

newsletter

April 2010

for families



La versión en español del boletín empieza en la página 9.

Attention clients aged 17-20 years!

If you are a client who is at least 17 years old, you are in the time of life we call “transition.” That means you need to start getting ready for your life as an adult now. The CSHCN Services Program has a lot of materials about transition on its website at www.dshs.state.tx.us/cshcn/transinfo.shtm. At the bottom of that page, you can link to a brochure that lists the Texas resources for youth who are making the transition to life as an adult. The phone numbers and services listed in it were current at the end of 2009. If you do not have access to the Internet, please call us at **1-800-252-8023** and ask for one. We are happy to send it to you for free.

Clients your age also need to know that the CSHCN Services Program will only cover your health care and other services until the day you turn 21 (unless you have cystic fibrosis). That means you need to start looking now for a doctor who can help you with your special needs after you turn 21. Also, if you have any special



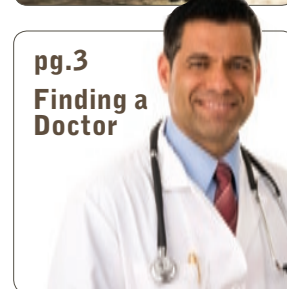
The CSHCN Services Program will only cover your health care and other services until the day you turn 21.

equipment that might need to be replaced or repaired, talk about it with your social worker now. Sometimes it takes a long while to get special equipment or find the right help. If you don't start the process at least 10 months before your 21st birthday, you may not be able to get the service at all. Call your social worker to start finding the help you need right away or if you have any questions. If you don't know who your social worker is, call the central office at **1-800-252-8023** and we can tell you. Don't wait until it's too late! ■

inside



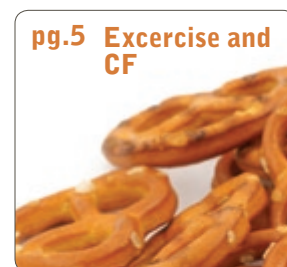
pg.2 Summer Camps



pg.3 Finding a Doctor



pg.4 Home Improvements




pg.5 Exercise and CF



pg.6 Activities

Summer Camp List



Summer is almost here. Call to register for summer camp if you haven't yet! Camps for children with special needs fill up quickly, so call as soon as you can. Here is a list of a few free or low-cost camps in Texas. You can find more on the Program website at www.dshs.state.tx.us/cshcn. You can also use the search function on one of the websites shown below to find more camps in and outside of Texas.

CAMP Camp

The Children's Association for Maximum Potential (CAMP) near Kerrville has camps for people with special needs who are 5 to 45 years of age. It holds camps for 3- to 13-year-old brothers and sisters of kids with special needs at the same time so that parents can get a break, too. The camp charges on a sliding scale and is prepared for certain needs during certain weeks. For example, only some weeks are wheelchair-friendly. Visit their website at www.campcamp.org, call **1-210-671-8112**, or email campmail@campcamp.org.

Camp For All

This is a free camp in Burton, Texas for people with disabilities who are 7 to 21 years old. Visit their website at www.campforall.org, or call **1-979-289-3752**.

Elks Camp - Texas Elks

The Texas Elks sponsor this free camp in Gonzales, Texas for children with disabilities who are 7 to 15 years of age. Learn more at www.texaselkscamp.org or call **1-830-875-2425**.

Texas Lions Camp

Lions Clubs International holds these free camps in the Texas hill country from June until August. The camps are for kids with physical disabilities, diabetes, or cancer. Visit their website at www.lionscamp.com, or call **1-830-896-8500**. ■

For More Information

These websites have lists of camps for people with disabilities in and outside of Texas:

- ▶ www.texas-summer-camps.com/Special_Needs_Camps/
- ▶ www.campparents.org
- ▶ www.veryspecialcamps.com/campers/browse.shtml

Camp Quote

“ There is something very special about being away from your parents for the first time, sleeping under the stars, hiking, and canoeing.

”

—Jami Gertz (actress, *The Lost Boys*, *Twister*)

Need a Doctor, Nurse, or Therapist?

You can now use the Internet to find one in your area! Go to **www.tmhp.com** and click on “Look for a Provider” from the left-hand menu to get to the search page. Then, follow these four steps:

1. Choose “CSHCN Services Program” from the drop-down list.
2. You can select the type of provider here, such as a primary care doctor, a specialist, or even a hospital.
3. Enter either your Zip Code and the number of miles to search around it, or your county.
4. Click on the “Search” button.

A page will open with a list of providers and their addresses. Click on the provider’s name to get the phone number and other details. ■



Use the TMHP website to find a doctor in your area.

We can help pay for your health insurance!

Do you have health insurance other than CHIP for the Program client in your family? Are you getting health benefits from us?

If you answered “yes” to both questions above, we might be able to help you!

How does this work?

1. We look to see if it costs less for us to pay for your health insurance than to pay your health care bills. If it does, then we can pay you back what you pay for your insurance.
2. You send us proof that you paid for your health insurance every month.
3. We pay the amount that covers the Program client. (This may not be the full cost you pay.)


Sign up now!

Here’s how to start getting this help:

- ▶ Call your case worker or the central office to say you want this help. The phone numbers are on page 7.
- ▶ On your next renewal application, answer “Yes” to the question on page 3 that asks, “Do you need help paying for your insurance every month?” ■

GOING GREEN!

And red! And blue! And every color in between! We always try to make our newsletter better. And you most likely noticed by now that one way we did it is to use full color! But what else can we improve? What can we do to make this newsletter more useful to you? Or more fun? Let us know by sending an email to: **patricia.yacovone@dshs.state.tx.us**. Put “Newsletter idea” in the subject line.



Focus on Benefits

In each edition of the *CSHCN Services Program Newsletter for Families*, “Focus on Benefits” will take a more detailed look at one or more Program benefits or services.

