



Guía de bienvenida del estado de Minnesota para gente recién llegada



Junio 2024



Guía de bienvenida del estado de Minnesota para gente recién llegada

Junio de 2024



Para formatos accesibles de esta información o asistencia con acceso adicional equitativo a servicios humanos, envíenos un correo electrónico a dhs.info@state.mn.us, llame al 651-431-2000, o utilice su servicio de retransmisión preferido. ADA1 (3-24)

Imprimido con un mínimo del 10 por ciento de material posconsumo. Por favor, recicle.

Tabla de contenido

Guía de bienvenida del estado de Minnesota para gente recién llegada	1
Tabla de contenido	3
¡Bienvenidos a Minnesota!.....	4
Cómo usar esta guía	4
Seguridad	4
Servicio telefónico e internet	5
Asistencia legal	6
Asistencia alimentaria	8
Asistencia de ingresos	10
Asistencia para refugio y vivienda	10
Atención medica y/o apoyo de salud mental.....	11
Cobertura de atención médica (seguro médico).....	13
Empleo para personas con autorización de trabajo.....	14
Oportunidades de capacitación laboral	14
Opciones para personas que esperan autorización de trabajo.....	16
Derechos de los empleados y seguridad en el lugar de trabajo.....	17
Identificación o Número de Identificación Personal del Contribuyente (ITIN)	17
Inscribir a un(a) niño(a) en la escuela.....	18
Aprender inglés	19
Transporte	19
Cosas que debe saber sobre la Ley de Discriminación de Minnesota.....	20
Recursos del gobierno local y de la comunidad	21
¿Preguntas?	21

¡Bienvenidos a Minnesota!

Esta guía es para personas que son nuevas en Minnesota. Incluye información y recursos importantes para ayudarle a establecerle.

Cómo usar esta guía

Esta guía proporciona información sobre varios temas como ayuda legal, apoyo alimentario y de ingresos, atención médica, inscripción escolar, tarjetas de identificación, seguridad y transporte. Encontrará enlaces a sitios web y números de teléfono para obtener más detalles.

Algunos de estos recursos le pedirán su ubicación actual para mostrarle los servicios cercanos. Pueden pedir su código postal. Un código postal es un número de 5 dígitos que indica una zona de correo específica. Puede buscar su código postal por dirección o ciudad y estado en tools.usps.com/zip-code-lookup.htm ([español](#)). También pueden pedirle su condado. Para encontrar su condado, visite [City-to-County Finder](#), elija 'MN' del menú desplegable y escriba el nombre de su ciudad o pueblo.

Si es nuevo en los EE. UU. o está ayudando a alguien que lo es, puede llamar al 211 para hablar [United Way First Call for Help](#) ([español](#)) en cualquier momento. Hablan inglés, español y 179 otros idiomas. Llame al 211 o envíe un mensaje de texto con su código postal al 898-211. Visite 211.org/get-help/new-us ([español](#)) para obtener información útil para los recién llegados. Estos servicios son gratuitos y privados. Hablará con un especialista en recursos comunitarios que conoce los sistemas federales, estatales y locales que pueden ayudarle.

Seguridad

Llame al 911 en caso de emergencia

Si está en peligro inmediato o tiene un problema médico grave, **llame al 911**. Este número lo conecta con la policía, paramédicos y bomberos. Ejemplos de emergencias incluyen:

- Emergencias médicas (dolor en el pecho, convulsiones, sangrado)
- Incendio (negocio, coche, edificio)
- Situación que amenaza la vida (peleas, persona con armas)
- Delitos en curso.

Puede obtener un intérprete para ayudarle. Para obtener más información sobre la ayuda para víctimas de delitos, visite dayoneservices.org/crime-victims/crime-help-mn/ ([español](#)).

Otros recursos de seguridad

Línea de crisis *Minnesota Day One*

Si usted o alguien que conoce está siendo lastimado, abusado o está experimentando explotación y tráfico sexual y/o explotación y tráfico laboral, la **Línea de Crisis *Minnesota Day One*** puede brindarle seguridad y apoyo. Una llamada lo conecta con un defensor capacitado para apoyar a víctimas de violencia doméstica, agresión sexual y trata de personas. Pueden ayudarle a encontrar un refugio y los servicios que necesita. **Llame al 1-866-223-1111** o envíe un **mensaje de texto al 612-399-9995** o visite el sitio web de [Day One](#) para obtener más información.

Centro de violencia sexual

Si usted o alguien que conoce ha sufrido una agresión sexual, el **Sexual Violence Center** proporciona apoyo en crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Ofrecen servicios gratuitos, respetuosos y confidenciales a los sobrevivientes, sus amigos y sus familias. **Llame al 612-871-5111** o visite [Necesito apoyo - Sexual Violence Center](#) para obtener más información. Hay interpretación disponible.

988 Lifeline

Si usted o alguien que conoce está pasando por una crisis personal, se siente ansioso, solo o tiene pensamientos suicidas, la **988 Lifeline** puede ayudar. Es una red nacional de centros de crisis locales disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, que proporciona apoyo emocional gratuito y confidencial. **Llame o envíe un mensaje de texto al 988** o visite [988lifeline.org](#) para obtener más información ([Español](#)).

Línea de texto para una crisis

Crisis Text Line ofrece apoyo de salud mental basado en texto y intervención en crisis las 24 horas del día, los 7 días de la semana, de manera gratuita. Voluntarios capacitados apoyan a las personas necesitadas. Para contactar la línea **Crisis Text Line**, envíe un **mensaje de texto con la palabra MN al 741741**.

Vea [más recursos de seguridad](#), incluida información sobre derechos parentales y robo de identidad ([Español](#)).

