

COVID-19 Frequently Asked Questions for Individuals and Families

Preguntas Frecuentes Para Individuos Y Familias

新型冠狀病毒個人和家庭常見問題

Q. What is COVID-19?

A. COVID-19 is also known as novel coronavirus. More information can be found here:

<https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/>
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

P. ¿Qué es COVID-19?

R. COVID-19 también se refiere al Coronavirus Nueva. Más información se puede encontrar aquí:

<https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/>
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>
<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

問題：什麼是COVID-19?

答案：COVID-19也被稱為新型冠狀病毒。更多信息可以在這裡找到：

<https://www.dds.ca.gov/corona-virus-information-and-resources/>
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx>
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

Q. How do I protect myself from COVID-19?

A. Stay home except for essential activities. When you must go out, stay 6 feet away from other people. Wash your hands often and avoid touching your eyes, nose, and mouth. If someone you know is sick, stay at least 6 feet away from them until they are well. More information can be found here:

<https://covid19.ca.gov/stay-home-except-for-essential-needs/>

P. ¿Cómo me protejo de COVID-19?

R. Quédate en casa excepto por actividades esenciales. Si necesita salir, manténgase a 6 pies de distancia de otras personas. Lávese las manos con frecuencia y evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. Si alguien que conoce está enfermo, manténgase al menos a 6 pies de distancia hasta que esté bien. Más información se puede encontrar aquí:

<https://covid19.ca.gov/quedese-en-casa-excepto-por-necesidades-esenciales/>

問題：如何保護自己免受COVID-19的侵害？

答案：除必要的活動外，留在家裡。當您必須外出時，請與他人保持6尺距離。經常洗手，避免觸摸眼睛，鼻子和嘴巴。如果您認識的人患病，請與他們保持至少6尺的距離，直到他們康復為止。更多信息可以在這裡找到：

<https://covid19.ca.gov/stay-home-except-for-essential-needs-zh-hans/>

Q. Is ELARC open?

A. Due to the “Safer at home” directive, ELARC is open and operational by telephone and email; however, our buildings are currently closed to the public until further notice.

[Governor Newsom’s Executive “Stay at Home” Order 3-19-2020](#)

[ELARC Contact List](#)

P. ¿Está abierto el Centro Regional del este de Los Ángeles?

R. Debido a las recomendaciones de refugio en lugar, el Centro Regional del Este de Los Ángeles (ELARC) continuará dando apoyo y estará disponible por teléfono y correo electrónico. Nuestros edificios estarán cerrados al público hasta nuevo aviso.

[Orden ejecutiva de “Mas Seguro en el Hogar” del Gobernador Newsom el 19 de marzo 2020](#)

[Lista de contactos de ELARC](#)

問題：洛杉磯東部地區中心還繼續營業嗎？

答案：洛杉磯東部地區中心將會在洛杉磯縣指令的“在家更安全” 下令期間繼續營業。ELARC辦公大樓將臨時對公眾關閉，直到進一步通知。

[加州州長紐森 3/19/2020 “在家更安全” 指令](#)
[員工電話列表](#)

Q. What if I need extra services or support?

A. Please contact your ELARC Service Coordinator as usual via telephone or email. You can call our main number at (626) 299-4700 for more information. Please call 911 if you have an emergency.

P. ¿Qué pasa si necesito servicios o soporte adicionales?

R. Por favor, hable con su ELARC Coordinador/a de Servicios por teléfono o correo electrónico. Puede llamar a nuestra línea principal al (626) 299-4700 para más información. Si tiene una emergencia, por favor llame el 911.

問題：如果我需要更多服務或支持怎麼辦？

答案：請照常通過電話或電子郵件與您的ELARC服務協調員聯繫。您可以撥打（626）299-4700的主要電話線，以獲取更多信息。如果遇到緊急情況，請致電911。

Q. What do I do if I can't go to my day program?

A. Day program providers are encouraged to consider all options to continue to provide services to support consumers, families, and residential providers. However, necessary and appropriate options aligned with current Centers for Disease Control and Prevention (CDC) and state guidelines, and local county public health recommendations, have to be considered by day programs. If your day program closes for any reason, please contact your Service Coordinator to discuss options for additional services and supports based on your individual needs.

