

# ¡Formas en las que puede recibir ayuda con sus beneficios médicos, de alimentos, dinero en efectivo y cuidado de niños!



## En línea



- Visítenos en línea en [beneficios.oregon.gov](https://beneficios.oregon.gov).
  - Cree o inicie sesión en su cuenta ONE en línea en inglés y español.
  - Descargue la aplicación móvil gratuita Oregon ONE Mobile: [bit.ly/ONEMobileApp](https://bit.ly/ONEMobileApp)

## En persona



- [Visite una oficina local](#). Hay intérpretes disponibles.
- Visite a un socio comunitario del Plan de Salud de Oregon para ayuda con beneficios médicos: [bit.ly/ohplocalhelp](https://bit.ly/ohplocalhelp).

## Teléfono



- Llámenos al Centro de Atención al Cliente de ONE: 1-800-699-9075. De lunes a viernes, de 7 a.m. a 6 p.m., hora del Pacífico. Se aceptan todas las llamadas de retransmisión. La ayuda está disponible en muchos idiomas.
- Use la línea gratuita en Español llamando al 833-743-9182.
- Llame a su oficina local. [Visite bit.ly/ONEOfficeFinder](https://bit.ly/ONEOfficeFinder) para encontrar una oficina.
- Llame a un socio comunitario del Plan de Salud de Oregon para ayuda con beneficios médicos. Visite [bit.ly/ohplocalhelp](https://bit.ly/ohplocalhelp).

## Por correo o fax



- Envíe su correo a: ONE Customer Service Center, PO Box 14015, Salem, OR 97309
- Envíe un fax al 503-378-5628

Puede recibir ayuda para beneficios médicos, de alimentos, dinero en efectivo o cuidado de niños en Español y otros idiomas.

Visite [bit.ly/ONEHelpInYourLanguage](https://bit.ly/ONEHelpInYourLanguage)



Escanee el código QR para encontrar una oficina y recibir ayuda en persona.

Puede aplicar para beneficios en línea, por teléfono o en persona. Vea que información puede necesitar para aplicar: [bit.ly/ONEapplicationinfo](https://bit.ly/ONEapplicationinfo)