

### Como Miembros de su Equipo, Haremos:

- Respetar a usted y a sus valores familiares y necesidades.
- Respetar su cultura y usar lenguaje que usted pueda entender.
- Ayudarle a fijar metas y crear un plan de acción.
- Obtener información de los otros proveedores medicos donde recibe cuidado de salud.
- Preguntar por sus ideas y cómo podemos mejorar su salud.
- Ofrecer citas a la hora y días que usted pueda venir.
- Explicar los resultados de sus exámenes y que sucederá después.
- Ayudarle a conseguir los servicios de apoyo cuando los necesita incluyendo Salud Mental, Dental, y WIC.
- Tomar el tiempo para hacer una conexión personal con usted.
- Ayudarle a encontrar a especialistas cuando los necesita.
- Utilizar medicina basada en evidencia.

### Información de Citas

- Llamar con anticipación siempre es lo mejor.
- Ofrecemos citas el mismo día para médicos solamente.
- Llegue 15 minutos antes de su cita para el papeleo del paciente.
- Ver sitio web para horas específicas del sitio.

Para asuntos urgentes después del horario normal de la clínica, puede llamar al (800) 942-5330, seleccionar su idioma (#1 para inglés, #2 para español), luego presionar #3 y un proveedor de guardia le devolverá la llamada. Por favor llame al 911 para todas las emergencias.

### Estamos Aquí para Servirle a USTED!

#### Centro Médico, Dental y Salud Conductual

400 South Townline Road  
P.O. Box 1440  
Wautoma, WI 54982  
Teléfono: 920-787-5514

#### Centro Dental de Mauston

880 Herriot Drive  
Mauston, WI 53948  
Teléfono: 608-847-6700

#### Centro Dental de Beaver Dam

207 South University Avenue  
Beaver Dam, WI 53916  
Teléfono: 920-356-5012

#### Centro Dental de Stevens Point

3504 E Maria Drive  
Stevens Point, WI 54481  
Teléfono: 715-997-9802

#### Centro de Salud Conductual y Recuperación de Roche-A-Cri Friendship

302 W Lake Street  
P.O. Box 14  
Friendship, WI 53934  
Teléfono: 608-474-4355

**Número gratis para todos los sitios:  
800-942-5330**



**Family Health**  
*La Clinica*



### Hogar Médico Centrado en el Paciente

Centros Médicos, de Salud Conductual,  
Recuperación de Sustancias y Dentales

**Número gratuito: (800) 942-5330**

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

Programa de descuento disponible  
para pacientes que califican



## ¿Qué es un Hogar Medico?

Un hogar medico se llama un “hogar” porque nos gustaría que esta clínica sea el primer lugar en cual usted visitará para todas sus necesidades médicas. Nuestro objetivo es hacer que sea fácil y cómodo para obtener la atención médica que necesita, de una manera que funcione mejor para usted.

Como su proveedor de cuidado de salud, estamos aquí para facilitar una asociación personal con usted y su familia para ofrecerles un cuidado con calidad, integridad y con la mejor atención primaria progresiva.

## Regístrese en MyChart

Usted puede comunicarse con los miembros del equipo de salud en cualquier momento durante las horas de trabajo normales llamando al 800-942-5330 o enviando un mensaje clínico a través de MyChart.

Se puede acceder a MyChart a través de su teléfono inteligente o computadora y ofrece acceso 24/7 a su información de salud.

¿Qué más puede hacer con MyChart?

- Administrar sus citas.
- Acceder a los resultados de las pruebas del laboratorio.
- Solicitar recargas de recetas.
- Pagar su cuenta.
- ¡Y más! ¡Pregúntenos cómo hoy!

**Llame para hacer una cita:  
(800) 942-5330**

## Servicios Ofrecidos

### Cuidado Médico

Inmunizaciones  
Cuidado para Toda la Familia  
Servicios Preventivos  
Tratamiento de Enfermedades Crónicas

### Cuidado de la Mujer

Planificación Familiar  
Exámenes Anuales  
Exámenes de Senos  
Servicios Prenatales  
Cuidado de la Menopausia

### Servicios de WIC

Programa de Comida y Nutrición  
Consejería en Lactancia Materna

### Servicios Especiales

Colposcopia  
Biopsia del endometrio  
Frenotomía  
Examen de Inmigración

### Salud Mental

Terapia y Psiquiatría  
Tratamiento de Adicciones  
Tratamiento para Infantiles y Adolescentes

### Servicios de Laboratorio

Tiroides  
Colesterol  
Azúcar en la sangre  
Análisis de orina  
Y más

### Educación de Salud

Diabetes y Nutrición  
Dejar de Fumar

### Servicios Dentales

Exámenes Orales  
Consultas y Radiografías  
Empastes y Limpiezas  
Tratamiento de Fluoruro  
Dentadura y Parciales  
Cuidados de Emergencia  
Salud Escolar



## Como Paciente de La Clínica, Yo:

- Escogeré a mi proveedor médico.
- Traeré todos mis medicamentos, suplementos, y productos a base de hierbas o holístico que utilizo en sus envases originales a la cita.
- Llenaré mis recetas a tiempo, los tomaré como prescrito, y les diré si se presenta cualquier problema.
- Les avisaré si soy incapaz de tomar medicamentos o seguir mi plan de atención.
- Les avisaré si he recibido atención de salud en otro lugar.
- Les ayudaré a crear mi plan de acción, y realizar un seguimiento de mi progreso.
- Preguntaré si necesito alguna prueba o inyecciones.
- Solicitaré servicios de apoyo cuando los necesite.
- Les diré como me siento y como afecta a mi vida.
- Traeré todas mis preguntas que tenga a mi cita.