Family Support Services



Did you know that the Program has a way to help pay for changes to your home or vehicle to allow for wheelchair access? It can also pay for respite care so that the family members

who usually take care of the Program client can take a break to care for themselves, too. These are benefits of the program called “Family Support Services.” In the newsletter from April of last year, we told you about respite care. This article talks about making changes to your home.

What does the benefit pay for?

This benefit can pay for changes to your home such as adding a fixed ramp for access from the street, making doors wider, or changing your bathroom for wheelchair access.

Who can get this?

Clients who get health benefits from the Program can ask for Family Support Services. Clients on the waiting list cannot get them. If you are a waiting list client that gets limited services, you can get them during that short time. To learn more about limited services, see the magnifying glass to the right.

How much can I get to make changes to my home?

Clients with health benefits can get up to \$3,600 per calendar year for family support services of any kind. Clients can also get a lifetime benefit of \$3,600 just for changes to the home. That means that one time only, you can get up to \$7,200 for changes to your home. (The total

amount will depend on the other family support services you may ask for that year.)

How do I get this?

Talk to your social worker about this family support service. Your social worker has to turn the request into the Program for you. The social worker will also help you find people who can do the work on your home. If you don't know who your social worker is, call the central office at **1-800-252-8023**.

What are the limits to this benefit?

This benefit will not pay to:

- ▶ Perform the repairs needed before the work on your home can start.
- ▶ Install a central heating and air conditioning system.
- ▶ Add a new room or bathroom to your home.
- ▶ Convert your garage into a new room for your house.

Also, you will have to pay for any charges over the approved amount.

To learn about the other kinds of Family Support Services, go to the Program website at www.dshs.state.tx.us/cshcn/famsupport.shtm or call **1-800-252-8023**. ■



Limited Services

Each month, we look at our funds to see if we can give health benefits to people on the waiting list. Sometimes we find that we can do that, but only for a little while. When this happens, we send a letter telling you that you can get all the benefits from the Program for a short time (usually two months). These are called **limited services**. In May and June of 2009, we were able to do this for 624 clients on the waiting list.

What's New Online

The Texas Department of Aging and Disability Services (DADS) updated the pages on its website that describe “Consumer Directed Services.” This is help that CSHCN Services Program clients can get through one or more of the Medicaid waiver programs. Go to www.dads.state.tx.us/services/cds/ to learn more.

Also on the DADS website, there is a new section about autism at www.dads.state.tx.us/autism/. It includes reports, articles about autism, and lists of services. You can even sign up for email updates.

The Northeast Texas Public Health District has a new website that shows people how to prepare for 18 types of emergencies at www.accessibleemergency-info.com/. All topics are set up to be friendly to deaf, blind, and limited sight populations. All topics are in English, but there is a link to another site that has similar topics in English and 11 other languages. ■

Calling All Dads!

Here's your chance to talk to other dads around the state about being fathers of children and youth with special needs. Texas Parent to Parent has a new listserv—an internet mailing list—for dads to talk with each other and to share their unique ideas and concerns. The listserv is run by dads and is open to any and all topics that relate to kids with special needs.

Texas Parent to Parent is a statewide group that supports families of children and youth with special needs. Dads who join the listserv also get to join the group's mailing list and have access to the services it offers. The group also sends out a newsletter four times a year.

Fathers that want to join this free listserv can sign up at www.txp2p.org or call the group's office at **1-866-896-6001** and ask to join the Dads Listserv. ■

Exercise and CF



Exercise has benefits for all, and even more so for children with CF. For kids with CF, exercise:

- ▶ Builds muscles and strong bones.
- ▶ Strengthens lungs.
- ▶ Helps clear lung mucus.
- ▶ Helps lower emotional stress.

Children with CF lose more salt when they sweat than children without CF. So be sure to replace salt and fluids as you exercise. Eat foods that are high in salt like pretzels or potato chips. Drink at least 6 to 12 ounces of fluid every 20 to 30 minutes.

Sports drinks are great for children with CF to drink while playing sports. The sugars give fuel to the muscles and help keep blood sugars up. The salt quenches thirst and prevents dehydration. Just be sure to avoid drinks with caffeine during exercise as they can increase fluid loss.

As always, children with CF should talk to their dietitian, nurse, or doctor before using products that promise better weight gain and athletic performance.

Adapted from “School, Enzymes, and Sports for the Child with Cystic Fibrosis” at www.cff.org/Living-WithCF/AtSchool/. ■

Eat foods high in salt to replace the salt lost during exercise.



* CF Corner is a dedicated section in each edition of the CSHCN Newsletter for Families dealing with news and resources specific to cystic fibrosis.