P. ¿Qué hago si no puedo ir a mi programa de día?

R. Se sugiere a los proveedores del programa de día a considerar todas las opciones para continuar brindando servicios para apoyar a los consumidores, las familias y los proveedores residenciales. Sin embargo, las opciones necesarias y apropiadas alineadas con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y las pautas estatales, y las recomendaciones locales de salud pública del condado, deben ser consideradas por los programas de día. Si su programa diario se cierra por algún motivo, comuníquese con su Coordinador de Servicios para analizar las opciones de servicios y apoyos adicionales en función de sus necesidades individuales.

問題：如果我不能參加日間活動我該怎麼辦？

答案：日間計劃提供商必須考慮所有選擇，以繼續提供服務來支持消費者，家庭和住宅提供商。但是，日間計劃必須考慮符合當前疾病控制與預防中心（CDC）和州指南以及當地縣公共衛生建議的必要和適當的選擇。如果您的日間計劃由於任何原因而關閉，請聯繫您的服務協調員，根據您的個人需求討論其他服務和支持的選項。

Q. What extra help can I get now that my family member is home from school or day program?

A. Some examples of additional support you can request include additional respite or personal assistance hours from ELARC. You can also contact your behavioral services provider to see if they can provide additional behavioral intervention hours. Please contact your school or day program to see if they offer video intervention or online classes.

P. ¿Qué ayuda adicional puedo obtener ahora que mi familiar está en casa desde la escuela o el programa diurno?

R. Algunos ejemplos de apoyo adicional que puede solicitar e incluyen más horas de descanso o horas de asistencia personal de ELARC. También puede comunicarse con su proveedor de servicios de comportamiento para ver si pueden proporcionar horas adicionales de intervención de comportamiento. Comuníquese con su escuela o programa diurno para ver si ofrecen video intervención por video o clases en línea.

問題：我的家人需要從學校或日間活動中待在家裡還能得到什麼幫助？

答案：您可以請求其他支持的一些示例，包括來自ELARC的其他暫托或個人幫助服務時間。您還可以聯繫您的行為服務提供商，以查看他們是否可以提供額外的行為時間。請與您的學校或日間計劃聯繫，以了解他們是否提供視頻干預或網上課程。

Q. What if I live independently and need extra help?

A. You can call your ELARC Service Coordinator to see if you can obtain additional independent living or supported living services hours. Many independent living, supported living and day program providers are helping with staffing, checking to see if you are healthy and helping you get groceries. Check with your service provider to see what kind of supports they are offering at this time.

P. ¿Qué pasa si estoy viviendo independiente y necesito más ayuda?

R. Puede llamar a su Coordinador/a de ELARC para ver si puede obtener horas adicionales de servicio de vida independiente o de vida asistida. Muchos proveedores de programas de vida independiente, de vida asistida y de día están ayudando con horas de asistencia, verificando si está sano, y ayudándole a comprar alimentos.

問題：如果我獨立生活並且需要其他幫助怎麼辦？

答案：您可以致電您的ELARC服務協調員，以查看是否可以獲得其他獨立生活或受支持的生活服務時間。許多獨立的生活，受支持的生活和日間服務提供商正在提供人員配置，檢查您是否健康並幫助您買食物。請與您的服務提供商聯繫，以查看他們目前提供的支持。