**Nuestra misión es mejorar la salud y el bienestar de todas las personas en las comunidades a las que servimos.**

## Usando MyChart

Acceda a su información médica en línea en cualquier momento.

### Use MyChart para:

- Leer la información médica que su equipo de cuidados ha escrito.
- Estar al tanto de sus medicamentos, resultados de laboratorio, vacunas y más.
- Aprender sobre sus condiciones medicas de una fuente confiable. (MedlinePlus Connect)
- Acceder a consejos para mantenerse saludable.
- Obtener un resumen de sus visitas médicas para compartir con especialistas fuera de la clínica.
- Imprimir una tarjeta con su información médica para que la lleve con usted.

---

### MyChart código de activación:

---

### MyChart nombre de usuario:

---

### MyChart contraseña:

(su contraseña es **sensible** a letras mayúsculas):

---

## MyChart en su Celular



### Tiene un smartphone?

Descargue MyChart - ¡ Descargue la aplicación de EPIC en su celular ! Una vez que ha descargado la aplicación busque "OCHIN". Después ingrese con su nombre de usuario y contraseña de MyChart.



La mayoría de las herramientas están disponibles en la aplicación de su teléfono celular. Para ver notas de sus visitas al doctor o cambiar su contraseña se necesita una computadora.

**¿Tiene preguntas acerca de MyChart?**

**¿Olvidó su dirección de correo electrónico o contraseña?**

**Llámenos sin cargo al:**

**1-800-942-5330**

OCHIN | my chart



**Family Health**  
*La Clinica*

**Conozca**

**su información**

**médica**

**¡Regístrese hoy!**

# Guía rápida de inicio

¿Esta listo?  
Para usar MyChart necesita:

## Acceso al internet

Hay lugares en la comunidad donde puede usar una computadora si no tiene una.

## Un correo electrónico privado

Si no tiene un correo electrónico, puede conseguir uno gratis en línea.

## MyChart código de activación

Pregunte a su equipo de cuidados sobre las diferentes maneras de activar MyChart; el código de activación es sensible a letras mayúsculas.

## Privacidad

MyChart está protegido con una contraseña para que otros no puedan acceder a su cuenta y ver su información.



[www.famhealth.com](http://www.famhealth.com)

## Para comenzar:

Hay tres formas para registrarse.  
Pregunte a su equipo de cuidados para más detalles.

### 1. En la clínica con un código de activación y ayuda del personal.



### 2. Desde casa con un código de activación que el personal de la clínica le da.

Use el código de activación que

le dio su equipo de cuidados, su fecha de nacimiento y los últimos cuatro dígitos de su número de seguro social para registrarse desde su computadora en casa. Vaya a [www.famhealth.com](http://www.famhealth.com) y haga clic en el link MyChart.

### 3. Sin un código de activación.

Diga a su equipo de cuidados que desea ayuda para registrarse y hacerlo juntos.

- Nombre
- Fecha de nacimiento
- Número de seguro social



Si la información proporcionada coincide **exactamente** con los registros de Family Health, usted será inscrito inmediatamente.

**Si tiene problemas para registrarse,  
llámenos para obtener ayuda:**

**1-800-942-5330**

## ¿Cómo puede usar MyChart?

Use MyChart para:

### Recordatorios de salud

En Mychart recordatorios de salud están programados. Puede también recibir recordatorios de su equipo de salud.

### Administrar sus citas

- Pedir una cita
- Ver citas próximas y pasadas
- Registrarse para citas programadas
- Solicitar y realizar visitas de telesalud

### Mantenerse en contacto con su equipo de cuidado

- Enviar y recibir mensajes seguros
- Solicitar referencias y resurtir recetas
- Ver sus resultados de laboratorio

### Administrar su cuenta

- Ver y pagar sus facturas



USTED HA SIDO PRUEBADO PARA COVID-19 (Coronavirus)

Fecha \_\_\_\_\_

¿Qué sucede después?

- Vete a casa y evita el contacto con otras personas, incluso con las que vives.
  - No salga de su casa ni permita que otros entren a menos que sea absolutamente necesario.
  - Si necesita ayuda para obtener vivienda de emergencia, alimentos, medicamentos u otros suministros esenciales, llámenos y solicite hablar con nuestros Navegadores de Beneficios que pueden conectarlo con recursos. 1-800-942-5330
- Se le ha administrado una máscara facial. Asegúrese de usar la máscara sobre la boca y la nariz, especialmente cuando esté cerca de otras personas.
  - Las máscaras de tela se pueden lavar con agua caliente y jabón todos los días.
  - Las máscaras desechables se pueden utilizar durante varios días o hasta que estén visiblemente sucias.
  - No es necesario usar la máscara si está solo.
  - Trate de mantenerse al menos a 6 pies de distancia de otras personas
- Su prueba será enviada a un laboratorio para su procesamiento.
  - Puede tomar hasta 4 días para obtener los resultados de su examen.
  - Tan pronto como tengamos los resultados de sus pruebas, le llamaremos.
  - No es necesario llamar a la clínica pidiendo resultados de las pruebas – si no nos hemos puesto en contacto con usted, todavía no los tenemos.
- Controlar sus síntomas (tos, fiebre, respiración, etc).
  - Si sus síntomas empeoran, llámenos para obtener consejos sobre qué hacer
  - Si necesita ayuda médica de emergencia, llame al 911 y hágales saber que se le realizaron la prueba de COVID.

Si tiene alguna de estas señales de advertencia de emergencia\* para COVID-19, busque atención médica inmediatamente:

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistente en el tórax
- Nueva confusión o incapacidad para despertar
- Labios o cara azulados

\*Esta lista no es todo incluido. Consulte a su proveedor médico para cualquier otro síntoma que sea grave o que le afecte.