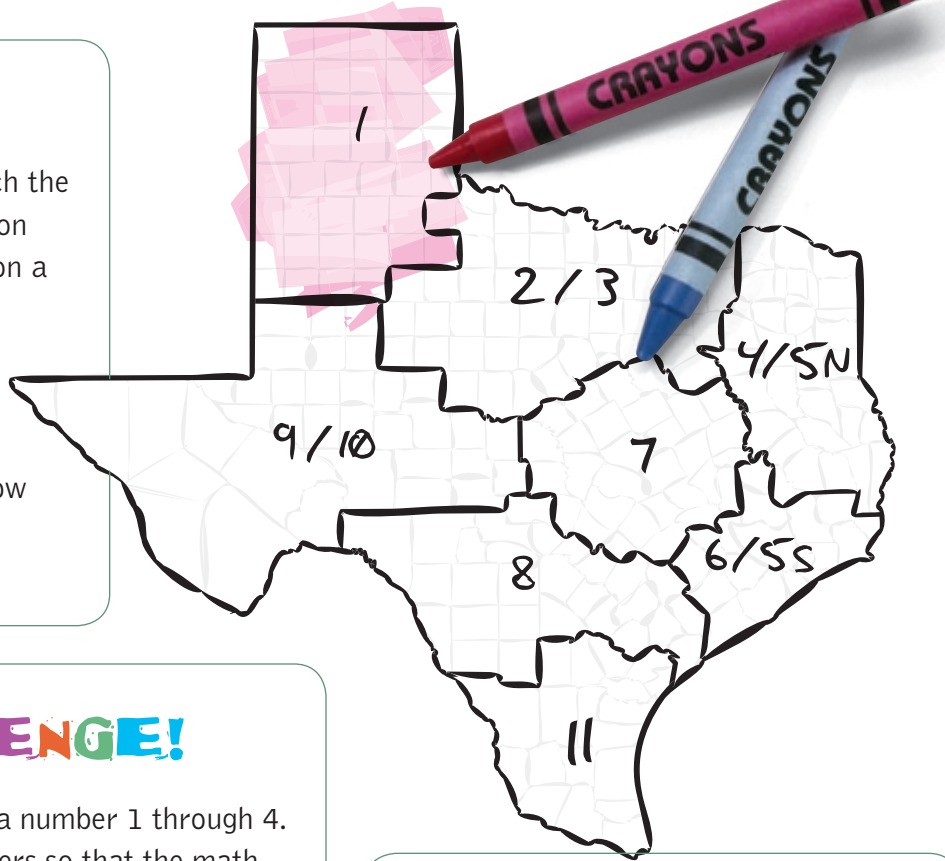
CHILD'S PLAY:

Fun activities for our younger readers.

COLOR ME!

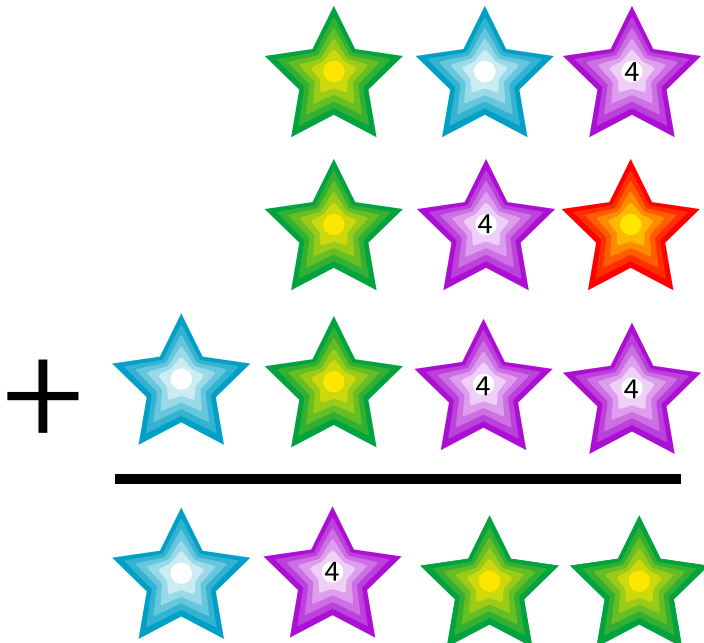
The numbers on this map match the regional office numbers listed on the next page. Color each region a different color:

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 - Pink | 7 - Red |
| 2/3 - Orange | 8 - Blue |
| 4/5N - Green | 9/10 - Yellow |
| 6/5S - Brown | 11 - Purple |



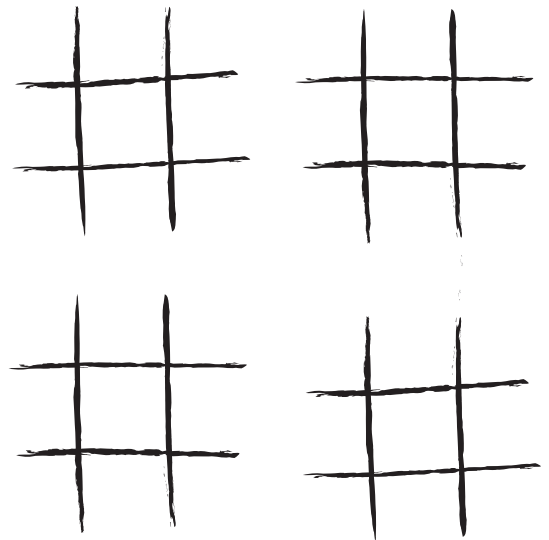
MATH CHALLENGE!

Each colored star below equals a number 1 through 4. Can you fill in the missing numbers so that the math problem works? This one is a real challenge. If you get stumped, ask a parent or guardian for help! (Or, see the answer below.)



TIC TAC TOE!

Challenge your family or friends to a game of tic tac toe!



CSHCN Regional and Local Offices

The CSHCN Services Program has offices all over the state of Texas. To get help for your child with special needs or to get a case manager, call the **regional office** in the part of Texas where you live (see the map on the previous page for region numbers). The regional office manager will tell you who can help you and which office you can go to.



Many, but not all, of the local offices are shown in this list, so be sure to call the regional office first.