Servicio telefónico e internet

Tener un teléfono móvil y una conexión a internet confiable le ayuda a obtener información y encontrar apoyo.

Teléfonos móviles

Los servicios de teléfono sin contrato suelen ser los más fáciles de obtener. Un teléfono sin contrato le permite utilizar el servicio celular sin un acuerdo o contrato a largo plazo. La mayoría de los

proveedores de servicios inalámbricos ofrecen opciones sin contrato. Puede comprar minutos adicionales en línea o en tiendas de conveniencia.

Servicio de internet

La mayoría de las bibliotecas públicas ofrecen acceso gratuito a computadoras y Wi-Fi gratis. Puede haber un límite de tiempo para usar internet cada día, especialmente si otros están esperando. Para encontrar una biblioteca cercana, visite [Find a School or Public Library](#) y seleccione **Public Libraries** en el menú desplegable de **Search For** a la izquierda. Luego, ingrese su dirección y ciudad, y presione **Enter** o **Return** en su teclado.

Asistencia legal

Es importante entender su estatus migratorio, sus derechos y sus responsabilidades. Cada caso es diferente, por lo que debe hablar con un abogado de inmigración para obtener asesoramiento personalizado. Esta sección tiene recursos sobre proveedores de servicios legales e información sobre temas comunes de inmigración. Esta información no es asesoramiento legal y se proporciona solo con fines educativos.

Proveedores de servicios legales para asistencia general

Puede llamar a estas organizaciones para una consulta o asesoramiento, pero su capacidad para representarte depende de su disponibilidad y no está garantizada.

- [Advocates for Human Rights](#) – Llame al **612-341-9845** o [complete el formulario](#) de admisión de clientes en línea para solicitar una consulta. También hay recursos de autoayuda disponibles en su [sitio web](#).
- [Immigrant Law Center of Minnesota](#) – Llame al **1-800-223-1368** para solicitar una consulta. Si estás detenido por ICE o llamas por alguien bajo custodia de ICE, llama al **651-641-1011**.
- [Southern MN Regional Legal Services](#) – Llame al **1-877-696-6529** o [complete el formulario](#) de admisión de clientes en línea para solicitar una consulta.
- [Mid-MN Legal Aid \(MMLA\)](#) — Llame al **1-877-696-6529** o **612-334-5970** para solicitar una consulta.
- [Legal Services of Northwest MN](#) – Llame al **218-233-8585** o [complete el formulario](#) de admisión de clientes en línea para solicitar una consulta.
- [Volunteer Lawyers Network](#) – Llame al **612-752-6677** o [complete el formulario](#) de admisión de clientes en línea para solicitar una consulta.
- [University of Minnesota Law School Center for New Americans, Detainee Rights Clinic](#) – Los detenidos de inmigración en MN pueden llamar al 612-625-5515 de forma gratuita. Las familias y amigos pueden enviar un correo electrónico a detainee@umn.edu.

Encontrar un abogado

Encuentre un abogado privado de buena reputación a través de la Búsqueda de Abogados de la Asociación Americana de Abogados de Inmigración: ailalawyer.com.

Recursos sobre asilo

- [Información del Servicio de Ciudadanía e Inmigración de los Estados Unidos sobre la solicitud de asilo](#)
 - Si es elegible para el asilo, puede obtener permiso para quedarse en los EE. UU. Para solicitar asilo, debe presentar el Formulario I-589, Solicitud de Asilo y de Suspensión de Remoción ([español](#)), dentro de un año de su llegada a los EE. UU. Puede incluir a su cónyuge e hijos en su solicitud de asilo cuando la presente o en cualquier momento antes de que se tome una decisión final. Para incluir a su hijo, deben ser menores de 21 años y solteros.
 - Si tiene una solicitud de asilo pendiente, **puede** ser elegible para solicitar una **autorización de empleo**. Para solicitarla, debe presentar el Formulario I-765, Solicitud de Autorización de Empleo ([español](#)) 150 días después de presentar su solicitud de asilo. No puede recibir un Documento de Autorización de Empleo (EAD) hasta que su solicitud de asilo haya estado pendiente durante al menos otros 30 días, sumando un total de 180 días, a menudo llamado el Reloj de 180 Días del EAD de Asilo.
- **El Proyecto de Defensa de los Solicitantes de Asilo (ASAP)** creó un video detallado "[Decidiendo si solicitar asilo en los Estados Unidos](#)". El video también discute otras opciones legales potenciales, incluidas la visa T, la visa U, la Ley de Violencia Contra la Mujer (VAWA) y más.
- **Innovation Law Lab** publicó un video útil "Asilo: Tu caso está en tus manos". Disponible aquí en [español](#).
- [El Proyecto de Derechos de los Inmigrantes y Refugiados de Florence](#) ha creado muchos recursos para inmigrantes, refugiados y solicitantes de asilo.
 - Guía del Proyecto Florence para el Asilo (para menores no acompañados): [español](#).
 - Guía del Proyecto Florence para el Estatus de Inmigrante Juvenil Especial (para menores no acompañados): [español](#).
 - Guía del Proyecto Florence para el Asilo (para adultos): [español](#).

Información general sobre ICE/Corte de inmigración

Si el *U.S. Department of Homeland Security* (DHS) le procesó cuando ingresó al país, es muy importante asistir a todas las citas con el *Immigration and Customs Enforcement* (ICE) y a todas las audiencias en la corte de inmigración. Si falta a una sola audiencia o cita, podría ser ordenado a abandonar el país (deportación).