**Llame al 911 si tiene una emergencia médica:** Notifique al operador que tiene, o cree que podría tener, COVID-19. Si es posible, ponte una cubierta facial de tela antes de que llegue la ayuda médica.

# 10 cosas que puede hacer para manejar sus síntomas de COVID-19 en casa

Versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>

## Si tiene COVID-19 presunto o confirmado:

1. **Quédese en casa** y no vaya a trabajar ni a la escuela. Evite visitar otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar transporte público, vehículos compartidos o taxis.



2. **Monitoree sus síntomas** con mucha atención. Si sus síntomas empeoran, llame de inmediato a su proveedor de atención médica.



3. **Descanse y manténgase hidratado.**



4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** antes de ir, e infórmele que tiene o podría tener COVID-19.



5. Si tiene una emergencia médica, llame al 911 y **avísele a la operadora** que tiene o podría tener COVID-19.



6. **Al toser y estornudar, cúbrase la nariz y la boca** con un pañuelo desechable o hágalo en la parte interna del codo.



7. **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón por al menos 20 segundos o límpieselas con un desinfectante de manos que contenga al menos 60 % de alcohol.



8. En la medida de lo posible, **quédese en una habitación específica y alejado de las demás personas** que viven en su casa. Además, de ser posible, debería utilizar un baño separado. Si debe estar en contacto con otras personas dentro o fuera de su casa, use una mascarilla.



9. **Evite compartir artículos personales** con las demás personas en su casa, como platos, vasos, cubiertos, toallas y ropa de cama.



10. **Limpie todas las superficies** que se tocan frecuentemente, como los mesones, las mesas y las manijas de las puertas. Utilice limpiadores de uso doméstico, ya sea en rociador o toallitas, según las instrucciones de la etiqueta.



# Síntomas del coronavirus (COVID-19)

**Conozca los síntomas del COVID-19, que pueden incluir:**



**Los síntomas pueden ser de leves a graves, y aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus que causa el COVID-19.**

**Busque atención médica de inmediato si alguien tiene signos de advertencia de una emergencia del COVID-19**

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistentes en el pecho
- Estado de confusión de aparición reciente
- No puede despertarse o permanecer despierta
- Color pálido, gris o azulado de la piel, los labios, o el lecho de las uñas, dependiendo del tono de piel

Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Llame a su proveedor de atención médica si tiene cualquier otro síntoma que sea grave o que le preocupe.

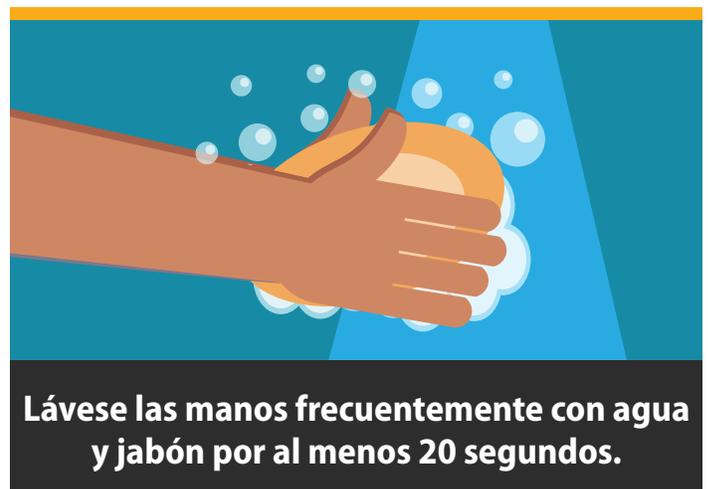
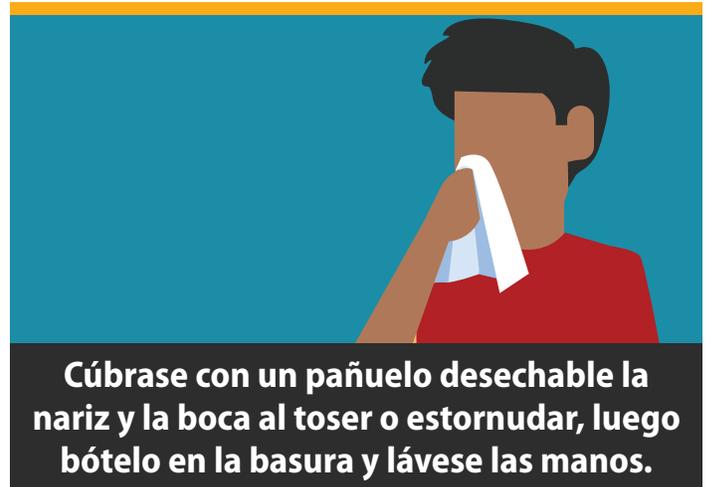


Centers for Disease Control and Prevention  
National Center for Emerging and Zoonotic Infectious Diseases

[cdc.gov/coronavirus-es](https://cdc.gov/coronavirus-es)

# Detenga la propagación de gérmenes

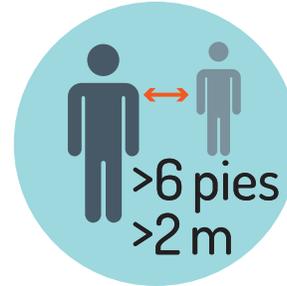
Ayude a prevenir la transmisión de enfermedades respiratorias como el COVID-19.



[cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus)

# Vacunas contra el COVID-19

## Las vacunas son una de las herramientas que tenemos para luchar contra la pandemia del COVID-19.



Para detener esta pandemia, debemos usar todas nuestras herramientas de prevención. Las vacunas son una de las herramientas más eficaces para proteger su salud y prevenir enfermedades. Las vacunas trabajan con las defensas naturales del cuerpo para que **su cuerpo esté preparado para luchar contra el virus** si usted está expuesto (esto también se llama inmunidad). Hay otras medidas que también ayudan a detener la propagación del COVID-19, como ponerse una mascarilla que le cubra la nariz y la boca, y mantenerse al menos a 6 pies o 2 metros de distancia de las personas que no vivan con usted.