Manager of Specialized Health and Social Work Services			
Region	Regional Office		Local Offices
1	6302 Iola Ave. Lubbock, TX 79424-2721 Phone: 1-806-744-3577 Fax: 1-806-783-6455	Pat Greenwood, LMSW-IPR	300 Victory Drive PO Box 60968, WTAMU Canyon, TX 79016-0968 Phone: 1-806-655-7151 Fax: 1-806-655-0820
2/3	1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013-2262 Phone: 1-817-264-4619 Fax: 1-817-264-4911	Crystal Womack, MSSW, LMSW-AP	4601 South 1st St., Suite L Abilene, TX 79605-1466 Phone: 1-325-795-5869 Fax: 1-325-795-5894 PO Box 300 Wichita Falls, TX 76307-0300 Phone: 1-940-689-5930 Fax: 1-940-689-5925
4/5N	1517 West Front Street Tyler, TX 75702-7822 Phone: 1-903-533-5207 Fax: 1-903-595-4706	Peggy Wooten, LCSW, ACSW	
6/5S	5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497 Phone: 1-713-767-3111 Fax: 1-713-767-3125	Raymond Turner, MA, LMSW-AP	
7	2408 South 37th Street Temple, TX 76504-7168 Phone: 1-800-789-2865 Fax: 1-254-773-2722	Eileen Walker, MS, LBSW	1601 Rutherford Lane, Suite C-3 Austin, TX 78754-5119 Phone: 1-800-789-2865 Fax: 1-512-873-6345
8	7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229-4507 Phone: 1-210-949-2155 Fax: 1-210-949-2047	Vicky Contreras, LCSW	
9/10	401 E. Franklin, Ste. 210 El Paso, TX 79901-1206 Phone: 1-915-834-7682 Fax: 1-915-834-7804	Donna Cordoni Joanne D. W. Mundy, LBSW (Coordinator of Social Work Services)	
11	601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550-4040 Phone: 1-956-421-5535 Fax: 1-956-444-3293	R. Scott Hornéy, LCSW	1233 Agnes Street Corpus Christi, TX 78401 Phone: 1-361-888-7837 Fax: 1-361-883-4414 4501 West Business Hwy. 83 McAllen, TX 78501-9907 Phone: 1-956-971-1363 Fax: 1-956-971-1275 1500 Arkansas Ave, Suite 3 Laredo, TX 78043-3049 Phone: 1-956-794-6385 Fax: 1-956-729-8600 202 W. 2nd St. Mercedes, TX 78570-2704 Phone: 1-956-825-5300 Fax: 1-956-825-5320



Remember! You must apply to the CSHCN Services Program every six months. Send your application to the office nearest you. To find the office or to get answers to your questions, look in the application booklet, call **1-800-252-8023**, or go to **www.dshs.state.tx.us/cshcn**.

Address Change Form—*Formulario para cambio de dirección*

If you have moved, please complete this form and attach a copy of the required documentation to update our records. Please print.

Si usted se ha mudado, llene este formulario y envíelo con una copia de la documentación solicitada para actualizar nuestros expedientes. Por favor, escriba en letra de molde.

CSHCN Client's Name/Nombre del Cliente CSHCN:	CSHCN Case No./Número del Caso CSHCN:
Parent's/Guardian's Name/Nombre del Padre/Tutor:	Telephone No./Número de Teléfono:
Street Address/Dirección:	Apartment No./Número de Apartamento:
City/Ciudad:	State/Estado: ZIP Code/Código Postal:
Parent's/Guardian's Signature/Firma del Padre/Tutor:	

Required documentation attached (a copy of one of the following forms of proof of residence is required). Please check the documentation you will send with this form:

Documentación necesaria adjunta (se necesita una copia de uno de los siguientes documentos que compruebe su residencia). Por favor, marque el documento que va a enviar con este formulario:

- Current utility bill (electricity, water, telephone)
- Current lease agreement (with landlord's name, address, and telephone number)
- Current mortgage bill or payment
- Current rent receipt (with landlord's name, address, and telephone number)
- Current Texas Driver's License
- Current Texas Motor Vehicle Registration
- Current Texas Voter Registration
- Current school records showing attendance in a Texas school
- Current Texas medical care identification (Medicaid ID)

- Cuenta reciente de uno de los servicios públicos (electricidad, agua, teléfono)*
- Contrato de arrendamiento actual (con el nombre, la dirección y el número de teléfono del propietario)*
- Cuenta o pago reciente de la hipoteca*
- Recibo de pago de la renta (con el nombre, la dirección y el número de teléfono del propietario)*
- Licencia vigente de conducir en Texas*
- Registro vigente de vehículo en Texas*
- Registro electoral de Texas vigente*
- Expediente escolar vigente que compruebe asistencia a una escuela de Texas*
- Identificación vigente para servicios médicos de Texas (Identificación de Medicaid)*

Mail to/Envíe por correo a:
CSHCN Services Program
MC 1938
Department of State Health Services
PO Box 149347
Austin TX 78714-9347
1-800-252-8023

boletín

Abril de 2010

para familias



¡Atención clientes de 17 a 20 años de edad!

Si eres un cliente y tienes al menos 17 años de edad, estás en la etapa de la vida que llamamos “transición”. Esto significa que necesitas empezar a prepararte ahora para tu vida como adulto. El Programa de Servicios CSHCN tiene una gran cantidad de materiales sobre la transición en su sitio web, en www.dshs.state.tx.us/cshcn/transinfoSpanish.shtm. Al final de esa página, puedes encontrar un enlace a un folleto que enumera los recursos que hay en Texas para los jóvenes que están haciendo su transición a la vida como un adulto. Los números de teléfono y servicios enumerados allí fueron actualizados a finales de 2009. Si no tienes acceso al Internet, llámanos al **1-800-252-8023** y pide el folleto. Con gusto te lo enviaremos sin costo alguno.

Los clientes de tu edad también deben saber que el Programa de Servicios CSHCN solo cubrirá su atención médica y otros servicios hasta el día en que cumplan los 21 años (a no ser que tengas fibrosis quística). Eso significa que necesitas empezar a buscar ahora un médico que te ayude con tus necesidades especiales hasta que cumplas los 21 años. Además, si tienes algún equipo



El Programa de Servicios CSHCN cubrirá tu atención médica y otros servicios solo hasta el día en que cumplas los 21 años.

