



Resources to help you care for your child

Even if you know what to expect when expecting, making ends meet can be hard. We've created this pamphlet to serve as a resource guide for federal, state, and local assistance programs that may help you in times of need.

HARRISHEALTH

HARRIS HEALTH RESOURCES

Birth Centers

- Ben Taub Hospital
- Lyndon B. Johnson Hospital

To find clinics and specialty care near you, visit harrishealth.org.

Pre-and post-natal services:

- Prenatal care services at 12 health centers
- Childbirth classes
- CenteringPregnancy - Group education and support for expectant mothers
- Midwifery
- Virtual and in-person tours of Ben Taub and Lyndon B. Johnson Hospitals
- Birth certificate worksheet
- Lactation consulting

Financial Assistance Program

If your household income is at or below 150% of the Federal Poverty Level, you may qualify for financial assistance from Harris Health System.

Find Harris Health's Financial Assistance Application at <https://ola.veritysource.com/harris>

LOCAL ASSISTANCE PROGRAMS

Houston Food Bank - Call **832-369-9390** for food assistance.

L.I.F.E. Houston - Emergency formula assistance for children under 12 months. Call **713-428-2065** for information.

McGovern Medical School Lactation Foundation - Receive personalized, private consultations with certified lactation consultants to help you meet your breastfeeding goals. To schedule an appointment, call **713-500-2800, option 1**.

Houston Diaper Bank - Apply to receive up to a month's supply of diapers. Applications are accepted the 1st through 5th of each month, and recipients are determined on a month-to-month basis. Visit houstondiaperbank.org/outreach and click "Diaper Eligibility" to access the application.

2-1-1 Texas - Find resources for food, health, housing, and more at 211texas.org or by dialing **2-1-1**.

MENTAL HEALTH RESOURCES

Crisis Intervention of Texas **832-416-1177**
Free, confidential, and anonymous crisis and suicide prevention counseling 24/7

Maternal Perinatal Addiction **713-873-2959**
Treatment (MPAT) Clinic **or 713-873-6418**
Ben Taub OB Clinic | Harris Health

Multi-disciplinary care for pregnant and postpartum people with substance use disorder MFM, Addiction Medicine, Clinical Psychology, and Peer Recovery Coaches

VICTIMS OF DOMESTIC ABUSE

National Domestic **800-799-7233 (SAFE)**
Violence Hotline

Houston Area Women's Center **713-528-2121**

Harris County Housing and **832-927-4955**
Community Resource Center

FEDERAL AND STATE ASSISTANCE PROGRAMS*

Medicaid for Pregnant Women - Health coverage for low-income women during pregnancy and up to two months post-natal.

CHIP Perinatal - Similar coverage for women without health insurance who can't get Medicaid. Visit hhs.texas.gov and search "Medicaid for Pregnant Women" for information.

CHIP - Insurance program that provides low-cost coverage to children in families that earn too much to qualify for Medicaid but too little to buy private insurance. Apply by phone at **800-318-2596** or online through the Health Insurance Marketplace.

Temporary Assistance for Needy Families - Income-based benefit program that helps families with children age 18 and younger pay for basic needs (e.g., transportation, utilities, food, clothing, and housing). Call **877-541-7905** for information.

Texas WIC - Income-based food/nutrition benefit program for pregnant women and families with children up to age 5. Apply online at texaswic.org/apply, or call **800-942-3678** for information.

SNAP - Food benefits credited to a Lone Star Card, which can be used to pay for approved SNAP or TANF items. Apply at yourtexasbenefits.com.

** Benefits awarded to approved applicants, and restrictions may apply.*



Recursos que le ayudarán con el cuidado de su hijo(a)

Incluso si sabe qué esperar durante el embarazo, llegar al final puede ser difícil. Hemos creado este folleto para que sirva de guía sobre los recursos de programas de asistencia a nivel federal, estatal y local que pueden ayudarle en tiempos de necesidad.

HARRISHEALTH

RECURSOS HARRIS HEALTH

Centros de maternidad:

- Ben Taub Hospital
- Lyndon B. Johnson Hospital

Visite harrishealth.org para encontrar las clínicas y el cuidado de especialidad cercanos a usted.

