



RESOURCES FOR FAMILIES OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS IN RESPONSE TO COVID-19

LISTA DE RECURSOS PARA FAMILIAS CON HIJOS CON NECESIDADES ESPECIALES Y LA CRISIS DE COVID-19 (CORONAVIRUS)

[VELA](#)'s resource list is intended to provide families of children with special needs with resources and information during this time of uncertainty related to COVID-19. It is not an exhaustive list by any means, so if you feel there are additional resources that you think should be included, please let us know. We will continue to add to this on a regular basis. [Read more about how VELA will shift its programming to continue to serve families.](#)

Esta lista de recursos [VELA](#) está diseñada para proporcionar recursos y información a familias con niños con necesidades especiales durante este tiempo inseguro relacionado con el Coronavirus (COVID-19). No es una lista exhaustiva, así que si encuentran información que piensan debería ser incluida, por favor dejémos saber. Vamos a seguir añadiendo recursos a través de los días. [Lea más sobre como VELA adaptara su programación para apoyar a familias.](#) ****Para la versión de Recursos en Español, ir a la página 10****

Helpful Tips:

- Parents - do the best you can. You are the experts of your children, but we can't all be teachers, doctors or therapists. Remember to take deep breaths, count to 10, go for a short walk - even if it's just to your backyard. Take care of yourselves! There is no right or wrong way to navigate through this - [Breathing exercise](#)
- Start out by developing a schedule and routine. Children need some routine and predictability-do what you can. This is a new and unknown time for all families - Make it work for you and your kids and adjust it as needed. [Take a look](#)
- As parents, you know that children need movement. Movement and activity help release anxious energy which helps relieve stress and might help in reducing hard behaviors. This is a sample of movement and mindfulness videos created by child development experts to help your kids in fun ways that your kids will enjoy. <https://www.gonoodle.com/>

Information about COVID 19

[Centers for Disease Control](#) - find up to date information directly from the CDC related to the virus.

[City of Austin's Information about COVID-19](#)

Explaining COVID 19 to people with disabilities in plain language: [Booklet](#)

[Helpful guide for explaining COVID 19 to individuals with disabilities](#) using social stories and other strategies to keep children healthy

Health Services/Servicios de Salud:

Central Health-funded [CommUnityCare Health Centers](#) launched a hotline staffed with medical professionals to triage uninsured Travis County residents experiencing a coronavirus-like symptoms of (COVID-19).

“People experiencing coronavirus-like symptoms (COVID-19) who are uninsured and do not have an established doctor should call the **CommUnityCare COVID-19 Hotline: 512-978-8775**. This number is for **uninsured Travis County residents** – and established CommUnityCare patients – with COVID-19 symptoms.

To minimize spread of the virus, please call **512-978-8775** rather than going directly to a clinic, urgent care or emergency department. Hours of operation for this line will be Monday-Friday, 8:00 am – 5:00 pm.”

Austin ISD: Virtual Care for Kids - All AISD families have access to telehealth through our partnership with Virtual Care for Kids. You can see a provider from the comfort of your home using a laptop, desktop computer, iPhone, Android phone, or tablet. Additionally, this service is currently waiving copays for AISD families. To take advantage of these services you must first register at my.austnisd.org To be seen by a provider, visit [this link](#)

[People's Community Clinic](#) - Offering regular and telehealth services

Provides medical care to Austin's uninsured. Offers an integrated model of care for adults, children, teens and women's care.

1101 Camino La Costa

Austin, TX 78752

512-478-4939

Housing:

Find orders and information regarding evictions and hearings for renters [here](#)

[Federal Communications Commission](#) - FCC agreement stating that providers will waive late fees, not cutoff service for lack of payment, and open hot-spots.

Find information about renters' rights, advocacy and resources that provide financial assistance during COVID 19 - [Information & Resources for Renters](#)

Apply for unemployment insurance if you are **without** access to paid sick leave or unable to work because of COVID-19. Call IDES at 1-800-244-5631 or visit [here](#)

Travis County Family Support Services Division provides rental assistance, but limits that assistance to once every 12 months and requires the applicant to register for workforce development, education, or job training services. For more information, visit the [Travis County Family Support Services website](#).