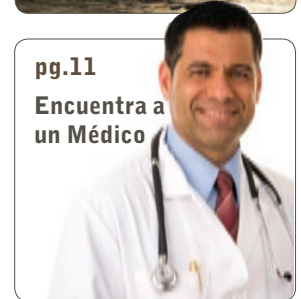
especial que necesites reemplazar o reparar, consulta con tu trabajador social ahora mismo. A veces se demora algún tiempo para conseguir un equipo especial o encontrar la ayuda adecuada. Si no inicias el proceso al menos 10 meses antes de cumplir los 21 años, es posible que pierdas por completo el servicio. Llama a tu trabajador social para empezar a encontrar la ayuda que necesitas en seguida o en caso que tengas alguna pregunta. Si no sabes quién es tu trabajador social, llama a la oficina central, al **1-800-252-8023**, y te podemos decir. ¡No esperes hasta que sea muy tarde! ■

An English version of the newsletter begins on page 1.

adentro



pg.10 Campamentos de verano



pg.11 Encuentra a un Médico



pg.12 Reformas para la casa



pg.13 El ejercicio y la FQ



pg.14 Actividades

Lista de campamentos de verano



Pronto llegará el verano. ¡Llame para inscribirse en un campamento de verano si no lo ha hecho todavía! Los campamentos para niños con necesidades especiales se llenan rápido, así que llame lo más pronto posible. A continuación está una lista de campamentos gratuitos o de bajo costo en Texas. Puede encontrar otros más en el sitio web del programa en www.dshs.state.tx.us/cshcn. También puede usar el buscador en uno de los sitios web que aparecen abajo para encontrar más campamentos dentro y fuera de Texas.

El campamento CAMP

La Asociación de Potencial Máximo para Niños o CAMP, por sus siglas en inglés, queda cerca de Kerrville, Texas, y tiene campamentos para personas con necesidades especiales que tienen de 5 a 45 años de edad. La asociación tiene abiertos campamentos al mismo tiempo para hermanos de edades 3 a 13 años de los niños con necesidades especiales, para que los padres también tengan un relevo. El campamento cobra según la capacidad de pagar y atiende a ciertas necesidades en determinadas semanas. Por ejemplo, solo algunas semanas son para las sillas de ruedas. Visite su sitio web en www.campcamp.org o llame la línea en español al **1-210-671-5224**, o envíe un correo electrónico a campmail@campcamp.org.

Campamento para todos (Camp For All)

Este campamento gratuito queda en Burton, Texas y es para personas con discapacidades de 7 a 21 años de edad. Visite su sitio web en www.campforall.org, o llame al **1-979-289-3752**.

El Campamento de los Elks—Los Elks de Texas

Los Elks de Texas patrocinan este campamento gratuito en Gonzales, Texas, que es para niños con discapacidades de 7 a 15 años de edad. Obtenga más información en www.texaselkscamp.org o llame al **1-830-875-2425**.

El campamento de Leones de Texas

El Club Internacional de Leones opera estos campamentos gratuitos de junio a agosto en la zona montañosa en el centro de Texas. El campamento es para niños con discapacidades físicas, diabetes o cáncer. Visite su sitio web en www.lionscamp.com, o llame al **1-830-896-8500**. ■

Para mayor información

Los sitios web a continuación tienen listas de campamentos para personas con discapacidades dentro y fuera de Texas:

- ▶ www.texas-summer-camps.com/Special_Needs_Camps/
- ▶ www.campparents.org
- ▶ www.verspecialcamps.com/campers/browse.shtml

Camp Quote

“ Es una experiencia muy especial estar separada por primera vez de los padres, dormir bajo las estrellas, ir en excursiones y montar en canoa. ”

—Jami Gertz (actriz, *The Lost Boys*, *Twister*)

¿Necesita médico, enfermera o terapeuta?

Ahora puede usar el Internet para encontrar uno en su área. Visite www.tmhp.com y haga clic en “¿Está buscando un proveedor?” en el menú a la izquierda para llegar a la página de búsqueda y luego haga clic en “Español” en el menú al principio de esa página. Luego, siga los cuatro pasos a continuación:

1. Seleccione “Programa de Servicios CSHCN” de la lista desplegable.
2. Más abajo puede seleccionar el tipo de proveedor, como un doctor principal, un especialista o incluso un hospital.
3. Escriba ya sea su Código Postal y la distancia en millas hasta donde quiere buscar, o el nombre de su condado.
4. Haga clic en el botón “Búsqueda”.

Se abrirá una página donde aparece una lista de proveedores junto con sus direcciones. Haga clic en el nombre del proveedor para obtener el número de teléfono y otros detalles. ■



Utilice el sitio web de TMHP para encontrar un doctor en su área.

¿Podemos ayudar a pagar su seguro médico!

¿Tiene seguro médico que no sea CHIP para la persona de su familia que es cliente del programa?
¿Está recibiendo prestaciones de salud de nuestro programa?

Si contesta “sí” a ambas preguntas de arriba, ¡es posible que le podamos ayudar!

¿En qué consiste este proceso?

1. Investigamos para ver si cuesta menos pagarle su seguro médico que pagar por sus gastos de atención médica. Si resulta que sí, entonces podemos devolverle el dinero que pagó por su seguro.
2. Usted nos envía cada mes un comprobante de que pagó por su seguro médico.
3. Nosotros pagamos la cantidad que cubre al cliente del programa. (Es posible que esto no sea todo lo que tenga que pagar usted.)

¡Inscríbese hoy mismo!

Así es cómo puede empezar a recibir esta ayuda:

- ▶ Llame a su trabajador social o a la oficina central para decir que necesita esta ayuda. Los números de teléfono aparecen en la página 15.
- ▶ En su próxima solicitud de renovación, conteste “Sí” a la pregunta de la página 3 que dice, “¿Necesita ayuda para pagar su seguro médico cada mes?” ■

PENSANDO EN VERDE

¡Y en rojo! ¡Y en azul! ¡Y en todos los demás colores! Siempre tratamos de hacer mejor nuestro boletín. Y sin duda ustedes ya habrán notado que una forma de mejorar ha sido, ¡hacerlo todo a colores! Pero, ¿qué más podemos mejorar? ¿Qué podemos hacer para que este boletín sea más útil para usted? ¿O más divertido? Háganos saber enviando un correo electrónico en español o inglés a: patricia.yacovone@dshs.state.tx.us. Escriba “Idea para el boletín” en la línea de asunto.



