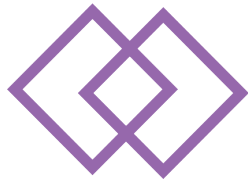




SORRY,

I'M NEW HERE

HEALTHCARE NAVIGATION MANUAL VOL. 2



YA ESTOY AQUÍ
HEALTHCARE COLLECTIVE

~~SORRY,~~ I'M NEW HERE

HEALTHCARE NAVIGATION MANUAL VOL. 2

COLABORADORES



Para comunicarte con nuestro equipo o conocer más sobre este trabajo, puedes visitarnos en www.yaestoyaquí.ca o escribirnos a info@yaestoyaquí.ca

Licenciado por **Ya Estoy Aquí Healthcare Collective** bajo una Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional. Se concede permiso para hacer copias y distribuir contenido de **Sorry, I'm New Here** ©, pero no para su venta.

POR:

Nuestro manual original de navegación en el sistema de salud, ***Ya Estoy Aquí***, fue creado por un equipo de cinco personas, compuesto predominantemente por mujeres latinas que recién llegaban a Toronto.

Sorry, I'm New Here, es el segundo volumen de esta serie de navegación en el sistema de salud, y se construye sobre las voces de personas que han vivido la realidad del asentamiento y la migración.

Para esta edición, ampliamos nuestro alcance y consultamos a miembros de la comunidad que reflejan las culturas, lenguas e historias representadas en el libro. Aunque hemos trabajado arduamente para incluir voces diversas, es importante reconocer los límites de nuestra representación. Hay innumerables perspectivas que aún no hemos logrado capturar plenamente. Experiencias moldeadas por la intersección de raza, género, discapacidad, orientación sexual y estatus migratorio. Estas ausencias no son fallas, sino recordatorios del trabajo continuo que requiere crear un recurso que refleje la verdadera complejidad de la experiencia de las personas recién llegadas.

PARA:

Sorry, I'm New Here es una guía creada para personas que navegan el sistema de salud en Toronto bajo el Programa Federal de Salud Provisional (IFHP, por sus siglas en inglés). Se basa en las experiencias reales de personas recién llegadas que aprendieron a desenvolverse en un sistema de salud complicado mientras enfrentan los desafíos de mudarse a un nuevo hogar.