- Puede **obtener más información sobre su próximo paso de inmigración o fecha de audiencia** llamando al **1-800-898-7180** o visitando [acis.eoir.justice.gov/en/](https://www.acis.eoir.justice.gov/en/).
- Visite ice.gov/check-in para obtener información de ICE si fue liberado de la custodia a lo largo de la frontera suroeste de los EE. UU. y se le indicó que se presentara en una oficina de ICE.
- Para **encontrar ubicaciones**, números de teléfono y direcciones de correo electrónico de ICE cerca de usted, visite ice.gov/contact/field-offices.
- **Cambio de dirección** - Si tiene un caso de inmigración y se ha mudado, es muy importante informar a la corte de inmigración su nueva dirección lo antes posible. Puede hacerlo llenando este [formulario](#). Complete un formulario separado para cada miembro de la familia.
- **Cambio de lugar** - Si ahora vive lejos de la corte de inmigración donde se llevará a cabo su audiencia, puede presentar una moción para cambiar la ubicación. Esta guía de autoayuda ([español](#)) fue creada por el *U.S. Department of Justice's (DOJ) Executive Office of Immigration Review (EOIR)*.

I-94s

[Un Formulario Electrónico I-94](#) es un registro que muestra la fecha en que ingresó a los EE. UU., su estatus y su fecha de salida si ingresó con documentos válidos. Si perdió este formulario, puede obtener su I-94 más reciente en línea ([español](#)).

Protéjase de las estafas y fraudes de inmigración

Muchas personas y empresas ofrecen ayuda con servicios de inmigración, pero no todas están autorizadas para hacerlo. Si necesita asesoramiento legal sobre asuntos de inmigración, asegúrese de que la persona que le ayude esté autorizada para dar asesoramiento legal.

Solo un abogado o un representante acreditado que trabaje para [una organización reconocida por el Department of Justice](#) puede darle asesoramiento legal. En los EE. UU., los “notarios” o “Notaries” NO están capacitados ni autorizados para asistir en asuntos de inmigración o dar orientación legal. Para encontrar un abogado, organización reconocida o representante acreditado cerca de usted, llame al 1-877-696-6529 o visite el sitio web de [LawHelpMN](#) y seleccione ‘Inmigración’ bajo los ‘Temas Legales’ y luego seleccione su condado ([español](#)).

Visite [Evite Estafas](#) del Servicio de Ciudadanía e Inmigración de los Estados Unidos y la página de [Estafas contra Inmigrantes](#) de la Comisión Federal de Comercio para obtener información y recursos sobre estafas y fraudes. También puede visitar [stopnotariofraud.org](#).

Si descubre que es víctima de una estafa de inmigración, informe a la persona o organización al fiscal general de Minnesota llamando al **651-296-3353** (si está en Minneapolis o St. Paul) o al **1-800-657-3787** (si está fuera de Minneapolis o St. Paul). También puede reportar el fraude a la Comisión Federal de Comercio llamando al **1-877-382-4357**, presione 3 para una lista de idiomas y luego 0 para más idiomas o en [ReportFraud.ftc.gov](#) ([español](#)).

Conozca sus derechos

Incluso si no tiene un estatus migratorio legal, aún tiene derechos cuando está en los EE. UU.

Para obtener información adicional, visite [la página de Conozca sus derechos del Centro de Derecho de Inmigrantes](#) de Minnesota o [los Folletos de Conozca sus Derechos de la Asociación Americana de Abogados de Inmigración](#).

Asistencia alimentaria

Despensas de alimentos y otros apoyos alimentarios

Puede encontrar alimentos gratuitos cerca de usted a través de la Línea de Ayuda Alimentaria de Minnesota de *Hunger Solutions*. Visite [el sitio web de Hunger Solutions](#) e ingrese su ubicación (dirección, ciudad o código

postal) o llame al **1-888-711-1151** para obtener información sobre despensas de alimentos, comidas gratuitas u otros recursos en su área.

La Línea de Ayuda está abierta de lunes a viernes de 10 a.m. a 5 p.m.

MN 211 ([español](#)) ofrece ayuda en vivo las 24 horas del día. Puede **llamar al 2-1-1** o enviar **un mensaje de texto con su código postal al 898-211**.

Programa de *Women, Infants, and Children* (WIC)

El [Minnesota Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants & Children \(WIC\)](#) ayuda a mujeres embarazadas, nuevas madres, bebés y niños pequeños hasta los 5 años. WIC proporciona educación nutricional, alimentos saludables, apoyo para la lactancia materna y referencias a otros servicios en la comunidad.

Solicite WIC

- [Solicite WIC](#) (Solicitud en línea para WIC de Minnesota)
- Encuentre su clínica local de WIC – [Directorio de agencias WIC](#)

Para más información

- Visite la página web del [Programa WIC de Minnesota](#)
 - [Información en español](#)
 - [Af Soomaali](#)
 - [Folleto de bienvenida a WIC](#)
- Vea el video de bienvenida a WIC:
 - inglés - <https://youtu.be/JKXPbX3iwZs>
 - español - <https://youtu.be/gPR8mknReFO>
 - somalí - <https://youtu.be/dKYIplRjHZc>
 - hmong - <https://youtu.be/Zlg7D2fMYCQ>
 - karen - <https://youtu.be/yylSjVv-gyI>
 - pashto - <https://youtu.be/k5CL-NZCmgc>

Supplemental Assistance Program (SNAP)

SNAP ayuda a los hogares elegibles a comprar alimentos en supermercados o mercados de agricultores. Las familias elegibles y los inmigrantes calificados pueden solicitar SNAP en línea en <https://mnbenefits.mn.gov/> ([español](#)) o en su [oficina local del condado o tribal](#). Hay [especialistas en SNAP](#) disponibles para ayudar con las solicitudes. Puede conectarse con un especialista en SNAP, o llamar a la línea directa de SNAP al **651-431-4050** en el área de los *Twin Cities* o al **1-800-657-3698** fuera del área metropolitana. Obtenga más información sobre el programa ([español](#)).