Enfoque en las prestaciones

En cada edición del Boletín de CSHCN para familias, esta sección de “Enfoque en las prestaciones” mirará más detalladamente a una o más de las prestaciones o servicios del programa.

Servicios de Apoyo para la Familia



¿Sabía usted que el programa tiene una manera de ayudar a pagar por los cambios que hace a su hogar o su vehículo para permitir el acceso de las sillas de ruedas? También puede pagar

por los cuidados de relevo para que los miembros de la familia que normalmente se encargan del cuidado del cliente del programa puedan descansar también y cuidarse a sí mismos. Estas prestaciones del programa se llaman “Servicios de Apoyo para la Familia”. En el boletín de abril del año pasado, le informamos acerca de los cuidados de relevo. Este artículo se refiere a los cambios que hace a su hogar.

¿Qué cosas paga esta prestación?

Esta prestación puede pagar por cambios en su hogar, como construir una rampa fija para el acceso desde la calle, hacer las puertas más anchas, o cambiar su sala de baño para el acceso de sillas de ruedas.

¿Quién puede obtener esta prestación?

Los clientes que reciben prestaciones de salud del programa pueden solicitar servicios de apoyo para la familia. Los clientes que están en la lista de espera no los pueden recibir. Si usted es un cliente de la lista de espera que recibe prestaciones limitadas, puede recibirlos durante ese período corto. Para obtener más información acerca de los servicios limitados, vea la lupa a la derecha.

¿Cuánto puedo recibir para hacer cambios en mi hogar?

Los clientes que reciben prestaciones de salud pueden obtener hasta \$3,600 por año calendario para cualquier tipo de servicio de apoyo para la familia. Los clientes también pueden recibir una prestación de \$3,600 una vez en su vida exclusiva-

mente para cambios en el hogar. Esto quiere decir que en una sola oportunidad, puede recibir hasta \$7,200 para cambios en el hogar. (La cantidad total depende de los demás servicios de apoyo a la familia que desee obtener en ese año.)

¿Cómo puedo recibir esta prestación?

Converse con su trabajador social acerca de este servicio de apoyo para la familia. Su trabajador social tiene que entregar la solicitud al programa a nombre suyo. El trabajador social también le ayudará a encontrar personas que puedan hacer el trabajo en su hogar. Si no sabe quién es su trabajador social, llame a la oficina central al **1-800-252-8023**.

¿Qué limitaciones tiene esta prestación?

La prestación no le pagará por:

- ▶ Hacer reparaciones necesarias antes de que pueda comenzar el trabajo en su hogar.
- ▶ Instalar un sistema central de calefacción y aire acondicionado.
- ▶ Construir una nueva habitación o sala de baño en su hogar.
- ▶ Convertir su garaje en una habitación nueva para su hogar.

Además, usted es responsable de pagar cualquier cargo que sea mayor de la cantidad aprobada.

Para obtener más información sobre otros tipos de servicios de apoyo para la familia, visite el sitio web del programa en www.dshs.state.tx.us/cshcn/famsupport.shtm, o llame al **1-800-252-8023**. ■



Servicios limitados

Cada mes, revisamos nuestros fondos para ver si se puede ofrecer prestaciones de salud a personas en la lista de espera. A veces resulta que podemos hacerlo, pero solo durante un corto tiempo. Cuando eso sucede, le enviamos una carta avisándole que recibirá todas las prestaciones del programa durante un período corto (generalmente dos meses). Esto se llama servicios limitados. En mayo y junio de 2009, fue posible hacerlo para 624 clientes de la lista de espera.

Qué hay de nuevo en línea

El Departamento de Servicios para Adultos Mayores y Personas Discapacitadas de Texas (DADS) actualizó las páginas de su sitio web que describen los “Servicios Dirigidos por el Consumidor”. Este es el tipo de ayuda que los clientes del Programa de Servicios CSHCN pueden recibir a través de uno más de los programas de exención de Medicaid. Visite el sitio www.dads.state.tx.us/servicios/cds/ para obtener más información.

El sitio web de DADS también tiene una sección nueva sobre el autismo, en www.dads.state.tx.us/autism/ (en inglés). Se incluyen informes, artículos sobre el autismo y una lista de servicios. Hasta puede inscribirse para recibir actualizaciones por correo electrónico.

El Distrito de Salud Pública del Noreste de Texas tiene un nuevo sitio web que enseña a la gente cómo prepararse para 18 tipos de emergencias, en www.accessibleemergencyinfo.com/. Todos los temas están diseñados para el acceso fácil de los individuos sordos, ciegos y con vista limitada. Todos los temas están en inglés, pero existe un enlace a otro sitio con temas similares en inglés y 11 idiomas diferentes. ■

¡Llamando a todos los papás!

Aquí está su oportunidad de conversar con otros papás de todo el estado sobre cómo ser padre de un niño o joven con necesidades especiales.

Texas Parent to Parent tiene una nueva lista de distribución—una lista de correo electrónico en Internet—para que los papás hablen el uno con el otro y compartan sus propias ideas y preocupaciones. Los padres se encargan de la lista de distribución y se permiten todos los temas sobre los niños con necesidades especiales.

Texas Parent to Parent es un grupo en todo el estado que apoya a las familias de los niños y jóvenes con necesidades especiales. Los papás que se inscriben a la lista de distribución también pueden inscribirse a la lista de correo postal y tener acceso a los servicios del grupo. El grupo también distribuye un boletín cuatro veces al año.