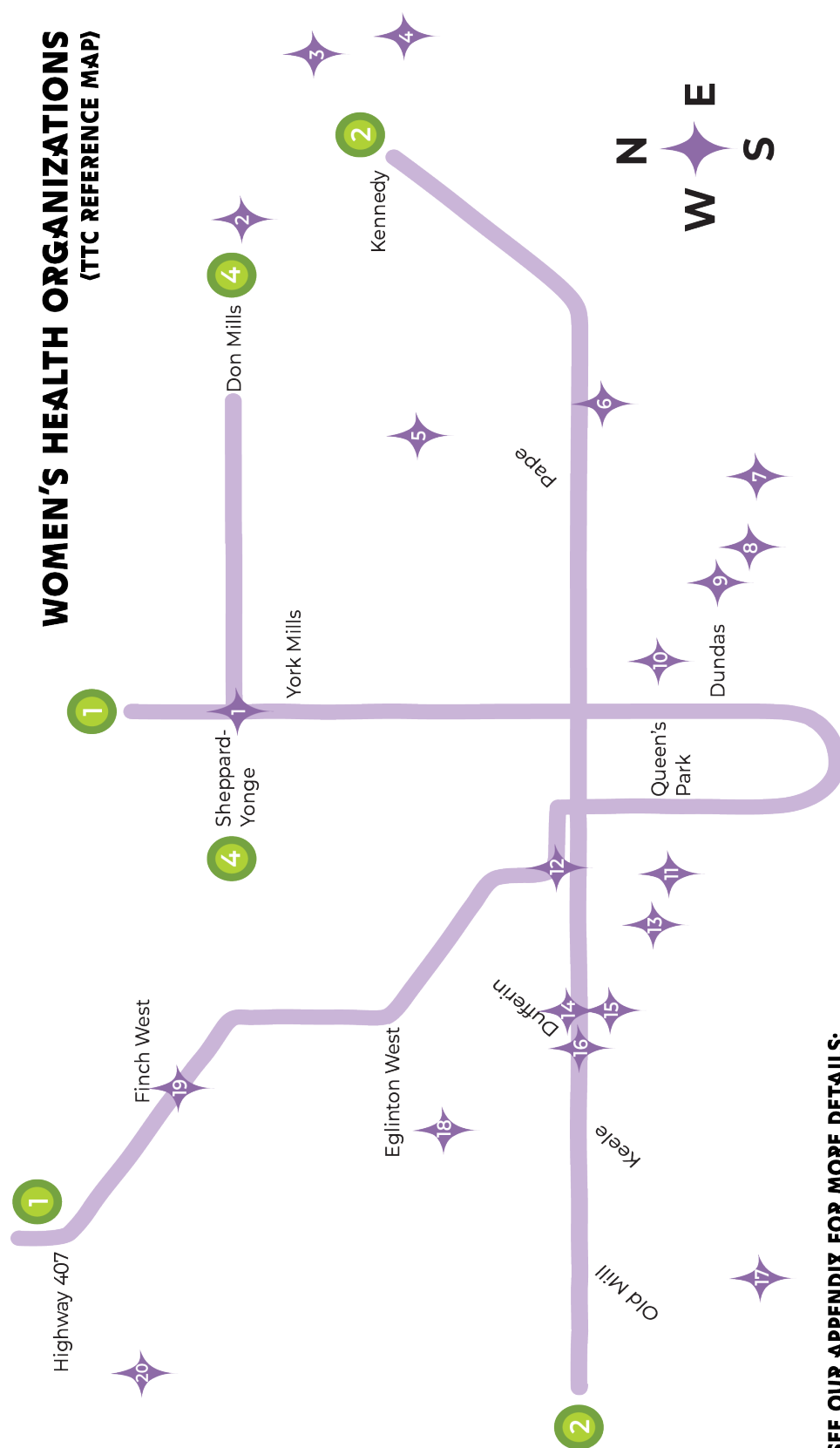
Personas recién llegadas que son nuevas en el sistema de salud de Canadá y necesitan consejos simples y paso a paso sobre cómo obtener la atención que necesitan.

Defensores comunitarios y proveedores de servicios que trabajan junto a personas recién llegadas y necesitan herramientas para ayudarlas a superar los desafíos del sistema.

Profesionales de la salud que desean aprender más sobre las dificultades específicas que enfrentan las personas recién llegadas, especialmente aquellas que no tienen una tarjeta OHIP y tratan de navegar el sistema de salud por su cuenta.

WOMEN'S HEALTH ORGANIZATIONS (TTC REFERENCE MAP)

Organizaciones de Salud para Mujeres (Mapa de Referencia del TTC)



SEE OUR APPENDIX FOR MORE DETAILS:

- | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------------|---|--|----|-------------------------------------|----|--------------------------------|----|------------------------------------|
| 1 | South Asian Legal Clinic of Ontario | 5 | The Midwives Clinic of East York Don Mills | 9 | Seventh Generation Midwives Toronto | 13 | IWHC | 17 | Midwife Alliance |
| 2 | Trillium Midwives | 6 | Riverdale Immigrant Women's Centre | 10 | Newcomer Women Services Toronto | 14 | Working Women Community Centre | 18 | Unison Health & Community Services |
| 3 | Scarborough Women's Centre | 7 | South Riverdale CHC - MATCH Program | 11 | Kensington Midwives | 15 | Sistering | 19 | West End Midwives |
| 4 | Diversity Midwives | 8 | Riverdale Community Midwives | 12 | Community Midwives Toronto | 16 | Midwives Collective of Toronto | 20 | BREATHE Midwives |

Consulta nuestro apéndice para más detalles.