[Catholic Charities of Central Texas](#)

Catholic Charities Financial Stability Program helps families prevent homelessness and achieve financial security through case management, education and emergency financial assistance
1625 Rutherford Ln.

Austin, TX 78754

512-651-6100

Internet Services:

[Spectrum](#) is offering free access for a limited time for households with children K-12 or college students. Call your local Spectrum provider for more information.

Utilities/Financial Assistance

Find Information about utilities and continued service through this link [Click here](#)

[Hill Country Special Needs Alliance](#) - HCSNA would like to reach out to area families with special needs children in regards to the extra strain this virus might be taking/ will take on your families finances. If you have outstanding therapy bills, medical bills for your child or are needing to purchase medical equipment, etc. please go to our website at www.hcsna.com & fill out a fund

request form under the tab "apply for a grant". HCSNA serves the 4 points and into Cedar Park areas of Austin!

Call 211 to inquire about additional resources for utility assistance in Central Texas

Catholic Charities of Central Texas: 512-651-6100

St. Matthew's Episcopal Church: 512-345-8314

St. Vincent de Paul, St. Austin's Catholic Church: 512-477-9471

Austin Resource Center for the Homeless, Inc. (ARCH): 512-305-4100

Travis County Family Support Services Division: 512-267-3245

Austin Texas Health and Human Services Department (HHSD): 512-972-5011

Reveal Resource Center: 1150 S. Bell Blvd. - Food & Diapers Monday 7pm-8pm & Tuesday 9am-12pm

United Way: 1-866-211-9966 - Food & Clothing Assistance

Hill Country Community Ministries: 512-259-0360 or www.hccm.org

Resident Relief Foundation: www.residentrelieffoundation.org

Find Help: <https://findhelp.org/>

Food

Check with your local school and school district for food distribution information

AISD Distribution Sites: <https://www.austinisd.org/coronavirus/meals> - AISD is offering packaged food to students at different distribution sites. Parents or caregivers who accompany kids can also receive a meal

Del Valle ISD Food Services:

[Meal Distribution Information](#) during school closures

[Central Texas Food Bank](#)- find a map of food pantries located throughout different zip codes

[El Buen Samaritano Food Pantry](#): open Tuesday – Friday 9 AM to 12 Noon Does not require documentation of any kind at this time. This includes but is not limited to: government identification, citizenship papers, and income requirements. For no reason will anyone seeking food pantry services be turned away.

If you are over the age of 55 or are immunocompromised, you might be able to find support through this food delivery sight: [Goodapple foods](#)

Education

Disability Rights of Central Texas

Provides legal help/support for people with disabilities

<https://www.disabilityrightstx.org/en/what-we-do/service-priorities/>

Sped Tex: <https://www.spedtex.org/>

1-855-773-3839 or inquire@spedtex.org

Provides information and resources that can help you understand your child's disability, your rights and responsibilities under Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) and facilitate collaboration that supports the development and delivery of services to children with disabilities in our State.

[Toolkit](#) with resources for families and adults developed by the Autism Society

U.S. Department of Education: [Questions and Answers on Providing Services to Children With Disabilities During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak](#)

Online learning - All families are encouraged to visit AISD [Learning at-Home](#) for instructional activities to use with their students. These activities are designed to keep up the learning, but will not be used for grades.