Los papás que desean incorporarse a esta lista de distribución gratuita pueden inscribirse en www.txp2p.org, o llamar a la oficina del grupo al **1-866-896-6001** y solicitar incorporarse a la lista de distribución de papás (Dads Listserv). ■

El ejercicio y la FQ



El ejercicio es beneficioso para todos, pero más aún para los niños con la fibrosis quística (FQ). Para los niños que tienen FQ, el ejercicio

- ▶ Hace crecer los músculos y fortalece los huesos.
- ▶ Fortalece los pulmones.
- ▶ Ayuda a descongestionar la mucosa de los pulmones.
- ▶ Ayuda a reducir el estrés emocional.

Los niños que tienen FQ pierden más sal cuando sudan que los niños que no tienen FQ. Asegúrese de reemplazar la sal y los líquidos mientras hace ejercicio. Coma alimentos con alto contenido de sal como las galletas saladas y las papas fritas. Beba por lo menos 6 a 12 onzas de líquido cada 20 a 30 minutos.

Las bebidas deportivas son excelentes para que beban los niños con FQ mientras practican sus deportes. Los azúcares le dan energía a los músculos y ayudan a elevar el contenido de azúcar en la sangre. La sal quita la sed y previene la deshidratación. Asegúrese de evitar las bebidas con cafeína durante el ejercicio ya que pueden aumentar la pérdida de fluidos.

Como siempre, los niños con FQ deben consultar a su nutricionista, enfermera o doctor antes de consumir productos que prometan mejorar el aumento de peso y el rendimiento deportivo.

Este material ha sido adaptado del artículo “La escuela, las enzimas y los deportes para el niño con fibrosis quística” que aparece en www.cff.org/LivingWithCF/AtSchool/. ■

Coma alimentos con alto contenido de sal para reponer la sal que se pierde durante el ejercicio.



* El Rincón FQ es una sección que aparece en cada edición del Boletín CSHCN para Familias. Está dedicado a las noticias y recursos referentes a la Fibrosis Quística (FQ).

JUEGO DE NIÑOS:

Actividades divertidas para nuestros pequeños lectores.

COLOREAR TEXAS

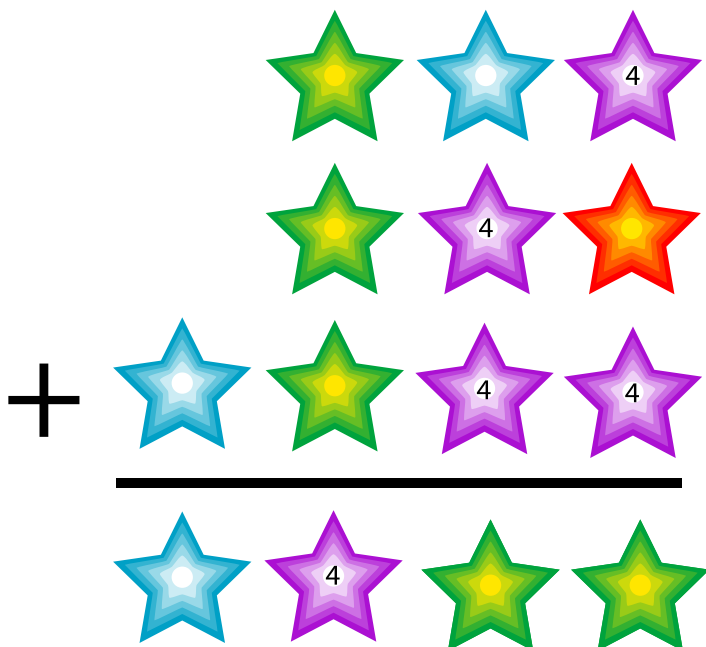
Los números en este mapa coinciden con el número de las oficinas regionales que aparecen en la próxima página. Colorea cada región con un color diferente:

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 - Rosado | 7 - Rojo |
| 2/3 - Anaranjado | 8 - Azul |
| 4/5N - Verde | 9/10 - Amarillo |
| 6/5S - Color café | 11 - Morado |



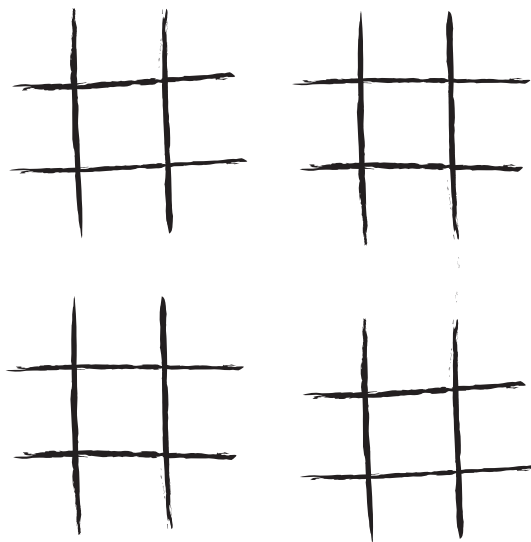
DESAFIO DE MATEMATICAS

Cada estrella coloreada abajo es igual a un número del 1 al 4. ¿Puedes llenar los números que faltan para que se pueda resolver el problema de matemáticas? Este es un verdadero desafío. Si te quedas atrancado, ¡pídeles ayuda a tus papás o a tu tutor! (O, puedes encontrar la respuesta abajo.)



GATO

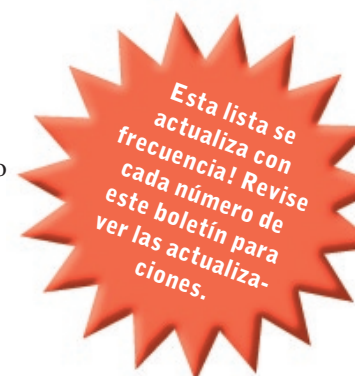
¡Desafía a tu familia o a tus amigos a un juego de gato!