APÉNDICE

{ NO HAY PUERTA EQUIVOCADA }

APOYO PARA NIÑAS, NIÑOS Y FAMILIAS

Black Creek CHC Pregnancy & Breastfeeding Support

Grupos prenatales gratuitos, asesoría en lactancia y terapia de masajes para mujeres embarazadas y nuevas madres.

CIBC Just for Kids Clinic

Clínica especializada en atención médica infantil.

Newborn Resource Package

Paquete de recursos para apoyar a parteras, personal hospitalario y proveedores de servicios en la defensa de la elegibilidad al OHIP de recién nacidos.

SMILE Canada - Support Services

Apoyo para niñas, niños y familias racializadas con discapacidades a través de acompañamiento hospitalario, fondos de accesibilidad, navegación de servicios y actividades inclusivas en más de 10 idiomas.

SMILE's Accessible Programming

Actividades y servicios inclusivos adaptados para niñas y niños con discapacidades.

Scarborough Centre EarlyON Child and Family Centre

Aprendizaje a través del juego, talleres para madres, padres y cuidadores, actividades familiares y referencias a recursos comunitarios.

Unison Health & Community Services - Prenatal Program

Sesiones semanales que ofrecen atención prenatal, orientación nutricional, apoyo a la lactancia y conexión con la comunidad para mujeres embarazadas.

Well Baby Visit

Seguimiento del crecimiento, desarrollo y salud de niñas y niños durante su infancia.

ATENCIÓN DENTAL

Filling the Gap Dental Outreach

Atención dental para personas con poco o ningún seguro de salud.

INFORMACIÓN GENERAL

Interim Federal Health Program (IFHP)

Qué cubre el IFHP.

Eligibility for IFHP

Quiénes están cubiertos bajo el IFHP.

Medavie Blue Cross IFHP Hotline

Asistencia sobre elegibilidad, beneficios y pagos de reclamos del IFHP.

UCI Number

Número de Identificación Único de Cliente, usado para verificar la elegibilidad del IFHP.

APOYO FINANCIERO

Ontario Works

Asistencia financiera para personas y familias que lo necesitan.

Special Diet Form (Ontario Works)

Formulario para personas que reciben Ontario Works y necesitan solicitar asignaciones dietéticas especiales.

Special Dietary Needs (Toronto)

Información sobre cómo solicitar apoyo para necesidades dietéticas especiales a través de Ontario Works.

Toronto Hardship Fund

Asistencia financiera para artículos médicos, servicios y gastos funerarios en Toronto.

SERVICIOS Y APOYO PARA PERSONAS

VIVIENDO CON VIH

AIDS Committee of Toronto (ACT)

Educación, apoyo y defensa para personas viviendo con VIH y SIDA.

Blue Door Clinic

Atención gratuita y confidencial para personas sin seguro médico que viven con VIH en Toronto.

CATIE

Fuente nacional de información sobre VIH y hepatitis C en Canadá.

Fife House's Linkage to Care

Conexión de personas recién llegadas viviendo con VIH a servicios de atención y apoyo.

HIV & AIDS Legal Clinic Ontario (HALCO)

Servicios legales gratuitos para personas viviendo con VIH y SIDA en Ontario

The PrEP Clinic

Atención accesible para VIH, PrEP y servicios de apoyo.

CUIDADO EN EL HOGAR

Caring Touch IFHP Network

Sistema centralizado de referencia para cuidado en el hogar, conectando a pacientes, proveedores de salud y servicios.

Referral Form

Formulario para facilitar referencias de cuidado en el hogar relacionadas al IFHP homecare referrals.

PROMOCIÓN DE LA SALUD, DEFENSA Y APOYO ESPECIALIZADO

Health Network for the Uninsured in Canada (HNUC)

Red que aboga por personas con poco o ningún seguro médico y las conecta a servicios de salud y comunitarios en el GTA y más allá.