Q. Is ELARC still providing eligibility and intake services for new and existing referrals?

A. Yes! See our [Intake & Assessment FAQs for more information.](#)

P. ¿ELARC sigue brindando servicios de elegibilidad y admisión para referencias nuevas y existentes?

R. [Consulte nuestras preguntas frecuentes sobre admisión y elegibilidad](#) para obtener más información.

問題：ELARC是否會繼續為新的和現有的人提供資格和錄取服務？

答案：是！有關更多信息，請看[錄取與評估常見問題](#)。

Q. Is the Self-Determination Program still moving forward as planned?

A. Yes! See our [Self-Determination Program FAQs](#). You may also [visit our Self Determination webpage](#).

P. ¿El programa de Autodeterminación sigue avanzando como planeado?

R. Si! Por favor, visite nuestra de [Preguntas Frecuentes del Programa de Autodeterminación](#).

問題：自己決計劃是否仍按計劃進行？

答案：是！請看我們的自己決計劃常見問題。您也可以請看我們的[“自己確定”網頁](#)。

Q. With the “Safer at Home” directive, what are some ways I can get my therapy services?

A. Early Intervention therapies and behavioral services may be delivered electronically, such as through video. Please talk with your therapist or behavioral specialist about your options.

P. Con la orden de “Más Seguro en el Hogar”, ¿de qué manera puedo obtener mis servicios de terapia?

R. Las terapias de intervención temprana y los servicios conductuales pueden administrarse electrónicamente, como a través de video. Hable con su terapeuta o especialista en comportamiento acerca de sus opciones.

問題：“在家更安全”指令下，我可以通過哪些方式獲得治療服務？

答案：早期療法和行為服務可以通過電子方式提供，例如通過視頻。請與您的治療師或行為專家談談您的選擇。

Q. Will I still get my Money Management Services?

A. Yes, ELARC is still processing checks for people who receive money management services as typical. Additionally, if you are on money management we will continue to pay your bills as usual.

P. ¿Seguiré recibiendo mis servicios de administración de dinero?

R. Sí, ELARC todavía está procesando cheques para personas que reciben servicios de administración de dinero de la forma habitual. Además, si está administrando dinero, continuaremos pagando sus cuentas como de costumbre.

問題：我還能得到資金管理服務嗎？

答案：是的，ELARC仍在為接受常規資金管理服務的人員處理支票。此外，如果您使用的是資金管理，我們將繼續照常付款。

Q. What do I do if I need to pick up my Money Management check or bus pass?

A. Your ELARC Service Coordinator will let you know dates and times you can pick up your check and/or bus pass.

P. ¿Qué debo hacer si necesito recoger mi cheque de Money Management o mi pase de autobús?

R. Su Coordinador/a de ELARC le informará las fechas y horas en que puede recoger su cheque y / o pase de autobús.

問題：如果我需要領取理財支票或公交通票怎麼辦？

答案：您的ELARC服務協調員會告訴您可以領取支票和/或公交通行證的日期和時間。

Q. What if ELARC denies me services during this time?

A. You still have the right to ask for an appeal by filing a Fair Hearing Request.

[Read more about the Fair Hearing Process](#)

P. ¿Qué pasa si mis servicios son negados durante este tiempo?

R. Aún tiene derecho a solicitar una apelación presentando una solicitud de audiencia imparcial.

[Lea más sobre el Proceso de Audiencia Imparcial](#)

問題：如果ELARC在這段時間內拒絕我服務怎麼辦？

答案：您仍然有權通過公平聽證請求來提出上訴。 [閱讀有關公平聽證程序的更多信息](#)

Q. What will happen with educational services while schools are closed?

A. Educational services may differ within each school district and Individualized Education Plan (IEP). In order to obtain the most current information, contact your local school district. The Department of Education has developed questions and answers specific to educational services, located at:

<https://www2.ed.gov/policy/speced/guid/idea/memosdcltrs/qa-covid-19-03-12-2020.pdf>

P. ¿Que pasara con servicios educacionales mientras las escuelas están cerradas?

R. Los servicios educativos pueden diferir dentro de cada distrito escolar y Plan de Educación Individualizado (IEP). Para obtener la información más actualizada, comuníquese con su distrito escolar local. El Departamento de Educación ha desarrollado preguntas y respuestas específicas para los servicios educativos, ubicados en: <https://www.cde.ca.gov/>

問題：在學校關閉期間，教育服務會怎樣？

答案：每個學區和教育計劃（IEP）的教育服務可能有所不同。為了獲取最新信息，請聯繫您當地的學區。教育部已經對教育服務提出了一些常見問題和答案，這些問題和答案位於：<https://www.cde.ca.gov/>

Special Education during COVID-19

Please note that as of March 23, 2020 the following information was released by the California Department of Education (CDE) regarding special education rights during the COVID-19 school shutdown. Please [click here](#) for the latest updates.