Here are some helpful [Resources for Educating Students With Disabilities During the Coronavirus Crisis](#)

You can find information on a variety of topics like education, therapies, and behavior management - [Special Populations](#)

Online Learning Resources

- The CDC's resource for [talking to kids about coronavirus](#)
- Watching videos is fun and easy. [Khan Academy](#) is your friend. The [Exploratorium](#) online science activities are your friend.
- [Storylineonline.net](#) – features famous people reading books aloud to kids – no login needed
- [Abcya.com](#)

- [Pbskids.com/games](https://pbskids.com/games)
- [Nickjr.com/games](https://nickjr.com/games)
- For older kids, [MIT OpenCourseWare](https://ocw.mit.edu/) has videos, lecture notes, and problem sets.
- “Pick a book and read it” is a complete assignment. [Project Gutenberg](https://www.gutenberg.org/) is a good resource for public domain works, most library systems have ebooks available for loan. For older kids, [SparkNotes](https://www.sparknotes.com/) is a good place to start for literary analysis.
- [Duolingo](https://www.duolingo.com/) is a good language learning app, [Quizlet](https://www.quizlet.com/) has flashcards resources.
- Elementary math: Cyberchase is online; you can watch fun full episodes at the [Cyberchase website](https://www.cyberchase.com/).
- Science/Nature Videos: David Attenborough, National Geographic
- History videos: James Burke, Ken Burns
- Podcast: [Stuff You Missed in History Class](https://www.stuffyoumissedinhistory.com/)
- [Brilliant.org](https://brilliant.org/) - math and science problems for high school
- For ideas for family fun that do not involve interacting with lots of people: [250+ Creative Ways to Keep Your Family Sane During the COVID-19 Crisis](https://www.250creativeways.com/).
- Early childhood resources for all around children’s development: [Circle Family](https://www.circlefamily.com/)

Therapies

Toolkit developed by the Autism Society covering different areas for parents to utilize during COVID 19: [Toolkit](#)

CTAC

3006 Bee Cave Rd. Ste. B200

Austin, Tx 78746

512-328-5599

www.ctac1.com

CTAC is offering telehealth for parent training, direct therapy with children and virtual support and training for school districts at this time. (Updated 4.8.20)

Here are some [therapy ideas](#) parents can incorporate at home while waiting for remote therapies to start

This [website](#) offers free online social skills training for your kids for a limited time

[Tips for Families Supporting Kids With Special Needs](#) During the Coronavirus Crisis

Find helpful information on how to access clinical care during social distancing measures - [here](#)

[Speech Buddies](#) - 6 free online speech therapy resources for kids

Fun Ideas to increase fine/large motor skills in your kids. Also find ideas on activities to keep your kids busy while at home [Click here](#)

Mental Health

If you or someone you care about feels overwhelmed with emotions like sadness, depression or anxiety, you can call:

- o Substance Abuse and Mental Health Services Administration's (SAMHSA) Disaster Distress Helpline – (800) 985-5990
- o National Suicide Prevention Lifeline **(800) 273-8255**

-Text MHFA to 741741 to talk to a Crisis Text Line counselor

[Vida Clinic](#) - AISD's school based mental health partner, Vida Clinic, is offering teletherapy services to the Austin ISD community beginning Wednesday, Mar. 18. These services will allow adults and students to access quality mental health services right from their own homes. **To learn more or schedule services, contact our Vida Clinic Care Team at 512-518-2209 or by email at vidacare@vidaclinic.org.**

[Integral Care - Offering Telehealth/Telephone Services](#)

Integral care offers bilingual therapy in English or Spanish. Accept all types of insurance, including sliding fee scale. Can do office appointments. Also have therapists at different schools in Austin.

Child & Family Outpatient Services

105 Riverside Dr.

Ste. 120

Austin, TX 78704

512-472-4357

[Austin Child Guidance Center](#)

Individual therapy services for children- teletherapy

810 W. 45th Street

Austin, TX 78751

Phone (512) 451-2242

Fax (512) 454-9204

[Gramercy Specialty Clinic - Telehealth Services Available](#)

Bilingual counseling. Offers individual, group, and family counseling. Can also do medication management. Accepts different insurance plans and offers sliding scale fee.

2211 S. IH 35, Ste. 103

Austin - 512-766-3627

RoundRock, TX - 512-368-4008

[The Samaritan Counseling Center - Through Telehealth](#)

The Samaritan Counseling Center provides individual adult and child counseling .