Personal Health Cheat Sheet

Recurso para registrar información de salud personal y navegar de manera efectiva las opciones de atención médica.

Rexdale CHC's Diabetes Education

Program

Apoyo educativo y recursos para personas viviendo con diabetes para ayudarles a manejar su condición..

Sistering

Refugio seguro 24/7, comidas, apoyo, atención médica y recursos para mujeres marginadas y personas de género diverso.

Starter Kit

Recursos básicos listos para enfrentar problemas comunes entre personas recién llegadas.

TAIBU Community Health Centre

Servicios de salud holísticos para la comunidad negra en el Área Metropolitana de Toronto.

Women's Health in Women's Hands CHC

Atención médica accesible y holística para mujeres racializadas..

IDIOMA Y ACCESIBILIDAD

Access Alliance Language Services

Servicios de interpretación y traducción multilingüe para ayudar a personas recién llegadas a navegar el sistema de salud y servicios comunitarios.

Interpreter Contact List

Listado de servicios de interpretación para ayudar a superar las barreras lingüísticas al acceder a la atención médica.

LEGAL AID

FCJ Refugee Centre

Servicios de apoyo para personas recién llegadas, incluyendo navegación en el sistema de salud, asistencia legal y recursos comunitarios.

FCJ Refugee Centre - Refugee Hearing Process

Orientaciones virtuales para solicitantes de refugio y guía sobre el proceso de apelaciones.

My Refugee Claim

Recursos completos para personas que realizan solicitudes de refugio en Canadá.

Justice for Youth and Children

Servicios legales para personas menores de 25 años viviendo sin estatus en Ontario.

Settlement Agencies (Toronto)

Mapa de agencias de asentamiento en Toronto que ofrecen apoyo en vivienda, empleo, idioma y asistencia legal.

South Asian Legal Clinic of Ontario

Asistencia legal, educación y defensa para personas sudasiáticas de bajos ingresos.

SALUD MENTAL Y BIENESTAR

Canadian Centre for Victims of Torture

Terapia para trauma, apoyo en salud mental y defensa legal para sobrevivientes de tortura, guerra, genocidio y crímenes de lesa humanidad.

Madison Community Services - RISE

Apoyo para personas recién llegadas que enfrentan desafíos de salud mental y asentamiento en Toronto.

Nazca Health

Atención de salud mental sensible a la cultura y con enfoque de trauma para personas recién llegadas cubiertas por el IFHP.

The Pardesi Project

Apoyo en salud mental para comunidades sudasiáticas, abordando barreras culturales y sistémicas únicas.

The Wise Self Psychotherapy Clinic

Terapia flexible, sin lista de espera, para sanar heridas emocionales y mejorar el bienestar.

APOYO 2SLGBTQI+

The 519's Health Justice Hub

Servicios legales para personas menores de 25 años viviendo sin estatus en Ontario.

Among Friends (The 519)

Apoyo semanal para solicitantes de refugio LGBTQ+ para conectar y prosperar.

Rainbow Connect (TNG)

Espacio seguro para personas recién llegadas 2SLGBTQI+ para conectarse, aprender y crecer.

SERVICIOS DE PARTERAS

BREATHE Midwives

(647) 249-9562

Community Midwives Toronto

(416) 944-9366

Diversity Midwives

(416) 609-8187

Kensington Midwives

(416) 928-9777

Midwife Alliance

(416) 534-9161

The Midwives Clinic of East York

Don Mills

(416) 424-1976

Midwives Collective of Toronto

(416) 963-8842

Riverdale Community Midwives

(416) 922-4004

Seventh Generation Midwives Toronto

(416) 530-7468

Trillium Midwives

(905) 668-8520

South Riverdale CHC - MATCH Program

(416) 461-2493

West End Midwives

(416) 792-5665

ATENCIÓN MÉDICA PARA PERSONAS RECIÉN LLEGADAS

The Canadian Centre for Refugee and Immigrant Healthcare

Atención compasiva para refugiados e inmigrantes sin seguro médico.