Hay estudios que muestran que las **vacunas** contra el COVID-19 **son muy eficaces** para que usted no contraiga la enfermedad. Los expertos también creen que ponerse la vacuna contra el COVID-19 podría ayudar a que usted no se enferme gravemente, incluso si contrae el COVID-19. Estas vacunas no pueden darle la enfermedad.



**Las vacunas son seguras.** El sistema de vacunas de los Estados Unidos se asegura de que todas las vacunas sean lo más seguras posible. Todas las vacunas contra el COVID-19 que se están usando han pasado por las mismas pruebas de seguridad y cumplen con los mismos estándares que cualquier otra vacuna producida a lo largo de los años. Se ha establecido un sistema en todo el país que permite que los CDC estén atentos por si hay problemas de seguridad y verifiquen que las vacunas sigan siendo seguras.

**Habrá diferentes tipos de vacunas contra el COVID-19 disponibles.** La mayoría de estas vacunas se aplican en dos inyecciones, una a la vez y de manera separada. La primera inyección prepara su cuerpo. La segunda inyección se aplica al menos tres semanas después para garantizar que usted tenga protección completa. Si le dicen que necesita dos inyecciones, asegúrese de ponerse las dos. Puede que las vacunas funcionen en maneras levemente distintas, pero todos los tipos de vacuna ayudarán a protegerlo.



[www.cdc.gov/coronavirus-es](http://www.cdc.gov/coronavirus-es)

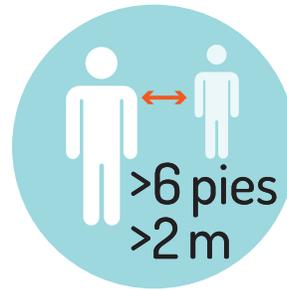


Las vacunas pueden causar efectos secundarios en algunas personas, como dolores musculares, cansancio o fiebre baja. Estas reacciones significan que la vacuna está trabajando para enseñarle al cuerpo cómo luchar contra el COVID-19 si usted está expuesto. Para la mayoría de las personas, estos efectos secundarios no durarán más que un día o dos. **Tener estos tipos de efectos secundarios NO significa que usted tenga el COVID-19.** Si tiene preguntas acerca de su salud después de vacunarse, llame a su médico, personal de enfermería o centro médico. Como con otros medicamentos, es raro pero posible tener una reacción grave, como no poder respirar. Es muy poco probable que esto ocurra, pero si ocurre, llame al 911 o vaya a la sala de emergencia más cercana.



**Cuando lo estén vacunando, usted y el trabajador de atención médica tendrán que usar mascarillas.**

Los CDC recomiendan que durante la pandemia las personas se pongan una mascarilla que cubra la nariz y la boca cuando estén en contacto con otras personas que no vivan en su casa, cuando estén en establecimientos de atención médica y cuando se les aplique cualquier vacuna, incluida la vacuna contra el COVID-19.



**Incluso después de ponerse la vacuna,** usted tendrá que seguir usando una mascarilla que le cubra la nariz y la boca, lavarse las manos a menudo y mantenerse a 6 pies o 2 metros de distancia de las personas con las que no viva. Esto les dará a usted y a los demás la mejor protección para que no contraigan el virus. En este momento, los expertos no saben por cuánto tiempo lo protegerá la vacuna, por eso es una buena idea que siga cumpliendo con las directrices de los CDC y del departamento de salud de su área. **También sabemos que no todos podrán vacunarse de inmediato, por eso es aún importante que se proteja a sí mismo y a los demás.**

## **SERVICIOS DE SALUD**

**Family Health La Clinica** .....800-942-5330  
famhealth.com

- Centro de salud comunitario
- Servicios médicos, dentales, de salud del comportamiento y WIC: Wautoma, WI
- Servicios dentales: Beaver Dam, Mauston y Stevens Point, WI
- Servicios de salud del comportamiento y recuperación de la drogadicción: Friendship, WI
- Los servicios están disponibles para todos y un programa de descuentos está disponible
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Centros de Salud Cerca de Usted** .....

wphca.org/page/FindHealthCenter

wafcclinics.org/find-a-clinic.html

- Los sitios web están en inglés

**Centro de Recursos para Latinos**

..... 414-389-6500

Línea de crisis de Wisconsin ....414-389-6510

- Migrantes Unidos Para Oportunidades y Servicios
- Servicios para víctimas de la violencia doméstica, agresión sexual y trata de personas
- El Centro sirve a todos los géneros, razas, etnias y grupos de edad
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Seguro Médico para Trabajadores** .....

coveringwi.org/enroll

- Buscar a expertos locales que le ayudan inscribirse en seguro médico
- El sitio web está en inglés

**Seguro Médico para Trabajadores cont.**....

farmworkerjustice.org/resources/health/accessing-healthcare/aca

- Trabajadores H-2A tienen 60 días desde el día que llegan a los Estados Unidos para inscribirse en seguro médico
- Información en español en el sitio web

## **SERVICIOS LEGALES**

**Acción Legal de Wisconsin - Proyecto para Trabajadores Agrícolas**..... 920-279-7025

legalaction.org/services/farmworkers

- El consejo y la representación legal gratuita a los trabajadores agrícolas y a sus familias
- Cuestiones de contratación y salarios, salud y seguridad en el trabajo y vivienda, discriminación y otros servicios
- Se puede enviar un mensaje de texto o WhatsApp y llamar en cualquier momento
- Tiene empleados bilingües (inglés y español) e intérpretes de otros idiomas

