng hapon sa Centennial Park (5600 West 3100 South, West Valley City, UT 84119) katabi ng west softball diamonds
 - Martes mula 12 ng tanghali hanggang 4 ng hapon sa Central Park Community Center (2797 South 200 East, South Salt Lake, UT 84115)
 - Huwebes mula 12 ng tanghali hanggang 4 ng hapon sa Sorenson Unity Center (1383 South 900 West, Glendale, UT 84104)
 - Biyernes mula 12 ng tanghali hanggang 4 ng hapon sa Copperview/MidValley Center (8446 South Harrison St, Midvale, UT 84047)
 - Mga Contact sa Wellness Bus: Maria (562) 448-5389, Carmen (801) 441-0917, o Bella (801) 648-9841

Karahasan at pag-aabuso sa tahanan

- LinkLine ng Utah sa Karahasan sa Tahanan (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-800-897-5465
- Linya ng Krisis sa Sekswal na Karahasan (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-888-421-1100
- Utah Domestic Violence Coalition <https://www.udvc.org/>
- Holy Cross Ministries <https://hcm.utah.org/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/family-support>



Edukasyon at pagsasanay



- Mga pinagkukunan sa edukasyon para sa COVID-19 <https://coronavirus.utah.gov/education/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/education>

Tulong sa enerhiya



- Utah Home Energy Assistance Target (HEAT) Program 1-866-205-4357 <https://jobs.utah.gov/housing/scso/seal/heat.html>
 - Online na aplikasyon <http://sealapp.utah.gov/index.do>
 - Mag-iskedyul ng pakikipagtipan para sa tulong <https://jobs.utah.gov/housing/scso/seal/offices.html>
- HINDI papatayin ng Rocky Mountain Power at Dominion Energy ang kuryente/gas dahil sa hindi pagbabayad (maaaring tumawag para sa mga plano sa pagbabayad/humiling ng mas maraming oras sa pagbabayad)
 - <https://www.dominionenergy.com/company/coronavirus>
 - <https://www.rockymountainpower.net/about/newsroom/service-safety-covid-19.html>
- TAWAGAN ang Utah para sa Tulong sa Utility sa 800-328-9272

Tulong sa pagkain



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/food>
- Kung kailangan mo ng tulong para sa pagkain, mag-aplay para sa mga benipisyo ng SNAP <https://jobs.utah.gov/covid19/covidother.html>
- Mga listahan na pinagkukunan ng pagkain ng Utahns Against Hunger <https://uah.org/covid19>
- Pantry ng pagkain at ang Utah Food Bank <https://www.utahfoodbank.org/find-a-pantry/>
- Pansamantalang Tulong para sa mga Pamilyang Nangangailangan <https://jobs.utah.gov/services/tevs/tanfcontract.html>
- Programang Seed Library upang makatulong na magtanim ng sarili mong pagkain <https://services.slcp.org/theplot#SeedLibrary>
- Mga pinagkukunan ng County ng Salt Lake County sa pagkain 801-526-0950 or 1-866-435-7414 <https://www.sl.gov/sustainability/food-covid/>

Pabahay, renta at mga utility



- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/housing-and-utilities>
- Utah Community Action <https://www.utahca.org/>
- Homeless Prevention and Rapid Rehousing <https://jobs.utah.gov/housing/scso/hprrh/>
- COVID-19 katotohanan sa renta at pagpapalayas <https://jobs.utah.gov/covid19/evictionofacts.pdf>
- Utah Community Action 801-359-2444

Mga serbisyong ligal

- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/legal>
- Mga libreng online na serbisyo ng mga boluntaryong abogado <https://www.utahlegalhelp.org/vlc>



Medikal, dental, at bisyon

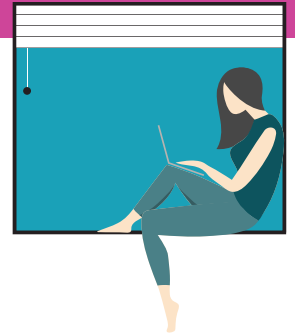
Bilang tugon sa Families First Coronavirus Response Act, hindi isasara ng Utah Medicaid ang alinmang Medicaid o mga kaso ng CHIP na hindi karapat-dapat mula Marso 18, 2020. Ang mga kasong ito, o mga myembro, ay patuloy na makakatanggap ng mga benepisyo hanggang sa matapos ang panahon ng hindi inaasahang pangyayari na ito. Aabisuhan ang mga myembro sa sandaling ang kanilang kaso ay babaguhin o isasara. Dahil sa COVID-19, sinuspinde rin ng Medicaid ang kinakailangang Pakikipag-ugnayan sa Komunidad. Hindi na kinakailangang magparehistro ng mga myembro ng Medicaid sa trabaho o at hindi na kinakailangang kumpletuhin ang pagtatasa, mga programang pagsasanay, o mga paghahanap ng trabaho. Ang lahat ng kaso, o mga myembro, ay patuloy na makakatanggap ng mga benepisyo hanggang sa matapos ang panahon ng hindi inaasahang pangyayari na ito. Para sa higit pang impormasyon, bisitahin ang <https://medicaid.utah.gov/covid-19/>.