Crossroads Clinic at Women's College Hospital

Clínica hospitalaria que ofrece atención primaria para personas refugiadas recién llegadas y solicitantes de asilo.

Donya Medical Clinic

Atención familiar centrada en la accesibilidad para poblaciones inmigrantes y refugiadas.

Refugee-Friendly Clinics

Lista de clínicas de salud familiarizadas con el Programa Federal de Salud Provisional (IFHP) que atienden a personas recién llegadas.

SanoMed Clinic

Medicina familiar, servicios de atención sin cita previa y consultas de PrEP, aceptando OHIP, UHIP e IFHP.

Urgent Care Centre at Scarborough Centenary Hospital

Atención médica rápida para condiciones no mortales que requieren atención inmediata.

ASENTAMIENTO, EMPLEO Y EDUCACIÓN

Becoming a Personal Support Worker

Información sobre el proceso para convertirse en Trabajadora o Trabajador de Apoyo Personal en Ontario.

Canadian Red Cross - First Contact Ontario

Información, referencias y apoyo para solicitantes de refugio, incluyendo acceso a refugios, salud, servicios legales y sociales.

Daily Bread Food Bank

Ayuda para localizar bancos de alimentos en el Área Metropolitana de Toronto.

FoodShare Toronto's Community Kitchen Program

Talleres de cocina para desarrollar habilidades, fortalecer conexiones y compartir comidas en Toronto.

Home Essentials Newcomer Support (HENS)

Artículos esenciales para el hogar para personas recién llegadas que buscan un nuevo comienzo.

Humanity First Food Bank

Banco de alimentos amigable con personas refugiadas, ofreciendo recolección y entrega de alimentos para familias de bajos ingresos.

Newcomer Women Services Toronto

Apoyo para mujeres inmigrantes y refugiadas en asentamiento, empleo y servicios de idiomas.

Ontario Colleges Pathways to PSW and Nursing

Opciones educativas para que PSWs avancen hacia convertirse en Enfermeras Prácticas Registradas.

Riverdale Immigrant Women's Centre

Programas de apoyo contra la violencia, empleo, capacitación y alfabetización digital para mujeres inmigrantes.

Scarborough Women's Centre

Apoyo en empleo, asesoría, seguridad alimentaria, servicios de asentamiento y programas comunitarios.

The Arab Community Centre of Toronto - AMAN Seniors Program

Apoyo para personas mayores inmigrantes a través de actividades culturales y sociales, incluyendo bienestar, escritura, capacitación tecnológica y eventos sociales.

Toronto Metropolitan University's Sanctuary Scholars Program

Acceso a la educación para estudiantes con estatus migratorio precario.

Vaughan Food Bank

Banco de alimentos amigable para personas refugiadas, ofreciendo más de siete días de alimentos nutritivos en cada visita para cada miembro de la familia.

Working Women Community Centre

Servicios de asentamiento, tutoría de idiomas, interpretación y referencias comunitarias.

Workers' Action Centre

Recursos y defensa de los derechos laborales, enfocados en el apoyo a personas en empleos precarios.

APOYO EN CASOS DE AGRESIÓN SEXUAL, TRATA DE PERSONAS Y VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO

Aura Freedom

Recursos, apoyo y defensa para combatir la explotación sexual y la violencia basada en género.

The Barbra Schlifer Commemorative Clinic

Asistencia legal y asesoría para sobrevivientes de violencia basada en género.

Covenant House Toronto

Refugio, apoyo y servicios para jóvenes en situación de calle.

Canadian Human Trafficking Hotline (1-833-900-1010)

Servicio confidencial disponible 24/7 que conecta a sobrevivientes con apoyo.

End FGM Canada Network

Recursos, educación y defensa para poner fin a la mutilación/corte genital femenina (FGM/C).

Flourish

Mejora del acceso, la concienciación y el apoyo en atención médica para sobrevivientes de FGM/C.