**Consulado de México en Milwaukee**

.....414-944-7586

consulmex.sre.gob.mx/milwaukee

- Milwaukee, WI
- Protección migratoria, penal, laboral, familiar y de derechos humanos
- Servicios de documentación y registro civil
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Wisconsin Judicare** ..... 800-472-1638

judicare.org

- Servicios legales gratuitos para individuos de bajos ingresos en el norte de Wisconsin
- Tiene empleados que hablan inglés, español y hmong

**Para Presentar Quejas de Seguridad y Salud** .....

800-321-6742

osha.gov/workers/file\_complaint.html

- Administración de Seguridad y Salud Ocupacional
- Llame o ir al sitio web para presentar una queja – en línea, se puede hacerlo en cualquier idioma
- Para más asistencia, contacte a la Especialista de Trabajadores Agrícolas Migrantes y de Temporada de su área

**Protección al Trabajador**..... 608-224-4545

datcp.wi.gov/Pages/Programs\_Services/WorkerProtection.aspx

- Departamento de Agricultura, Comercio y Protección al Consumidor
- Información y formación para proteger a los trabajadores de intoxicaciones por plaguicidas y lesiones
- Tiene acceso a un intérprete

**Protección al Consumidor** .... 800-422-7128

datcp.wi.gov/Pages/Publications/ConsumerProtectionFactSheetsSpanish.aspx

- Departamento de Agricultura, Comercio y Protección al Consumidor
- Llame si tiene una queja de consumidor
- Hay más información en español sobre la protección al consumidor en el sitio web
- Tiene acceso a un intérprete

## **RECURSOS PARA EL EMPLEO**

**Programa Nacional de Empleo para Trabajadores Agrícolas** ..... 800-279-8667

umos.org

- Migrantes Unidos Para Oportunidades y Servicios
- Disponible para trabajadores agrícolas migrantes y de temporada y a sus familias
- Asistencia para la hoja de vida, entrevista, búsqueda de trabajo e inscripción en programas de capacitación laboral
- Servicios de educación para obtener un diploma de secundaria o GED y mejorar las habilidades en inglés
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Programa de Empleos de Transición**

.....800-279-8667

umos.org

- Migrantes Unidos Para Oportunidades y Servicios
- Disponible en los condados de Adams, Clark, Florence, Forest, Jackson, Juneau, Langlade, Menominee, Milwaukee y Racine
- Formación y capacitación laboral, desarrollo de habilidades para la vida y asistencia para la búsqueda de trabajo
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Especialistas de Trabajadores Agrícolas Migrantes y de Temporada** .....

dwd.wisconsin.gov/jobservice/msfw

- Información y derivación a trabajos, consejería vocacional y oportunidades de capacitación
- Información sobre los derechos de los trabajadores agrícolas y asistencia para presentar su queja
- Derivación a otras agencias de la comunidad que prestan servicios de apoyo
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Contacte a la Especialista Cerca a Usted**

*Condado de Dane*

Beatriz Contreras .....608-405-4420  
Pedro Albiter.....608-405-4408

*Condado de Walworth*

Terry Schuerman.....262-741-5193

*Wisconsin Rapids*

Hicela (Izzy) Gonzalez .....715-679-5532

**RECURSOS PARA NIÑOS**

**Buscador del Cuidado de Niños**.....

childcarefinder.wisconsin.gov

- Encontrar opciones del cuidado de niños disponibles en Wisconsin
- El sitio web está en inglés
- Para asistencia en español, llame al 608-443-2495 o 1-800-287-9322

**Childcaring** ..... 800-628-8534

childcaring.org

- Encontrar servicios del cuidado de niños que son asequibles y locales
- Disponible en los condados de Adams, Clark, Langlade, Lincoln, Marathon, Marquette, Portage, Taylor, Waushara y Wood
- Tiene acceso a un intérprete

**Programa de Educación Migrante**

.....608-617-2462

dpi.wi.gov/migrant

- Departamento de Instrucción de Wisconsin
- Niños de trabajadores agrícolas migrantes y de temporada
- Varios programas educativos para niños de todas las edades
- Servicios de nutrición
- Referencias a servicios médicos, dentales y otros servicios comunitarios
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Programas Head Start para Migrantes y Trabajadores de Temporada**. 800-279-8667

umos.org

- Migrantes Unidos Para Oportunidades y Servicios
- Cuidado de niños para trabajadores agrícolas migrantes y de temporada que enfoque en la preparación escolar
- Niños de 6 semanas a 5 años de edad
- Un programa adicional para niños de 6 a 12 años de edad
- Ubicaciones en Berlin, Beaver Dam, Plainfield y Redgranite
- Tiene empleados bilingües (inglés y español)

**Recursos para Trabajadores Agrícolas Migrantes y de Temporada**

2021

Esta guía es cortesía de Family Health La Clínica y la Coalición de Trabajadores Agrícolas de Wisconsin.