Minnesota Food Assistance Program (MFAP)

El [Minnesota Food Assistance Program \(MFAP\)](https://mnbenefits.mn.gov/) proporciona asistencia alimentaria a no ciudadanos de 50 años o más que no califican para SNAP debido a su estatus de ciudadanía. Las personas elegibles pueden solicitar en línea en <https://mnbenefits.mn.gov/> ([español](#)) o en su [oficina local del condado o tribal](#).

Obtenga más información sobre el programa ([español](#)).

Asistencia de ingresos

Minnesota Family Investment Program (MFIP)

MFIP ayuda a las familias con hijos a satisfacer sus necesidades básicas y ayuda a los padres a trabajar hacia la estabilidad financiera. Las familias elegibles y los inmigrantes calificados pueden solicitar MFIP en línea en <https://mnbenefits.mn.gov/> ([español](#)) o en su [oficina local del condado o tribal](#).

Obtenga más información sobre el programa ([español](#)).

General Assistance (GA)

General Assistance ayuda a las personas sin hijos a pagar las necesidades básicas. Proporciona dinero a personas que no pueden trabajar lo suficiente para mantenerse y tienen ingresos y recursos muy bajos. GA proporciona asistencia temporal en efectivo o asistencia de emergencia para vivienda a personas solteras elegibles. Los inmigrantes elegibles y calificados pueden solicitar GA en línea en <https://mnbenefits.mn.gov/> ([español](#)) o en su [oficina local del condado o tribal](#).

Obtenga más información sobre el programa ([español](#)).

¿Le preocupa aceptar beneficios y la “carga pública”?

Si está solicitando una tarjeta verde (estatus de residente permanente legal), visa/extensión de visa, o un cambio de estatus, debe pasar una prueba de "carga pública" para ver si dependerá de los beneficios del gobierno. Si no está seguro si esto se aplica a usted o a un miembro de su familia, hable con un abogado de inmigración. Obtenga más información ([español](#)).

Asistencia para refugio y vivienda

Los recursos de refugio y vivienda están disponibles localmente en todo Minnesota. El Estado tiene Sistemas de Entrada Coordinada para ayudar a las personas que experimentan la falta de vivienda a acceder a vivienda y servicios en su área. Si está sin hogar en Minnesota, visite este recurso para [Puntos de Acceso de Entrada](#)

[Coordinada](#). Usando el mapa, haga clic en su condado y los contactos de Entrada Coordinada aparecerán debajo del mapa. Puede imprimir la lista de recursos para su condado.

- Si necesita un lugar para quedarse esta noche, [su condado puede dirigirlo a un refugio](#).
- Si está huyendo de un entorno inseguro, contacte la Línea de [Day One Crisis](#) llamando al **1-866-223-1111**.
- Si usted o su familia están actualmente sin hogar o en riesgo de quedarse sin hogar, contacte a un proveedor del [Family Homeless Prevention and Assistance Program \(FHPAP\)](#).
- Si necesita asistencia para el alquiler, puede solicitarla contactando a un proveedor de [Continuum of Care](#) en su región.

Recursos adicionales de refugio y vivienda

- Para asistencia federal de alquiler, contacte a su [Agencia de Vivienda Pública local](#).
- [HousingLink](#) puede ayudarle a encontrar propiedades de alquiler en todo Minnesota.
- Visite [Housing Benefits 101](#) para obtener información sobre opciones de vivienda en Minnesota.
- Se puede encontrar más información sobre cómo encontrar o pagar la vivienda en la página web de Minnesota Housing's [Find Housing Help](#).

También puede contactar a *United Way First Call for Help* llamando al **211** o enviando un mensaje de texto con su código postal al **898-211**. Ellos lo referirán a los recursos disponibles.

Atención médica y/o apoyo de salud mental

En los EE. UU., usted tiene derechos importantes en cuanto a la atención médica. Tiene derecho a servicios de interpretación y tiene derecho a la privacidad. Esto significa que su médico o enfermera no pueden compartir su información de salud sin su permiso.

Atención de emergencia

Llame al 911 en caso de emergencia. Una emergencia es cualquier problema médico grave (dolor en el pecho, convulsiones, sangrado), cualquier tipo de incendio (negocio, coche, edificio), cualquier situación que amenace la vida (peleas, persona con armas, etc.) o para reportar un crimen en progreso.

Federally Qualified Health Centers (FQHC)

Los FQHC son centros de salud comunitarios que brindan servicios de atención médica gratuitos o de bajo costo a personas que no tienen seguro de salud. Ofrecen muchos servicios, incluyendo:

- Atención primaria y preventiva integral
- Servicios pediátricos
- Atención dental
- Salud de la mujer
- Salud conductual/mental

- Servicios de laboratorio
- Consejería y pruebas de VIH/SIDA
- Y mucho más.

Los centros de salud están ubicados en todo el estado. Para encontrar el centro de salud más cercano, visite mnhealthcenters.org/find-healthcare.

Directorio de servicios de salud

El [Directorio de Servicios de Salud](#) es un recurso que incluye hospitales, clínicas, organizaciones y servicios de bajo costo y amigables para los inmigrantes. Incluye servicios dentales, servicios para discapacidades, servicios para violencia doméstica y agresión sexual, servicios de salud, servicios de salud a domicilio, líneas de ayuda, servicios de salud mental y servicios de visión.

Inmunizaciones

Vacunas para niños

Las vacunas para niños están disponibles a bajo costo o sin costo para todos en Minnesota menores de 18 años, independientemente del seguro o estatus migratorio. Contacte a un [Federally Qualified Health Center](#), a su condado, o use este [mapa](#) para encontrar un proveedor médico. Obtenga más información sobre las vacunas para niños ([español](#)).