- The Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) has not been waived at this time.
- Services should be offered either in person, telephone or via distant accessibility learning (teletherapy, telephone or video)
- Instruction can be done in small contained groups for students with “extensive support needs” when appropriate or via telephone/video instruction
- IEPs and timelines have not been waived and districts need to continue having them via distant technology or other means compliant to the Governor’s Safer at Home order or social distance
- Compensatory Education: Once schools open, the Districts are to evaluate whether a student suffered regression and convene IEP team meetings to address it
- Due process timelines are extended under “special circumstances” and the 60 day timeline will resume once the order is lifted

Educación especial durante COVID-19

Tenga en cuenta que a partir del 23 de marzo de 2020, el Departamento de Educación de California (CDE) publicó la siguiente información sobre los derechos de educación especial durante el cierre de la escuela COVID-19. Haga [clic aquí](#) para obtener las últimas actualizaciones.

- La Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA) no se ha renunciado en este momento.
- Los servicios deben ofrecerse en persona, por teléfono o mediante aprendizaje de accesibilidad a distancia (teleterapia, teléfono o video)
- La instrucción se puede hacer en grupos pequeños y contenidos para estudiantes con "necesidades de apoyo extensivas" cuando sea apropiado o por teléfono / video.
- No se han renunciado a los IEP ni a los plazos, y los distritos deben continuar teniéndolos a través de tecnología distante u otros medios que cumplan con el orden del Gobernador más seguro en el hogar o la distancia social
- Educación compensatoria: una vez que se abren las escuelas, los distritos deben evaluar si un estudiante sufrió una regresión y convocar reuniones del equipo del IEP para abordarlo.
- Los plazos de debido proceso se extienden en "circunstancias especiales" y el plazo de 60 días se reanudará una vez que se levante el pedido

COVID-19期間的特殊教育

請注意，自2020年3月23日起，加州教育局（CDE）發布了有關COVID-19學校停課期間特殊教育權利的信息。閱讀此處有關最新信息。

- 目前尚未免除《殘疾人教育法》（IDEA）。
- 服務應親自提供，也可以通過電話或通過遠程輔助學習（電話療法，電話或視頻）提供
- 適當時或通過電話/視頻指導，可以分成小組為有“廣泛支持需求”的學生進行指導
- IEP和時間表沒有被免除，各地區需要繼續通過遙遠的技術或其他符合州長的“在家更安全”秩序或社交距離的方式來獲得它們
- 補償教育：學校開學後，學區將評估學生是否遭受了退步並召開IEP小組會議以解決該問題。
- 在“特殊情況”下，上訴程序時間會延長，在指令取消後將上訴程序恢復60天

Q. Can ELARC provide services while school is closed due to the virus?

A. Contact your service coordinator to discuss what services and supports may be available while the school is closed. More information regarding educational services can be found on the California Department of Education's website at: <https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/coronavirus.asp>

P. ¿Puede ELARC proveer servicios mientras las escuelas están cerradas a causa del virus?

R. Póngase en contacto con su coordinador de servicios para analizar qué servicios y apoyos pueden estar disponibles mientras la escuela está cerrada. Puede encontrar más información sobre los servicios educativos en el sitio web del Departamento de Educación de California: <https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/coronavirus.asp>

問題：ELARC可以在學校因病毒而關閉時提供服務嗎？

答案：請與您的服務協調員聯繫，討論學校關閉期間可能提供的服務和支持。有關教育服務的更多信息，請閱讀加州教育局的網站：<https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/coronavirus.asp>

Q. What generic resources are available to assist me during this time?

A. Generic services may include: In-Home Supportive Services (IHSS); Supplemental Security Income (SSI); Aging and Disability Resource Centers (ADRC); family resource centers; local libraries; local food pantries; churches; and other non-profit agencies and resource centers. Call before visiting a location, many are temporarily closed or working remotely. Please contact your Service Coordinator regarding any other generic resources that may be available in your local area. Each city, county, and local government in California is working to respond to COVID-19.