Para obtener más información:  
FHLC Mobile Migrant Health Services Team  
920-787-9450  
msaw@famhealth.com



**Family Health**  
*La Clínica*



## Servicios Legales para Trabajadores Agrícolas

*Asistencia legal gratuita y confidencial*

## Legal Aid for Agricultural Workers

*Free and Confidential Legal Help*

Acción Legal de Wisconsin ofrece el **consejo y la representación legal gratuita** a los trabajadores agrícolas, a los trabajadores de lechería, y a sus familias. Podemos ofrecerle el consejo legal o la representación legal, o proporcionarle referencias apropiadas acerca de una variedad **de asuntos legales**:

- Derechos laborales, incluso trabajadores con visa H-2A
- Discriminación
- Compensación al trabajador
- Beneficios públicos
- Desempleo
- Salud y seguridad en el trabajo y en el hogar

Legal Action of Wisconsin offers **free legal advice and representation** to farmworkers, dairy workers, and their families. We can offer legal advice, or legal representation, or provide an appropriate referral on a **variety of legal issues**

- Worker rights, including H-2A visa workers
- Discrimination
- Worker's compensation
- Public benefits
- Unemployment
- Health and safety in the home and workplace

*La información que usted comparte con nosotros es completamente confidencial.*

*Any information you share with us is completely confidential.*

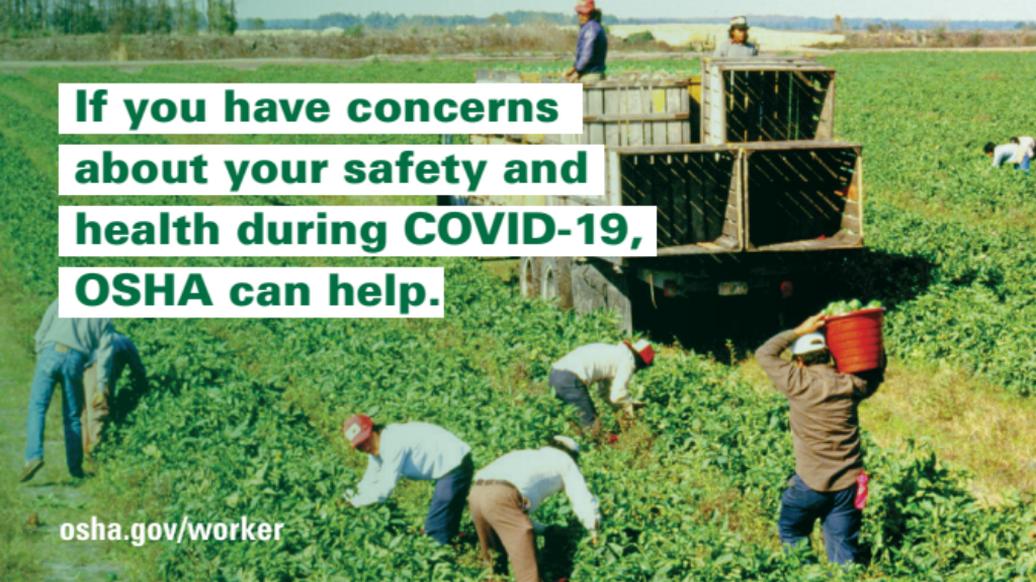
**LEGAL  
ACTION  
OF WISCONSIN**

**Proyecto para Trabajadores Agrícolas/Farmworker Project**

**855-947-2529**  **920-279-7025**

744 Williamson Street, Suite 200, Madison, WI 53715



A photograph showing several farm workers in a green field. In the background, a large wooden truck is parked. Workers are seen bending over, harvesting crops. One worker in the foreground is carrying a red bucket on their head. The scene is bright and sunny.

**If you have concerns  
about your safety and  
health during COVID-19,  
OSHA can help.**

[osha.gov/worker](https://www.osha.gov/worker)

### **You have a right to:**

- A safe and healthy workplace.
- Protection against hazards.
- Report unsafe working conditions.

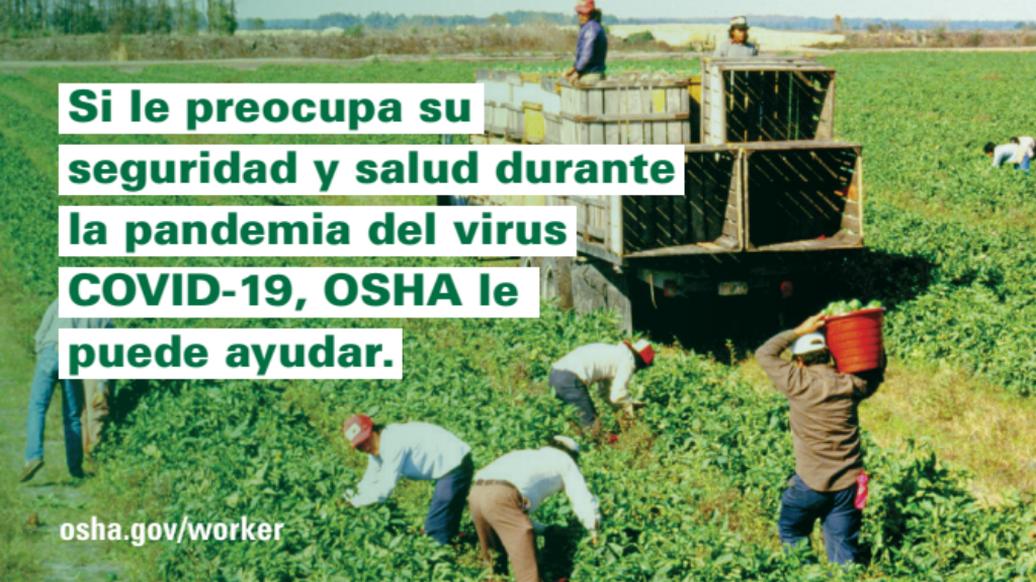
**Call 1-800-321-OSHA (6742) or  
visit [osha.gov/worker](https://www.osha.gov/worker).**



### **Recommended tips to stay safe:**

- Social distance when possible.
- Wear a cloth face covering and gloves.
- Wash hands often with soap and water or use hand sanitizer.
- Avoid sharing tools, if possible.
- Disinfect tools before and after use by another.

**Report unsafe conditions.  
It's confidential.**



**Si le preocupa su  
seguridad y salud durante  
la pandemia del virus  
COVID-19, OSHA le  
puede ayudar.**

[osha.gov/worker](https://www.osha.gov/worker)

### **Usted tiene el derecho a:**

- Un lugar de trabajo seguro y saludable.
- Protección contra peligros.
- Denunciar condiciones de trabajo peligrosas.