Los niños necesitan vacunas para la escuela y el cuidado infantil. Envíe un registro de salud a su escuela que incluya todas las vacunas que su hijo ha recibido. Puede averiguar qué vacunas son necesarias o cómo obtener una exención visitando [Vacunas para Infantes, Niños y Adolescentes](#).

Vacunas para adultos

Las vacunas para adultos que no tienen seguro están disponibles a bajo costo o sin costo en una base limitada, independientemente del estatus migratorio. Contacte a un Centro de Salud Calificado Federalmente, a su condado, o use este mapa para encontrar un proveedor médico. Obtenga más información sobre el programa que proporciona acceso a vacunas gratuitas o de bajo costo para adultos ([español](#)).

También se llevan a cabo clínicas de vacunación gratuitas en todo el estado en ciudades locales. Puede [localizar una clínica cerca de usted](#) y ver el tipo de vacunas que se ofrecen.

Apoyo para la salud mental

[Mental Health Minnesota](#) proporciona información y referencias para apoyo emocional y otras preocupaciones de salud mental. Están disponibles de lunes a viernes, de 9 a.m. a 5 p.m., en el **1-800-862-1799** o [chat en línea](#).

Minnesota Peer Support Connection Warmline es otro recurso de salud mental. **Llame o envíe un mensaje de texto al 1-844-739-6369** (de 5 p.m. a 9 a.m.).

Si tiene pensamientos suicidas o está experimentando una crisis de salud mental o de abuso de sustancias, **llame o envíe un mensaje de texto al 988** para comunicarse con la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis 988 ([español](#)). Los usuarios de lenguaje de señas pueden **llamar al 973-870-0677** por videoteléfono para apoyo emocional.

Cobertura de atención médica (seguro médico)

[Medical Assistance \(MA\)](#) es el programa de *Medicaid* de Minnesota para personas con bajos ingresos. MA no requiere que pague una prima mensual. Los miembros de MA tienen pequeños copagos por algunos servicios, generalmente de \$1 a \$3. Puede verificar si califica para *Medical Assistance* en MNsure y solicitar en línea en <https://www.mnsure.org> ([español](#)). [LawHelpMN](#) también tiene más recursos sobre programas de atención médica del gobierno ([español](#)).

Elegibilidad de inmigrantes para *Medical Assistance*

Si usted no es ciudadano(a), la cobertura de salud que puede obtener depende de su estatus migratorio y de cuándo llegó a los EE. UU.

- Algunas mujeres pueden recibir cobertura solo durante el embarazo.
- Algunas personas pueden recibir cobertura solo para una emergencia de atención médica.
- Algunas personas pueden recibir cobertura completa. Por favor, llame a los *Minnesota Health Care Programs* (MHCP) para verificar la elegibilidad **al 651-297-3862 o al 1-800-657-3672** y obtener más información sobre la [cobertura de atención médica para no ciudadanos](#).

Emergency Medical Assistance (EMA)

Los no ciudadanos con estatus migratorio temporal o sin estatus válido pueden calificar para *Emergency Medical Assistance (EMA)*. También debe cumplir con otras reglas del programa, incluidos los límites de ingresos y la residencia en el estado.

Las siguientes personas pueden calificar para EMA:

- No ciudadanos sin un estatus migratorio legal para la elegibilidad de *Medical Assistance (MA)*, incluidos los no ciudadanos con estatus de *Deferred Action for Childhood Arrivals (DACA)*.
- No ciudadanos de 21 años o más con un estatus migratorio legal que no son elegibles para *Medical Assistance (MA)* porque no tienen un estatus migratorio calificado para *Medical Assistance (MA)* o que no han vivido en los EE. UU. en un estatus calificado durante cinco o más años.

La atención de emergencia generalmente cubre la atención hospitalaria, pero puede incluir visitas al médico, recetas, atención de salud mental y otros servicios necesarios. Su médico puede necesitar proporcionar más información para que obtenga esta cobertura. Obtenga más información sobre EMA ([español](#)).

Empleo para personas con autorización de trabajo

El Estado de Minnesota y sus socios ofrecen muchos programas y servicios para ayudarle a encontrar un trabajo. Muchos de estos servicios están disponibles en el sitio web de *CareerForce* ([español](#)).

Nota: Se puede necesitar autorización de trabajo para acceder a estos servicios y recursos.

CareerForce

CareerForce está aquí para ayudarle a prepararse y encontrar un buen trabajo. Con muchas vacantes en casi todas las industrias en todo el estado, ahora es un buen momento para encontrar el trabajo adecuado para usted! *CareerForce* cuenta con consejeros profesionales de empleo en todo Minnesota que pueden ayudarle a encontrar un trabajo que satisfaga sus necesidades y le ayude a alcanzar sus metas profesionales.

Pueden adaptar sus habilidades a los trabajos disponibles o conectarlo con oportunidades de capacitación a corto plazo que conduzcan a un buen empleo en el futuro. Llame al 651-259-7500 para obtener ayuda o consulte los recursos en línea ([español](#)).

Encuentre el [CareerForce más cercano a usted](#).

Si viaja a Minnesota para ayudar con la agricultura, el procesamiento de alimentos u otro trabajo agrícola estacional, hay servicios disponibles para ayudarle. Los Servicios para Trabajadores Agrícolas Migrantes y Estacionales pueden ayudarle a encontrar trabajo, conectarlo con recursos comunitarios, asistirle si tiene un problema con un empleador y proporcionarle información sobre los servicios de *CareerForce*.