8956 Research Blvd Building 2

Austin TX 78758

(512)-451-7337

[Bluebonnet Trails](#)

Provides Outreach, Screening, Assessment & Referral for substance abuse services. Provides services to adults with serious mental illness, children/adolescents with serious mental illness or emotional disorders, autism or pervasive developmental disorders, persons with developmental disabilities, and infants/toddlers with developmental delays.

(512) 255-1720

1-800-841-1255 - 24/7 Crisis Hotline

1009 North Georgetown St., Round Rock TX 78664

LEGAL SUPPORT

The **State Bar of Texas** and other organizations have created a toll-free legal assistance hotline for low-income families and individuals to help folks respond to legal matters related to COVID-19. call

☎ 800-504-7030

Legal help being offered includes: Bankruptcy and debt collection, Unemployment applications and appeals, Child custody and visitation, Life, medical, and property insurance claims, Mortgage and foreclosure, Public benefits, Healthcare directives, Consumer protection issue, Landlord-tenant, problems, Disability discrimination and Family and domestic violence (added 4.7.20)

RECURSOS PARA LA FAMILIA DURANTE COVID 19

Consejos:

1. Padres, hagan lo mejor que puedan. Ustedes son los expertos de sus hijos, pero no todos podemos ser maestros, doctores o terapeutas! Recuerden respirar profundo, contar a 10, o ir a caminar aunque sea hasta su yarda. Puede encontrar videos [como este](#) en YouTube o buscar actividades de relajación que le sirvan a ustedes. Un día a la vez.
2. Estar en la casa es un cambio para los padres e hijos. Una manera de empezar a organizarse es por establecer una rutina y horario de actividades. Incluya tiempo de aprendizaje, de movimiento, tiempo fuera de la casa, tiempo para comer, y descanso. Tal

vez tendrá que ajustarlo o cambiar ciertas cosas - no importa - haga lo que funcione para usted y su familia.

3. Como padres, ustedes saben que los niños necesitan movimiento y mantenerse ocupados. El movimiento ayuda a los niños a deshacerse de energía ansiosa que ultimadamente puede prevenir berrinches y comportamientos difíciles. Estar ocupado puede evitar aburrimiento que también puede llegar a comportamientos no deseados. [Ejemplo creado específicamente para los niños](#)
4. Estar presente es importante porque ayudará a mantener el enfoque y concentración en lo que está pasando inmediatamente durante el día. Esto le ayudará a tener espacio para usted y para la familia también - [lea esta información](#)

Información sobre COVID 19

Recomendaciones del Centro de prevención de cómo prevenirse durante la pandemia - [Centro Para el Control y Prevención de Enfermedades](#)

Libro con información simple para explicar el COVID 19 a niños y gente con discapacidades: [Oprima aquí](#)

[Información Sobre COVID 19 de la Ciudad de Austin](#)

Servicios de Salud:

Los Centros Comunitarios fundados por Central Health han girado una línea de telefonos dotada de profesionales médicos para ayudar a los residentes del Condado de Travis que no tienen aseguranza y tienen síntomas del Coronavirus.

Estas personas sin aseguranza con síntomas que no tienen doctor establecido deben llamar a la Hotline: 512-978-8775. Este número was para residentes sin aseguranza médica - y pacientes establecidos de los [Centros Médicos Community Care](#).

Para minimizar que se extienda el virus, llame al 512-978-8775 en vez de ir directamente a la clínica, centros de cuidado urgente o el departamento de emergencia. Las horas de operación de esta línea serán de Lunes-Viernes, 8am-5pm.

Austin ISD: Virtual Care for Kids - Todas las familias de AISD tienen acceso a servicios de salud por pantalla a través de la colaboración con Virtual Care for Kids. Puede ver un proveedor desde

su casa usando una computadora portátil, computadora de escritorio, iphone, o tableta. Tiene que registrar a su niño primero en my.austin.org. Para hablar con un proveedor directamente, [visite esta página](#)

[People's Community Clinic](#) - Servicios regulares y por pantalla

Ofrece ayuda médica para personas en Austin sin aseguranza. Ofrece un modelo de cuidado integrado para adultos, niños, adolescentes y cuidado para la mujer.