**Llame al 1-800-321-OSHA (6742)  
o visite [osha.gov/worker](https://www.osha.gov/worker).**



### **Recomendaciones para mantenerse seguro:**

- Practique el distanciamiento social cuando sea posible.
- Use una cubierta facial de tela y guantes.
- Lávese las manos con frecuencia con jabón y agua y use un desinfectante de manos.
- Evite compartir herramientas, de ser posible.
- Desinfecte las herramientas antes y después de cada uso por parte de otra persona.

**Denuncie cualquier condición  
de trabajo insegura. Es confidencial.**



School for Workers  
UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON

## COVID-19 WORKER INFO

\*UW-Madison School for Workers is working to analyze and summarize legal developments during the COVID-19 crises. We anticipate that regulations may further define these rights and acknowledge that details continue to change quickly.

## INFORMACIÓN DE COVID-19 PARA TRABAJADORES

\*UW-Madison School for Workers está trabajando para analizar y resumir las novedades legales durante la crisis de COVID-19. Anticipamos que las regulaciones deben definir mejor estos derechos y reconocer que los detalles continúan cambiando rápidamente.

CONTACT US! / Contáctenos!

ph / tel: 608-262-2112

e-mail / correo electrónico:  
schoolforworkers@dcs.wisc.edu

website / sitio web:  
schoolforworkers.wisc.edu

# Legal Rights for Workers During COVID-19\*

## Continued Employment Protections

### Family Medical Leave Act | FMLA

If an employer has 50+ employees, and the individual employee has worked 1,250 hours in the last 12 months or 1,000 hours in the last 12 months (WI FMLA), an employee is entitled to:

- **Federal:** 12 weeks unpaid leave because of own or family member's serious health condition, or for birth or adoption of a child.
- **Wisconsin:** Two weeks of unpaid time for employee's own serious health condition, two weeks for a family member's health conditions, and six weeks of unpaid leave for birth or adoption of a child.



More information regarding the Federal FMLA can be found at <https://www.dol.gov/agencies/whd/fmla> and Wisconsin FMLA at <https://dwd.wisconsin.gov/er/civilrights/fmla>

## Derechos legales de los trabajadores durante COVID-19\*

## Protecciones continuas para empleos

### La Ley de Ausencia Familiar y Médica | FMLA

Si un empleador tiene más que 50 empleos, y el empleo individual ha trabajado 1,250 horas en los últimos 12 meses o 1,000 horas en los últimos 12 meses (WI FMLA), un empleo tiene derecho a:

- **Federal:** 12 semanas de permiso sin sueldo debido a una condición médica grave del empleo o de miembro de familia, o un nacimiento o adopción de un niño
- **Wisconsin:** Dos semanas de permiso sin sueldo debido a su propia condición médica grave, dos semanas debido a los estados de salud de miembro de familia, y seis semanas de permiso sin sueldo debido a un nacimiento o adopción de un niño

Se puede encontrar más información sobre FMLA federal a <https://www.dol.gov/agencies/whd/fmla> e información sobre FMLA de Wisconsin a <https://dwd.wisconsin.gov/er/civilrights/fmla>

# Trabajando de manera segura: COVID-19 y su trabajo

Un Wisconsin más seguro es un Wisconsin más fuerte. Cuando las necesidades de los trabajadores son lo primero, los negocios prosperan.

## Creo que estuve expuesto a COVID-19 en el trabajo. ¿Qué debo hacer?

- Informe a su supervisor o empleador inmediatamente.
- Hágase la prueba. Llame al 211 para localizar el sitio de pruebas más cercano, encuentre un sitio de pruebas en la comunidad en <https://www.dhs.wisconsin.gov/testing>, o póngase en contacto con su proveedor de atención médica.
- Es posible que salud pública local o tribal le solicite quedarse en casa sin ir al trabajo durante 14 días y realizar el monitoreo de sus síntomas. Si bien una cuarentena de 14 días sigue siendo la opción más segura, existe una guía adicional para reducir aún más la cuarentena. Para obtener más información, visite la página web COVID-19: Contactos Cercanos en <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/close-contacts.htm>.
- Si ha sido completamente vacunado contra el COVID-19 y estuvo expuesto a alguien con COVID-19, es posible que no tenga que ponerse en cuarentena. Visite <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/close-contacts.htm> para obtener más información.

## ¿Cómo puedo obtener ayuda con el seguro médico, la atención médica o los servicios de apoyo para la salud mental?

En Wisconsin, nos cuidamos unos a otros para que todos puedan estar protegidos.

- Obtenga más información sobre dónde obtener seguro médico, atención médica gratuita o de bajo costo y servicios de apoyo para la salud mental en la página web de recursos de DHS COVID-19 en <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/help.htm>.
- Busque atención médica en Wisconsin visitando el sitio web de la Primary Health Care Association de Wisconsin en <https://www.wphca.org/page/FindHealthCenter> o el sitio web de la Association of Free & Charitable Clinics de Wisconsin en <http://www.wafcclinics.org/find-a-clinic.html>.
- Conozca las opciones de atención médica de bajo costo en la página web de recursos de DHS COVID-19 en <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/help.htm>, o en el Well Badger Resource Center en <https://www.wellbadger.org>.
- En caso de emergencia, la mayoría de las salas de emergencia y hospitales no pueden rechazar a los pacientes.
- Si está embarazada, puede recibir atención médica en Wisconsin, sin importar su estado de inmigración o ciudadanía. Llame al 800-362-3002 para obtener información sobre el Prenatal Plan de BadgerCare Plus.