Los representantes de divulgación agrícola de *CareerForce* pueden proporcionar servicios en inglés y español:

- Faribault: Martha Castaneda - **507-330-4224**
- Mankato: Janie Sandoval - **507-508-0230**
- Rochester: Adriana Campbell - **507-884-0098**
- Willmar: Lorena Lindemann - **320-441-6569**

Oportunidades de capacitación laboral

Consulte estos recursos adicionales para capacitación que puede llevar a un empleo reenumerado:

TIPO DE EDUCACIÓN O CAPACITACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LA EDUCACIÓN O CAPACITACIÓN	TIEMPO PARA COMPLETAR	CUANDO COMPLETE, USTED:
Diploma de escuela secundaria o equivalencia de escuela secundaria (GED)	Se obtiene un diploma cuando se gradúa de la escuela secundaria. Se obtiene un GED al completar una alternativa a la escuela secundaria, generalmente cumpliendo con los requisitos del Diploma para Adultos de Minnesota o tomando el examen GED. Para encontrar un programa que ayude a los adultos a obtener su diploma, visite el sitio web de la Línea Directa de Alfabetización para Adultos de Minnesota o llame al 1-800-222-1990 .	La preparación para el Diploma para Adultos o el GED toma el tiempo que necesite, la Educación Básica para Adultos (ABE) puede ayudarle a prepararse.	• Calificará para muchos trabajos. • Calificará para ingresar a la universidad o a un programa de capacitación postsecundaria.
Encuentre una ubicación de Educación Básica para Adultos (ABE) cerca de usted	Esto incluye inglés como Segundo Idioma (ESL o EL) y habilidades básicas como matemáticas relacionadas con el trabajo, computación, lectura y escritura. Esta educación está disponible en todo el estado sin costo para los aprendices adultos.	1 mes o el tiempo que necesite	• Aprenderá inglés o mejorará la alfabetización. • Refrescará habilidades básicas. • Mejorará las perspectivas de trabajo de nivel inicial.
Capacitación a corto plazo	Clases ofrecidas a través de organizaciones comunitarias o programas en escuelas que duran hasta dos años. Esta capacitación le ayuda a aprender o refrescar software, negocios, idiomas u otras habilidades.	Hasta 2 años	• Calificará para muchos trabajos • Avancará en una carrera
Certificación	Esta es una credencial que se obtiene al tomar un examen para demostrar su conocimiento o habilidades. Puede requerir experiencia laboral y/o capacitación.	La prueba toma 1 día	• Cumplirá con los requisitos laborales. • Se mantendrá competitivo en su campo.
Aprendizaje	Esta es una combinación formal de capacitación y trabajo remunerado a tiempo completo. Los aprendizajes se ofrecen para muchas ocupaciones a través de empleadores, sindicatos y asociaciones.	1 a 6 años	• Ingresará a un trabajo de alta habilidad y alta remuneración. • Se capacitará mientras gana un salario

Capacitación en Trayectorias Profesionales para Adultos	Oportunidades de capacitación para trayectorias profesionales en demanda. Para obtener más información, llame al 651-259-7500 para asistencia o ubique el CareerForce más cercano .	1 mes o el tiempo que necesite, dependiendo de la trayectoria profesional.	Se preparará para ingresar a un trabajo de alta habilidad y alta remuneración
---	--	--	---

Opciones para personas que esperan autorización de trabajo

Si está esperando recibir su autorización de trabajo, aún puede ser elegible para oportunidades de capacitación que pueden ayudarle a avanzar en su carrera mientras espera.

TIPO DE EDUCACIÓN O CAPACITACIÓN	DESCRIPCIÓN DE LA EDUCACIÓN O CAPACITACIÓN	TIEMPO PARA COMPLETAR	CUANDO COMPLETE, USTED:
Diploma de escuela secundaria o equivalencia de escuela secundaria (GED)	Se obtiene un diploma cuando se gradúa de la escuela secundaria. Se obtiene un GED al completar una alternativa a la escuela secundaria, generalmente cumpliendo con los requisitos del Diploma para Adultos de Minnesota o tomando el examen GED. Para encontrar un programa que ayude a los adultos a obtener su diploma, visite el sitio web de la Línea Directa de Alfabetización para Adultos de Minnesota o llame al 1-800-222-1990 .	La preparación para el Diploma para Adultos o el GED toma el tiempo que necesite. La Educación Básica para Adultos (ABE) puede ayudarle a prepararse.	- Calificará para muchos trabajos. - Calificará para ingresar a la universidad o a un programa de capacitación postsecundaria.
Encuentre una ubicación de Educación Básica para Adultos (ABE) cerca de usted	Esto incluye inglés como Segundo Idioma (ESL o EL) y habilidades básicas como matemáticas relacionadas con el trabajo, computación, lectura y escritura. Esta educación está disponible en todo el estado sin costo para los aprendices adultos. Para encontrar un programa ABE aprobado que le ayude a obtener su diploma como adulto, visite el sitio web de la Línea Directa de Alfabetización para Adultos de Minnesota o llame al 1-800-222-1990 .	1 mes o el tiempo que necesite	- Aprenderá inglés o mejorará la alfabetización. - Refrescará habilidades básicas. - Mejorará las perspectivas de trabajo de nivel inicial.

