



✓ ¿Necesita ayuda para usar su computadora, teléfono inteligente, etc.?

✓ Podemos ayudarle.

Las computadoras y los teléfonos inteligentes nos han facilitado a todos la comunicación. Saber cómo usarlos le ayudará en su vida diaria. Puede acceder a su historial médico, hablar con sus médicos y seres queridos, y hacer la lista para la tienda de comestibles. Mire a continuación para obtener ayuda. Las clases son **GRATUITAS** y están disponibles en **MUCHOS idiomas**.

Alfabetización digital de Northstar



VISITE dol.ny.gov/digital-literacy-training-northstar

- Clases en línea o en persona
- Clases fáciles de seguir
- Aprendizaje de: habilidades informáticas básicas, correo electrónico, Microsoft Word y habilidades de búsqueda laboral
- Clases basadas en imágenes y videos que se adaptan al estilo de aprendizaje de todos

The New York Public Library - Programa Tech Connect



VISITE nypl.org/techconnect

- Clases disponibles en el Bronx, Manhattan y Staten Island
- Aprendizaje ameno en todos los niveles
- Clases disponibles en varios idiomas
- Clases para mayores de 50 años y para usuarios con necesidades especiales

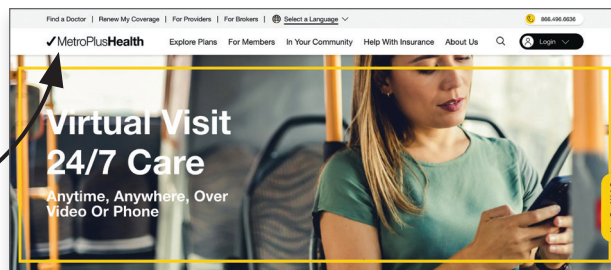
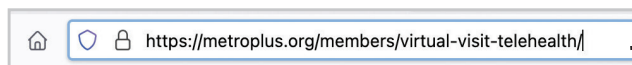
Para obtener ayuda, comuníquese por teléfono al **917.ASK.NYPL** o al **917.275.6975** (TTY:212.930.0020)

✓ ¡Consulte a un médico por videollamada!

Hable con un médico usando la computadora, el teléfono inteligente o la tableta con la **Visita Virtual de MetroPlusHealth**.

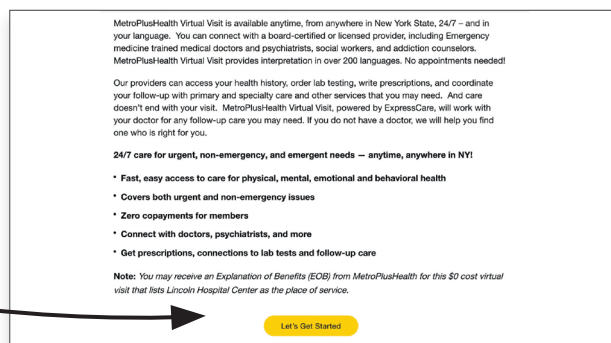
PASO 1

Ingrese a la página “Visita virtual 24/7” escribiendo **metroplus.org/members/virtual-visit-telehealth/** en el navegador.



PASO 2

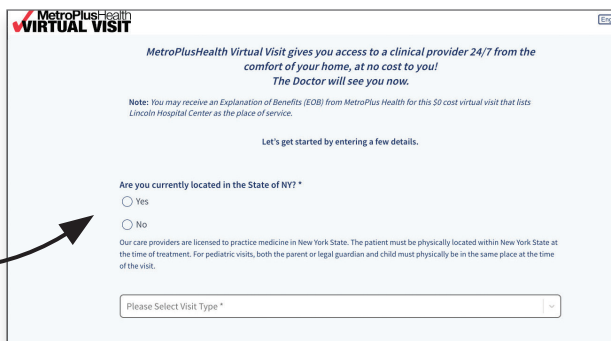
Desplácese hacia abajo en la página y busque el botón amarillo que dice: **“¡Comencemos!”**
Haga clic en el botón.



PASO 3

Responda todas las preguntas, incluidas las de los menús desplegables. Asegúrese de lo siguiente:

- ✓ Usted (u otras personas en su seguro) está en el estado de Nueva York cuando usa este servicio al momento del tratamiento.
- ✓ Tiene la información del seguro o el número de identificación de MetroPlusHealth o del Seguro Social.



PASO 4

Luego, se le comunicará con un médico.



Para más información:



Llame a Servicios al Cliente y pida por el Departamento de Administración de Atención: 866.986.0356 (TTY:711) | De lun. a vier., de 8 a. m. a 8 p. m. (hora del este) | Sáb., de 9 a. m. a 5 p. m. (ET)

Tenga en cuenta lo siguiente:

Los servicios están disponibles en más de **200 idiomas**.

Use la Visita Virtual/Telesalud en casos que no sean una emergencia, como:

- Resultados de análisis de laboratorio y radiografías
- Salud conductual
- Gestión de recetas médicas
- Resfriado, tos o dolor de estómago

No use la Visita Virtual/Telesalud para problemas graves o potencialmente mortales, como:

- Hemorragias que no se detienen
- Fracturas
- Determinadas situaciones de salud conductual cuando el miembro puede representar un peligro para sí mismo o terceros

Si tiene una emergencia, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias.

¿Necesita Wi-Fi? Conéctese sin cargo:



VISITE link.nyc

Buscador de punto de acceso Wi-Fi Xfinity:



VISITE finder.wifi.xfinity.com

Wi-Fi de la ciudad de Nueva York en los parques:



VISITE nycgovparks.org/facilities/wifi