## Soy un trabajador migrante. ¿Dónde puedo obtener atención médica si la necesito?

Además de las opciones indicadas en la sección anterior:

- Family Health/La Clínica ofrece servicios de atención médica en cinco lugares de la zona rural de Wisconsin. Visite <https://www.famhealth.com/locations.html> o llame al 800-942-5330 para localizar la clínica más cercana a usted.
- Obtenga más información sobre inmigración y beneficios públicos en <https://www.coveringwi.org/immigration>.

## No me siento seguro en el trabajo. ¿Que puedo hacer?

### Mi empleador es una empresa privada:

- Si cree que es seguro hacerlo, hable con su empleador o con el departamento de recursos humanos sobre sus preocupaciones.
- Presente una queja de salud y seguridad ante la Occupational Safety and Health Administration (OSHA) en <https://www.osha.gov/>. OSHA maneja muchas quejas de manera informal. Existen leyes de denuncia de irregularidades para ayudar a proteger a los trabajadores que presentan una queja de perder su empleo o su salario. También puede hablar con alguien de OSHA. Localice su oficina de OSHA en <https://www.osha.gov/contactus>.
- El Department of Workforce Development de Wisconsin (DWD) tiene más información en

<https://dwd.wisconsin.gov/wc/safety/>.

## **Mi empleador es el gobierno estatal o local:**

- Averigüe cuál es la política de su empleador en cuanto al COVID-19 en su departamento de recursos humanos. Si cree que es seguro hacerlo, informe a su supervisor sobre el problema.
- Puede enviar un correo electrónico al buzón del Department of Safety and Professional Services (DPS) en [dpsSbHealthAndSafetyTech@wisconsin.gov](mailto:dpsSbHealthAndSafetyTech@wisconsin.gov), o presentar una queja en la página web del DPS en <https://dpscomplaintform.wi.gov/dpspslsonlinecomplaint.aspx>.

## **Informé que no me siento seguro en el trabajo debido al COVID-19. ¿Qué puedo hacer si me meto en problemas con mi empleador por esto (represalias)?**

- Hay leyes que protegen a las personas (conocidas como denunciante) contra las represalias por presentar una denuncia. Si ha sido despedido injustamente, degradado, se le han negado horas extras o ascensos, o se le ha reducido su salario o sus horas injustamente, puede presentar una queja de denunciante ante la OSHA en <https://www.osha.gov/whistleblower/WBComplaint.html>.
- Si es un empleado del estado, puede presentar una queja ante el DWD de Wisconsin en <https://dwd.wisconsin.gov/er/civilrights/retaliation/>.

## **No recibo un trato justo en el trabajo debido a mi raza, etnia, origen nacional, estado migratorio, edad, sexo o discapacidad. ¿Es eso contra la ley?**

Sí. Estos son los pasos que puede seguir:

- Si cree que es seguro hacerlo, informe a su supervisor, empleador o departamento de recursos humanos sobre el problema.
- Puede presentar una queja por discriminación ante la Equal Employment Opportunity Commission del DWD en <https://dwd.wisconsin.gov/dwd/forms/erd/erd-4206-e.htm>. También puede llamar al 608-266-6860 o al 414-227-4384, o enviar un correo electrónico a DWD a [erinfo@dwd.wisconsin.gov](mailto:erinfo@dwd.wisconsin.gov).

## **Me pidieron que me quedara en casa y no trabajara para ponerme en cuarentena o aislamiento. ¿Puedo obtener un tiempo libre pagado?**

- La Families First Coronavirus Response Act (FFCRA) requiere que algunos empleadores proporcionen tiempo libre por enfermedad pagada por razones relacionadas con COVID-19, al menos hasta el 31 de diciembre de 2020. Obtenga más información en <https://www.dol.gov/agencies/whd/pandemic/ffcra-employer-paid-leave>.
- Puede usar la herramienta en <https://www.dol.gov/agencies/whd/ffcra/benefits-eligibility-webtool> para averiguar si es elegible para FFCRA.
- Puede ser elegible para otros tipos de tiempo libre y pago, como licencia familiar y médica o desempleo. Obtenga más información sobre estos programas en la página web para trabajadores del DHS COVID-19 en <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/employers.htm>.

## **Mi empleador no ofrece tiempo libre por enfermedad pagada por COVID-19. ¿Cómo puedo averiguar cuáles son mis derechos?**

- No todos los empleadores están requeridos a proporcionar tiempo libre pagado.
- Pregúntele a su empleador sobre las opciones de licencia pagada en el lugar donde trabaja.
- Comuníquese con el Worker's Rights Center en <https://workerjustice.org/> para obtener información y ayuda. Llame al 608-255-0376 o envíe un correo electrónico a [kristen@workerjustice.org](mailto:kristen@workerjustice.org) o [socorro@workerjustice.org](mailto:socorro@workerjustice.org).
- Comuníquese con el U.S. Department of Labor en <https://www.dol.gov/agencies/whd/covid-response> o llame al 866-487-9243.
- El DWD de Wisconsin tiene más información en su página web de la Family and Medical Leave Act (FMLA) en <https://dwd.wisconsin.gov/er/civilrights/fmla/>.
- La Wisconsin School for Workers tiene un folleto sobre los derechos de COVID-19 para los trabajadores en <https://schoolforworkers.wisc.edu/wp-content/uploads/sites/795/2020/04/COVID-19-Legal-Rights-Booklet.pdf>.

## **Mi familia necesita comida, servicios de apoyo de salud mental, o vivienda. ¿Dónde puedo obtener ayuda?**

Para obtener ayuda con la comida y otras necesidades en todo el estado, puede llamar al 2-1-1 o visitar <https://www.dhs.wisconsin.gov/covid-19/help.htm> o <https://211wisconsin.communityos.org/>.