Derechos de los empleados y seguridad en el lugar de trabajo

Robo de salarios

¿Tiene salarios no pagados? ¿Le pagaron menos del salario mínimo o no le pagaron horas extra? Eso es robo de salarios. Cuando un empleador evita pagar o no paga los salarios ganados por sus empleados, es robo de salarios. El robo de salarios es ilegal. Es su derecho recibir pago. Los Estándares Laborales le ayudarán a presentar una reclamación salarial para resolver casos de salarios no pagados. Para obtener ayuda gratuita para presentar una reclamación salarial, **envíe un correo electrónico a** dli.laborstandards@state.mn.us o **llame al 651-284-5075 o al 1-800-342-5354.**

Seguridad en el lugar de trabajo

Tiene derecho a un lugar de trabajo seguro. Los empleados tienen derecho a presentar quejas sobre la seguridad en el lugar de trabajo y los peligros para la salud. Si necesita presentar una queja, **envíe un correo electrónico a** osha.compliance@state.mn.us o **llame al 651-284-5050 o al 1-877-470-6742.**

Compensación para trabajadores

Si tiene una lesión relacionada con el trabajo, es posible que los beneficios de Compensación para Trabajadores de Minnesota estén disponibles para usted. Visite la Guía del empleado del sistema de compensación para trabajadores de Minnesota ([español](#)) para obtener más información. También puede llamar a [la mesa de ayuda para soporte en vivo](#) de 8 a.m. a 4:30 p.m., de lunes a viernes. **Llame al 651-284-5005 (presione 3) o al 1-800-342-5354 (presione 3) o envíe un correo electrónico a** helpdesk.dli@state.mn.us.

Protecciones adicionales para empleados y recursos sobre derechos en el lugar de trabajo

- [Tiempo ganado de enfermedad y seguridad \(ESST\)](#)
- [¿Está embarazada o es madre primeriza?](#)
- [Lo que necesita saber sobre la situación laboral en la industria de la construcción](#)
- [Robos de salarios en Minnesota: información del trabajador](#)
- [Lo que los empleadores de Minnesota deben saber sobre el salario mínimo](#)

Identificación o Número de Identificación Personal del Contribuyente (ITIN)

Identificación estatal o con fotografía

Los residentes de Minnesota pueden obtener una tarjeta de identificación estatal independientemente de su estatus migratorio bajo el programa de Licencia de Conducir para Todos ([español](#)). Esta tarjeta es solo para identificación y no puede usarse para conducir.

Licencia de conducir de Minnesota

Esta es otra forma de identificación estatal requerida para conducir. Para obtener una licencia de conducir de Minnesota, debe ser elegible y aprobar un examen escrito y de manejo. Puede obtener una licencia de Minnesota independientemente de su estatus migratorio. Debe tener una [cita](#) para los exámenes. Puede solicitar en persona una identificación estatal o una licencia de conducir en una ubicación de los Servicios de Vehículos de Minnesota. Encuentre una [ubicación cerca de usted](#).

Identificación o Número de Identificación Personal del Contribuyente (ITIN)

El *Internal Revenue Service* (IRS) del gobierno federal ([español](#)) creó el ITIN para permitir que los ciudadanos extranjeros y las personas sin un número de seguro social, incluidas las personas sin estatus migratorio, cumplan con las leyes fiscales de EE. UU. y paguen impuestos en EE. UU. Un ITIN no es un número de seguro social y no proporciona estatus migratorio legal ni autorización para trabajar.

Para obtener más información sobre el ITIN, incluido si debe solicitarlo, lea [esta hoja informativa](#) escrita por el *American Immigration Council*. Si decide solicitar un ITIN, el *Internal Revenue Service* (IRS) proporciona soporte gratuito para la solicitud ([español](#)).

Otra documentación

Si necesita documentación de su país de origen, como una copia de un acta de nacimiento o un certificado de matrimonio, hay 33 países representados dentro del Cuerpo Consular de Minnesota. Vea la [lista de consulados](#) en Minnesota.

Muchos países también mantienen consulados permanentes en Chicago, que cubren Minnesota. Vea [la lista completa](#) de embajadas y consulados extranjeros en los EE. UU.

Inscribir a un(a) niño(a) en la escuela

Minnesota ofrece educación pública gratuita para niños desde los 5 años, en *kindergarten* (K), hasta el grado 12, en el distrito escolar donde vive. Para encontrar su distrito escolar, utilice este [mapa](#). Para inscribir a su hijo en la escuela, comuníquese con su distrito escolar local. Para obtener ayuda, consulte [la Guía para Padres o Guardianes sobre la Escuela](#), disponible en inglés, español, karen, somalí, amárico, oromo y ucraniano. Para obtener más ayuda, llame a la Línea de Soporte Comunitario del Departamento de Educación de Minnesota al 651-785-4064.

Head Start es un programa de preparación escolar para niños hasta los 5 años que es gratuito para familias de bajos ingresos, independientemente del estatus migratorio, según la [elegibilidad](#). Encuentre un *Head Start* cerca de usted ([español](#)).

Aprender inglés

Hay muchos lugares donde puede inscribirse en clases de inglés virtuales y presenciales. Algunas son gratuitas, mientras que otras tienen un costo. Investigue lo siguiente para identificar clases de inglés que se ajusten a su horario y necesidades:

- Para encontrar un programa aprobado de Educación Básica para Adultos (ABE) para clases de inglés, por favor visite el sitio web de la Línea Directa de Alfabetización para Adultos de Minnesota ([español](#)) o llame al 1-800-222-1990, envíe un mensaje de texto al 612-424-1211 o envíe un correo electrónico a hotline@literacymn.org.
- Aplicaciones y programas como [Duolingo](#) también están disponibles (a menudo con opciones gratuitas) para el aprendizaje autodirigido.

Transporte

Puede encontrar las opciones de transporte público ubicadas cerca de usted en todo Minnesota utilizando este [mapa](#).

Metro Transit

Metro Transit ([español](#)) es el recurso de transporte para los *Twin Cities*. Ofrece autobuses, trenes ligeros, trenes de cercanías y recursos para compartir coche, compartir van, caminar o andar en bicicleta. Llame a un experto en tránsito al **612-373-3333**, **seleccione la opción 1 y luego la opción 9 para español** para obtener información personalizada sobre el viaje, incluidos horarios y tarifas.