Legal Rights and Human Trafficking

Capacitación y recursos legales para combatir la trata de personas en Ontario.

Red Door Shelter

Refugio, apoyo y protección para mujeres y niños que escapan de la violencia doméstica.

Sexual Assault and Domestic Violence Care Centre at Scarborough and Rouge Hospital

Atención especializada gratuita para personas que han sufrido violencia sexual o doméstica, sin importar su estatus o cobertura médica.

Shelter Movers

Asistencia segura para mudanzas para sobrevivientes de abuso, mediante referidos.

Victim Services of Peel

Apoyo en crisis y servicios para personas que han experimentado trauma o violencia en la Región de Peel.

SALUD SEXUAL Y BIENESTAR

Doula at Birthmark Support

Apoyo personalizado de una doula para abortos, disponible antes, durante y después del procedimiento.

GB's Women's Clinic

Servicios gratuitos de aborto con medicamentos, disponibles de manera presencial, virtual o por teléfono.

IWHC

Clínica de salud sexual que atiende a personas inmigrantes, refugiadas y comunidades marginadas en Toronto.

Hassle Free Clinic

Servicios de salud sexual y reproductiva, incluyendo atención para abortos, en un ambiente de apoyo y sin juicios.

Maggie's Toronto

Apoyo, recursos, defensa y comunidad para trabajadoras y trabajadores sexuales en Toronto.

Planned Parenthood Toronto

Servicios de salud sexual y reproductiva, incluyendo información sobre aborto y anticoncepción.

VACUNACIÓN E IMUNIZACIÓN

Ontario's Publicly Funded Immunization Schedule

Detalles sobre las inmunizaciones de rutina cubiertas en Ontario.

CANImmunize

Herramienta digital para almacenar, acceder y recibir recordatorios sobre registros de vacunación.

Medical Requirements for Healthcare Workers

Requisitos médicos para profesionales y estudiantes de salud.

TDAP Vaccine

Protege contra el tétanos, la difteria y la tos ferina, recomendada una vez por embarazo.

Toronto Public Health Appointment Booking System

Plataforma para agendar citas para servicios de salud pública, como las vacunas

DIRECTORIO COMPLETO AQUI

{WEBSITE - DIRECCION - TELEFONO - EMAIL}



VOCES DE LA COMUNIDAD

DANAE REYES

Community Consultant

AMY CHENG

At Unison Health and
Community Services

ANURADHA GROVER-TEJPAL

Community Consultant

SUE FERRI

RN

ALEX MCLEAN

Paramedic

The Entire Staff at
**THE CANADIAN CENTRE FOR
REFUGEE AND IMMIGRANT
HEALTHCARE**

CHARLOTTE ZOH ACHU
RN & Community Consultant

MARIA BOADA

CMHA

MISHA HOSSAIN

Toronto North Local
Immigration Partnership

ELISA IBARRA & MIGUEL MÁIQUEZ

FCJ Refugee Centre

SOGOL ZAND

Canadian Red Cross

HAMED KARAGAH

Community Consultant

LAURA SOLIS

Riverdale Midwives

**KATE SELLEN & THE HEALTH
DESIGN STUDIO TEAM**

OCAD University

MARY ANN GATBONTON

Toronto Public Health

NKEIRUKA OSAGIE

ACT

SANDRA RAMIREZ ACUNA

Community Consultant

SARAH SHAHID

Decent Work and Health
Network

GNANUSHAN KRISHNAPILLAI

Justice for Youth and Children

The Entire Staff at
**THE MENNONITE NEW LIFE
CENTRE OF TORONTO**

HAMED KARAGAH

Community Consultant

LEAH VENEMA & MICHELLE GREEN

Chantel's Place

MELKER MANGUBAT

Caring Touch Home Health Care

JADE GUTHRIE

Food Share Toronto

SAMANTHA MACNEILL

Peel Anti-Human Sex Trafficking Strategy

TOMILOLA JOHN

Women's Health in Women's
Hands CHC