P. ¿Qué servicios genéricos están disponibles para ayudarme durante este tiempo?

R. Los servicios genéricos pueden incluir: Servicios de apoyo en el hogar (IHSS); Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI); Centros de recursos para personas mayores y discapacitadas (ADRC); centros de recursos familiares; bibliotecas locales; despensas locales de alimentos; iglesias; y otras agencias sin fines de lucro y centros de recursos. Llame antes de visitar una ubicación, muchas están cerradas temporalmente o funcionan de forma remota. Comuníquese con su Coordinador de Servicios con respecto a cualquier otro recurso genérico que pueda estar disponible en su área local. Cada ciudad, condado y gobierno local en California está trabajando para responder a COVID-19.

問題：在這段時間內有哪些普通資源可以幫助我？

答案：普通服務可能包括：居家支持服務（IHSS）；補充安全收入（SSI）；衰老和殘疾人資源中心（ADRC）；家庭資源中心；當地圖書館；當地食品儲藏室；教堂；以及其他非營利機構和資源中心。請先致電以獲取更多信息，許多地點暫時關閉或在遠程工作。請與您的服務協調員聯繫，獲取您所在地區可用的資源。加州每個城市，縣和地方政府都在努力應對COVID-19。

Q. If I get COVID-19 and need to be quarantined or hospitalized, who will take care of my child who is a regional center consumer?

A. Immediately contact your service coordinator to discuss what services and supports will be needed to ensure the care of your child.

P. Si yo me enfermo con COVID-19 y necesito ser puesto en cuarentena u hospitalizado, ¿quién cuidará a mi hijo que es un consumidor del centro regional?

R. Comuníquese de inmediato con su Coordinador de Servicios para analizar qué servicios y apoyos serán necesarios para garantizar el cuidado de su hijo.

問題：如果我感染了COVID-19，並且需要隔離或住院，誰來照顧我的孩子？

答案：立即與您的服務協調員聯繫，討論需要哪些服務和支持以確保您的孩子得到照顧。

Q. Will I still get my SSI check if the Social Security office closes?

A. SSI checks will continue to be distributed via the mail and direct deposit. For more information, refer to the SSI website at: <https://www.ssa.gov/coronavirus/> or call Social Security at (800) 772-1213.

P. ¿Seguiré recibiendo mi cheque de SSI si la oficina del Seguro Social cierra?

R. Los cheques de SSI se seguirán distribuyendo por correo y depósito directo. Para obtener más información, consulte el sitio web de SSI al: <https://www.ssa.gov/espanol/> o llame el (800) 772-1213

問題：如果社會保險辦公室關閉，我還會得到SSI嗎？

答案：SSI支票將繼續通過郵件和直接存款的方式分發。有關更多信息，請閱讀SSI網站：

<https://www.ssa.gov/coronavirus/> 或致電社會保障局（800）772-1213。

Stay Informed/Manténgase informado/閱讀新消息：

ELARC COVID-19 Web Page: <http://www.elarc.org/resources-publications/emergency-preparedness/covid-19-information-and-resources/-fsiteid-1>

Connect with us on Social Media/Conéctese con nosotros por las redes sociales/在社交媒體上與我們聯繫：

Facebook: <https://www.facebook.com/easternlosangelesregionalcenter/>

Twitter: https://twitter.com/EasternLA_RC

Instagram: <https://www.instagram.com/elarcfordd/>