Pre-and post-natal services:

- Servicios de atención prenatal en los 12 centros de salud
- Clases de alumbramiento
- Centering Pregnancy Grupo de educación y apoyo para las futuras madres
- Enfermeras obstetras
- Recorridos virtuales y presenciales en los hospitales Ben Taub y Lyndon B. Johnson
- Hoja de trabajo para el certificado (acta) de nacimiento
- Consultoría en lactancia

Programa de Asistencia Financiera

Si los ingresos de su hogar son iguales o inferiores al 150% del nivel federal de pobreza, puede reunir los requisitos para recibir asistencia financiera de Harris Health System. Encuentre la solicitud de asistencia financiera de Harris Health en <https://ola.veritysource.com/harris>

PROGRAMAS DE ASISTENCIA LOCALES

Houston Food Bank – llame al **832 369 9390** para recibir asistencia alimentaria.

L.I.F.E. Houston – asistencia de emergencia con leche maternizada para niños menores de 12 meses. Llame al **713-428-2065** para recibir información.

McGovern Medical School Lactation Foundation – reciba consultas privadas personalizadas con consultores certificados en lactancia que le ayudarán a cumplir sus objetivos de lactancia materna. Para hacer una cita, llame al **713-500-2800**, **elija la opción 1.**

Houston Diaper Bank – presente su solicitud para recibir pañales hasta para un mes. Las solicitudes se reciben del día 1 al 5 de cada mes; los beneficiarios se definen cada mes. Visite houstondiaperbank.org/outreach y haga clic en “Diaper Eligibility” (Cumplimiento de requisitos para recibir pañales) para obtener la solicitud.

2-1-1 Texas – encuentre recursos sobre alimentos, salud, vivienda y más en 211texas.org o llamando al **2-1-1.**

RECURSOS SOBRE SALUD MENTAL

Crisis Intervention of Texas **832-416-1177**
(Intervención en caso de crisis de Texas)

Orientación gratuita, confidencial y anónima sobre prevención de crisis y suicidios las 24 horas todos los días.

Clínica Maternal Perinatal **713-873-2959**
Addiction Treatment (MPAT) or **713-873-6418**
(Tratamiento de las adicciones materno perinatales)
Ben Taub OB Clinic (Clínica de Obstetricia)|
Harris Health

Atención multidisciplinaria durante el embarazo y después del parto para mujeres con trastorno por consumo de sustancias MFM, Medicina de las adicciones, psicología clínica y coaches de recuperación entre pares

VÍCTIMAS DE ABUSO DOMÉSTICO

National Domestic Violence Hotline **800-799-7233 (SAFE)**
(Línea Directa Nacional contra la Violencia Doméstica)

Houston Area Women’s Center **713-528-2121**
Harris County Housing and Community Resource Center **832-927-4955**
(Centro de Recursos de Vivienda y Comunitarios del Condado de Harris)

PROGRAMAS DE ASISTENCIA FEDERALES Y ESTATALES*

Medicaid for Pregnant Women (Medicaid para mujeres embarazadas) – cobertura médica para mujeres de bajos recursos durante el embarazo y hasta dos meses después del parto.

CHIP Perinatal (Programa de Seguro de Salud Infantil [CHIP] perinatal) – cobertura similar para mujeres que carecen de seguro médico que no pueden obtener Medicaid. Visite hhs.texas.gov y busque “Medicaid for Pregnant Women” para obtener información.

CHIP – programa de seguro que ofrece cobertura de bajo costo para los niños de familiar que tienen ingresos superiores como para cumplir los requisitos para obtener Medicaid pero inferiores como para adquirir un seguro médico privado. Presente su solicitud por teléfono al **800-318-2596** o en línea a través del Mercado de Seguros Médicos.

Temporary Assistance for Needy Families – programa de beneficios basado en los ingresos que ayuda a las familias que tienen menores de 18 años con el pago de necesidades básicas (por ejemplo, transporte, servicios públicos, alimentos, ropa y vivienda). Llame al **877-541-7905** para obtener información.

Women, Infant and Children (WIC: Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños) de Texas – programa de beneficios alimentarios/nutricionales basado en los ingresos para mujeres embarazadas y familias con menores de hasta 5 años. Presente su solicitud en línea en texaswic.org/apply o llame al **800-942-3678** para obtener información.

Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP: Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria) – beneficios alimentarios que se depositan en la tarjeta Lone Star Card, que pueden utilizarse para pagar productos aprobados por SNAP o TANF. Presente su solicitud en yourtexasbenefits.com.

* Los beneficios se otorgan a los solicitantes que sean aprobados; pueden aplicar restricciones.