- Mag-aplay para sa mga benepisyo ng Medicaid sa <https://medicaid.utah.gov/apply-medicaid/> o tumawag sa Kagawaran ng Workforce Services sa 1-866-435-7414 o sa Salt Lake County 801-526-0950
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/health-and-dental>



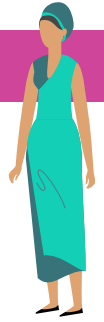
Kalusugang Pangkaisipan

- Linya ng Utah sa Krisis at Pangkat ng Mobile Outreach (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-801-587-3000 <https://healthcare.utah.edu/uni/programs/crisis-diversion.php>
- Hotline ng Kaginhawahan sa Kalusugang Emosyonal (matatawagan 7 araw kada linggo mula 10 a.m. hanggang 10 p.m.) 833-442-2211 (iniaalok ang pagpapayo sa 19 wika)
- Helpline ng SAMHSA sa Pagkabalisa sa Sakuna (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-800-985-5990 o sa pamamagitan ng pag-text ng "TALKTWITHUS" sa 66746 (mayroon sa Spanish)
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/mental-health>
- Warm Line para sa mga residente ng Salt Lake County na wala sa krisis ngunit nangangailangan ng suporta o pagpapalakas ng loob (7 araw kada linggo mula 8 ng umaga hanggang 11 ng gabi) 801-587-1055
- Maternal Mental Health Referral Network (pagbubuntis at depresyon at pagkabalisa pagkapanganak) <https://maternalmentalhealth.utah.gov/>
- Sangay ng Utah sa Pag-abuso sa Substansiya at Kalusugang Pangkaisipan <https://dsamh.utah.gov/>
- App na SafeUT <https://healthcare.utah.edu/uni/safe-ut/>
- MyStrength app na pangangalaga sa sarili (60-araw na libreng pagsubok sa paggamit ng access code na: UDHSguest33)
- National Suicide Prevention Lifeline (matatawagan 24 oras kada araw 7 araw kada linggo) 1-800-273-8255
- Mga pagkukunan sa kalusugang pangkaisipan para sa COVID-19 <https://coronavirus.utah.gov/Mental-health/>
- Utah Suicide Prevention Coalition <https://utahsuicideprevention.org/>
- American Foundation for Suicide Prevention sangay ng Utah <https://afsp.org/chapter/utah>
- National Alliance on Mental Illness Utah <https://namiut.org/>



Mga refugee

- Utah Department of Workforce Services Refugee Services <https://jobs.utah.gov/refugee/>
- Utah Refugee Connection <https://serverefugees.org/>
- Refugee Council USA <https://rcusa.org/covid-19/>



Mga karamdaman sa paggamit ng substansiya

- Sangay ng Utah sa Pag-abuso sa Substansiya at Kalusugang Pangkaisipan <https://dsamh.utah.gov/>
- Mga serbisyong paggamot sa karamdaman sa paggamit ng substansiya sa Utah <https://dsamh.utah.gov/contact/location-map>
- Mga tagapagbigay ng paggamot kalusugan ng lokal na pag-uugali sa pamamagitan ng SAMSHA <https://findtreatment.samhsa.gov/>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/mental-health>
- Tulong sa paggamot sa karamdaman sa paggamit ng substansiya at pag-abuso sa opioid <https://www.opidemic.org/treatment/>
- Naloxone <https://naloxone.utah.gov/>
- Mga Serbisyong Utah Syringe Exchange <http://health.utah.gov/epi/prevention/syringeexchange/UTSEPEventSchedule.pdf>
- Utah Support Advocates for Recovery Awareness (USARA) 385-210-0320 <https://www.myusara.com/>



Transportasyon

- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/transportation>



Kawalan ng trabaho

Dahil sa maraming bilang ng mga paghahabol, dapat asahan ng mga indibidwal na makakita ng mga kaguluhan sa mga antas ng normal na serbisyo kabilang ang mahahabang oras ng paghihintay sa tawag at chat gayundin ang 21-30 araw na pagproseso sa mga paghahabol..

- Insurance sa kawalan ng trabaho <https://jobs.utah.gov/covid19/covidui.html>
 - Pagtukoy sa pagiging karapat-dapat sa kawalan ng trabaho <https://jobs.utah.gov/ui/home/Home/UiEligible>
 - COVID-19 FAQ sa Kawalan ng Trabaho <https://jobs.utah.gov/covid19/uifaqemployees.pdf>
- Proseso ng paghahabol sa kawalan ng trabaho dahil sa Pandemya <https://jobs.utah.gov/covid19/pandemicuicclaims.pdf>
- United Way 2-1-1 <https://211utah.org/index.php/employment>
- Pansamantalang virtual workshop para sa mga empleyadong nawalan ng trabaho <https://jobs.utah.gov/covid19/temployoffvirtualworkshop.pdf>
- COVID-19 FAQ para sa mga may-ari ng kumpanya <https://jobs.utah.gov/covid19/uifaqemployers.pdf>
- Ang mga workshop ng Rapid Response Services ay dinisenyo upang magbigay ng agarang ayuda sa mga kumpanya at mga apektadong manggagawa dahil sa kawalan ng trabaho at pagsasara ng mga planta <https://jobs.utah.gov/employer/business/prelayoff.html>
- Mga County ng Salt Lake at South Davis: (801) 526-4400
- Mga County ng Weber at North Davis: (801) 612-0877
- County ng Utah: (801) 375-4067
- Nalalabing bahagi ng Estado at Labas ng Estado: 1-888-848-0688