1101 Camino La Costa

Austin, TX 78752

512-478-4939

Utilidades

Encuentre información about utilidades y servicios sin interrupción aquí: [Oprima](#)

Llame 211 para preguntar sobre recursos adicionales para asistencia con utilidades del hogar

Esta es una lista de Recursos para personas indocumentadas creada por InformedImmigrant.com reconociendo que las personas sin documentos en Los Estados Unidos tienen menos acceso a servicios comunitarios. [Puede encontrar información por estado aquí](#)

Catholic Charities of Central Texas: 512-651-6100

St. Matthew's Episcopal Church: 512-345-8314

St. Vincent de Paul, St. Austin's Catholic Church: 512-477-9471

Austin Resource Center for the Homeless, Inc. (ARCH): 512-305-4100

Travis County Family Support Services Division: 512-267-3245

Austin Texas Health and Human Services Department (HHSD): 512-972-5011

Reveal Resource Center: 1150 S. Bell Blvd. - Comida y pañales Lunes 7pm-8pm y Martes 9am-12pm

United Way: 1-866-211-9966 - Información sobre comida y ropa

Hill Country Community Ministries: 512-259-0360 or www.hccm.org

Resident Relief Foundation: www.residentrelieffoundation.org

Find Help: <https://findhelp.org/>

VIVIENDA

Guía de Información para la gente que paga renta. Información sobre qué se debe hacer si no

puede pagar, los derechos y algunos recursos en la comunidad que ofrecen ayuda financiera:
[Lista de Información](#)

Este **Programa de la Ciudad de Austin** ayuda en situaciones de crisis económica a través de distribuir fondos a ciertas agencias en la comunidad de Austin. Puede encontrar la lista de agencias, muchas de las cuales tiene que ser cliente establecido - [Programa Plus 1](#)

[Catholic Charities of Central Texas](#)

Caridades Católicas ayuda a familias a prevenir falta de vivienda, alcanzar estabilidad económica a través de manejo de caso, educación y asistencia de emergencia financiera

1625 Rutherford Ln.

Austin, TX 78754

512-651-6100

Información sobre programa de asistencia de Recursos Humanos y Salud del Condado de Travis - [oprima aquí](#)

Comida:

Cheque con sus distritos locales para ver si están dando comida para los niños

AISD Sitios de distribución - Distrito Escolar de Austin [locales de distribución](#): El Distrito de Austin está ofreciendo comidas empaquetadas para estudiantes y los padres que los traen (no tienen que estar presentes para tienen que demostrar prueba que su hijo/a asiste a la escuela).

Del Valle ISD Servicios de comida -

[Entrega de alimentos en las paradas de autobús de la escuela. Usted puede encontrar una parada cerca de su dirección buscando en un mapa](#)

[Banco de Comida de Central Texas](#) - Lista de lugares donde pueden encontrar comida

[Almacén de Comida El Buen Samaritano](#)- Abierto Martes - Viernes 9AM-12PM. No requiere ningún tipo de documentación en este momento, incluyendo prueba de ciudadanía, identificación del gobierno, o ingresos/prueba de salario. Nadie será rechazado al pedir comida.

Si tiene 55+ o sistem comprometido, puede encontrar asistencia aqui- [good apple foods](#)

Educación

Disability Rights of Central Texas -

Ofrece ayuda/apoyo legal para personas con discapacidades

<https://www.disabilityrightstx.org/es/que-hacemos/prioridades-de-servicio/>

Sped Tex: <https://www.spedtex.org/>

1-855-773-3839 or inquire@spedtex.org

Provee información y recursos que pueden ayudarle a entender la discapacidad de su hijo/a, sus derechos y responsabilidades bajo la ley de IDEA y facilita colaboración que apoya el desarrollo y entrega de recursos para niños con discapacidades en nuestro estado.