- **Autobús:** Los autobuses son la columna vertebral del sistema Metro Transit, proporcionando 52 millones de viajes. [Aprenda a usar estas rutas](#) convenientes en su vecindario.
- **METRO:** La red METRO ofrece un servicio rápido, frecuente y durante todo el día, con trenes ligeros en las líneas Azul y Verde, y servicio de autobuses rápidos en las líneas Naranja, Roja, A, C y D. Pague antes de abordar. Obtenga mas informacion sobre [la red METRO](#).
- **Northstar:** El servicio de trenes de cercanías *Northstar* opera principalmente durante las horas pico los días laborables; no hay servicio los fines de semana. Los trenes *Northstar* tienen baños, mesas de trabajo, tomas de corriente y Wi-Fi gratuito. Obtenga más información sobre el tren de cercanías *Northstar*.

Información y tarifas

Las tarifas dependen de muchos factores como la distancia, el tipo de boleto, el transporte, la fecha y/o la hora. Para tarifas específicas del viaje, debe consultar la información de horarios y rutas. En los autobuses locales, pague al abordar con efectivo (tarifa exacta), la [aplicación Metro Transit](#) o [Go-To Cards](#). En las líneas METRO, compre un boleto en la máquina en la plataforma con efectivo, tarjetas de crédito o débito antes de abordar.

Esté listo para mostrar su comprobante de pago mientras esté a bordo. Consulte [la página de información de la estación](#) para direcciones, estacionamiento y horarios de las oficinas de boletos.

El *Transit Assistance Program* (TAP) ([español](#)) proporciona un pase de tarifa reducida por un año, con viajes en autobús o tren que cuestan solo \$1 por viaje. Para solicitar [en línea](#) o [en una instalación de tránsito](#), deberá mostrar un documento de identidad con su nombre y un Documento Aceptado que demuestre que cumple con las pautas de ingresos. Llame al **612-373-3333** para obtener ayuda. [Obtenga más información](#) sobre los Documentos Aceptados y Preguntas Frecuentes (desplácese hasta la parte inferior de la página).

Cosas que debe saber sobre la Ley de Discriminación de Minnesota

Ley de Derechos Humanos de Minnesota

La Ley de Derechos Humanos de Minnesota protege a **todos los habitantes de Minnesota** contra la discriminación. Cada persona es miembro de una clase protegida según la Ley porque cada persona, por ejemplo, tiene una raza. La Ley de Derechos Humanos de Minnesota prohíbe la discriminación en negocios, crédito, educación, empleo, vivienda, alojamientos y servicios públicos. Obtenga más información sobre [las prácticas prohibidas y ejemplos de discriminación ilegal](#).

Cómo reportar la discriminación

Si cree que fue discriminado y/o le preguntaron sobre su salario actual o pasado mientras solicitaba un empleo, el primer paso es completar [este formulario](#). Esa información va directamente al equipo de investigación del *Minnesota Department of Human Rights*.

Si no tiene acceso a internet para completar este formulario, deje un mensaje al **1-833-454-0148**. Hay servicios de traducción e interpretación disponibles.

Recursos

No todos los actos injustos en un área son ilegales. Conozca las prácticas prohibidas y ejemplos de discriminación ilegal. Toda la información está disponible en otros idiomas, incluido el español, utilizando el menú desplegable de *Google Translate* en la parte superior de la página web.

- [Discriminación en negocios](#)
- [Discriminación en crédito](#)
- [Discriminación en educación](#)
- [Discriminación en el empleo](#)
- [Discriminación en lugares públicos](#)
- [Discriminación en servicios gubernamentales](#)
- [Represalias](#)
- [Prácticas prohibidas adicionales](#)

Recursos del gobierno local y de la comunidad

Es posible que pueda acceder a servicios gubernamentales o públicos en la ciudad o el condado donde vive. Busque en línea su ciudad y condado para obtener más información sobre lo que ofrecen.

Los servicios proporcionados por ciudades y condados generalmente incluyen bibliotecas públicas, departamentos de bomberos, policía, servicios de ambulancia, parques, centros recreativos y más. Algunas áreas tienen programas y recursos adicionales específicamente para nuevos estadounidenses, residentes de bajos ingresos y otras poblaciones.

Bibliotecas públicas

Las bibliotecas locales brindan muchos servicios, desde clases de ESL y hora de cuentos para niños hasta acceso a libros, música, internet y más. Para encontrar una biblioteca cerca de usted, visite [Find a School or Public Library](#) y seleccione **Public Libraries** en el menú desplegable de **Search For** a la izquierda. Luego, ingrese su dirección y ciudad, y presione **Enter** o **Return** en su teclado.

Recursos adicionales

En todo el estado

- Información para recién llegados – [MN Council on Latino Affairs](#)
- [Bridge to Benefits](#)
- [Unidos MN \(unidos-mn.org\)](#) / (612) 231-9719
- [MinnesotaHelp.info](#) (español)
- [LawHelpMN](#) (español)
- [FindHello](#) de USA Hello (español)

Área metropolitana de los *Twin Cities*

- [Ciudad de Minneapolis – Bienvenido a Minneapolis](#) (español) / 612-364-6018
- *Office of Latine Achievement* [por las escuelas públicas de Minneapolis](#)
- [Manual de las Calles: Minneapolis](#)
- [Manual de las Calles: St. Paul](#)
- [Alcance en la calle por St. Stephen's](#) (español) / 612-879-7624

¿Preguntas?

Si tiene preguntas, comentarios o sugerencias para mejorar este recurso, envíe un correo electrónico a: dhs.rpo.outreach@state.mn.us.