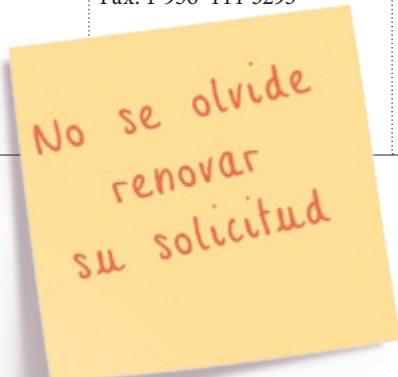
Oficinas CSHCN regionales y locales

El Programa de Servicios CSHCN tiene oficinas en todo el estado de Texas. Para obtener ayuda para su niño con necesidades especiales o para obtener ayuda de un administrador de casos, llame a la **oficina regional** en la zona de Texas donde usted vive (mire el mapa de la página anterior para ver los números de las regiones). El administrador de la oficina regional le indicará quién le puede ayudar y a cuál oficina debe ir.

Muchas, pero no todas, las oficinas locales aparecen en esta lista, así que asegúrese de llamar primero a la oficina regional.



Director de servicios de salud especializados y trabajo social			
Región	Oficina regional		Oficinas locales
1	6302 Iola Ave. Lubbock, TX 79424-2721 Tel.: 1-806-744-3577 Fax: 1-806-783-6455	Pat Greenwood, LMSW-IPR	300 Victory Drive PO Box 60968, WTAMU Canyon, TX 79016-0968 Tel.: 1-806-655-7151 Fax: 1-806-655-0820
2/3	1301 South Bowen Road, Suite 200 Arlington, TX 76013-2262 Tel.: 1-817-264-4619 Fax: 1-817-264-4911	Crystal Womack, MSSW, LMSW-AP	4601 South 1st St., Suite L Abilene, TX 79605-1466 Tel.: 1-325-795-5869 Fax: 1-325-795-5894 PO Box 300 Wichita Falls, TX 76307-0300 Tel.: 1-940-689-5930 Fax: 1-940-689-5925
4/5N	1517 West Front Street Tyler, TX 75702-7822 Tel.: 1-903-533-5207 Fax: 1-903-595-4706	Peggy Wooten, LCSW, ACSW	
6/5S	5425 Polk Avenue, Suite J Houston, TX 77023-1497 Tel.: 1-713-767-3111 Fax: 1-713-767-3125	Raymond Turner, MA, LMSW-AP	
7	2408 South 37th Street Temple, TX 76504-7168 Tel.: 1-800-789-2865 Fax: 1-254-773-2722	Eileen Walker, MS, LBSW	1601 Rutherford Lane, Suite C-3 Austin, TX 78754-5119 Tel.: 1-800-789-2865 Fax: 1-512-873-6345
8	7430 Louis Pasteur Drive San Antonio, TX 78229-4507 Tel.: 1-210-949-2155 Fax: 1-210-949-2047	Vicky Contreras, LCSW	
9/10	401 E. Franklin, Ste. 210 El Paso, TX 79901-1206 Tel.: 1-915-834-7682 Fax: 1-915-834-7804	Donna Cordoni Joanne D. W. Mundy, LBSW (Coordinadora de servicios de trabajo social)	
11	601 West Sesame Drive Harlingen, TX 78550-4040 Tel.: 1-956-421-5535 Fax: 1-956-444-3293	R. Scott Hornéy, LCSW	1233 Agnes Street Corpus Christi, TX 78401 Tel.: 1-361-888-7837 Fax: 1-361-883-4414 4501 West Business Hwy. 83 McAllen, TX 78501-9907 Tel.: 1-956-971-1363 Fax: 1-956-971-1275 1500 Arkansas Ave, Suite 3 Laredo, TX 78043-3049 Tel.: 1-956-794-6385 Fax: 1-956-729-8600 202 W. 2nd St. Mercedes, TX 78570-2704 Tel.: 1-956-825-5300 Fax: 1-956-825-5320



¡Acuérdese! Usted debe renovar su solicitud al Programa de Servicios CSHCN cada seis meses. Envíe su solicitud a la oficina más cercana. Para encontrar cuál es la oficina más cercana o para obtener respuestas a sus preguntas, vea el folleto de solicitud, llame al **1-800-252-8023**, o consulte el sitio www.dshs.state.tx.us/cshcn.



CSHCN Services Program

Purchased Health Services Unit, MC 1938
 Texas Department of State Health Services
 PO Box 149347
 Austin, TX 78714-9347

Phone: 1-512-458-7355 or 1-800-252-8023 (toll-free)
 Fax: 1-800-441-5133

Postage Permit

Children With Special Health Care Needs (CSHCN) Services Program

Niños con Necesidades de Salud Especiales

newsletter
for families

boletín
para familias

In This Issue

En esta edición

Attention clients aged 17-20 years! 1
 Summer Camp List 2
 Need a Doctor, Nurse, or Therapist?..... 3
 We can help pay for your health insurance!..... 3
 Family Support Services 4
 What's New Online..... 5
 Calling All Dads! 5
 Exercise and CF 5
 CSHCN Regional and Local Offices 7
 Address Change Form 8

¡Atención clientes de 17 a 20 años de edad!..... 9
 Lista de campamentos de verano 10
 ¿Necesita médico, enfermera o terapeuta?..... 11
 ¡Podemos ayudar a pagar su seguro médico!..... 11
 Servicios de Apoyo para la Familia 12
 Qué hay de nuevo en línea 13
 ¡Llamando a todos los papás!..... 13
 El ejercicio y la FQ..... 13
 Oficinas CSHCN regionales y locales..... 15
 Formulario para cambio de dirección 8