[Aprendiendo por pantalla](#) (aprendiendo a distancia) - todas las familias están recomendadas que visiten esta pagina del distrito escolar de Austin para actividades instruccionales para usar con los estudiantes. Estas actividades están diseñadas para mantener aprendizaje, pero no para grados.

Recursos en el Internet:

Excelente recurso de [Khan Academy](#) para mantener horario y ayudar aprender a sus niños. Está categorizado por edades.

Este sitio de [Pbs kids](#) tiene juegos y actividades simples que pueden ayudar a los niños chiquitos en casa

Puede encontrar problemas de matemáticas y ciencia para niños de preparatoria en [brilliant](#)

Aprendiendo en español con Música: <https://rockalingua.com/>

Aquí encontrará historias/libros y lecciones para ayudarles a enseñar a sus hijos: [The Spanish Experiment](#)

Recursos en español para la educación temprana de niños - [Circle Family](#)

Salud Mental

Si usted o alguien querido se siente abrumado de emociones como tristeza, depresión o ansiedad, puede llamar estas líneas de ayuda -

- o Línea de Ayuda de Socorro de SAMHSA – **(800) 985-5990**
- o Línea Nacional de Prevención de Suicidio: **(800) 273-8255**

Mande **texto al MHFA 741741** para hablar con consejero de crisis

[Vida Clinic](#) -, Vida Clinic, ofrecerá servicios de teleterapia a la comunidad de Austin ISD a partir del miércoles 18 de marzo. Estos servicios permitirán a adultos y estudiantes acceder a servicios de salud mental de calidad desde sus propios hogares. Para obtener más información o programar servicios, comuníquese con nuestro Equipo de atención de Vida Clinic al 512-518-2209 o por correo electrónico a vidacare@vidaclinic.org.

[Austin Child Guidance Center](#)

Terapia para niños-teleterapia
810 W. 45th Street
Austin, TX 78751
Phone (512) 451-2242

[Integral Care - Ofreciendo Asistencia por Internet o Teléfono \(Teleterapia\)](#)

Integral Care ofrece terapia bilingüe en Español y Inglés. Acepta todo tipo de aseguranza, incluyendo escala de ingresos. Pueden hacer citas en la oficina. También tienen terapeutas en diferentes escuelas en Austin.

Child & Family Outpatient Services
105 Riverside Dr.
Ste. 120
Austin, TX 78704
512-472-4357

[Gramercy Specialty Clinic](#) - Teleterapia

Consejería bilingüe disponible. Ofrece consejería individual, de grupo y familiar. También pueden hacer manejo de medicamentos. Acepta diferentes planes de aseguranza y escala de ingresos.

2211 S. IH 35, Ste. 103
Austin - 512-766-3627
RoundRock, TX - 512-368-4008

[The Samaritan Counseling Center](#) - Teleterapia

El Centro de Consejería Samaritano ofrece consejería individual, adulta y de niños en Español.

8956 Research Blvd Building 2
Austin TX 78758
(512)-451-7337

[Bluebonnet Trails](#)



Ofrece asesoría y referencias para abuso de sustancias químicas, servicios de adultos con enfermedades mentales serias, adolescentes con enfermedades emocionales y de salud mental, autismo, o desórdenes perversiones del desarrollo, también servicios de niños y infantes.

(512) 255-1720

1-800-841-1255 - 24/7 Crisis Hotline

1009 North Georgetown St., Round Rock TX 78664

Apoyo Legal

El [State Bar of Texas](#) y otras organizaciones han creado una línea de asistencia legal gratuita para familias de bajos ingresos y personas individuales para ayudar a la gente a responder a asuntos relacionados al COVID 19. LLame al ☎ 800-504-7030

Apoyo legal ofrecido en estas áreas: Bancarrota y colección de deudas, aplicaciones de empleo y apelaciones, custodia y visitación de niños, reclamos de aseguranza de vida, médica y de propiedad, hipotecas y juicio hipotecario, beneficios públicos, directivos de salud, problemas con los propietarios e inquilinos, discriminación de discapacidades, y violencia doméstica y familiar. (agregado 4.7.20)