



RAINIER SCHOOL DISTRICT
DREAMS...OPPORTUNITY...SUCCESS

April 9, 2020

Dear Rainier School District Families,

We realize that the current situation around COVID-19 has had significant impacts on your day-to-day lives. However, implementing preventable measures will help to slow the rate of spread of coronavirus and, as public health agencies explain, flatten the curve of the virus's impact on our citizens and health care systems. In the meantime, please refer to helpful resources that our team has put together and feel free to share with others:

Health Resources

- Oregon Health Authority: 503-947-2340, [Oregon Health Authority](#)
- Clinic: Rainier Health Center – 28168 Old Rainier Road, Rainier Oregon 97048
- PeaceHealth St. John Medical Center: 600 Broadway St. Longview, WA 98632
- Columbia Community Mental Health: 503-397-2682 [CCMH St. Helens](#)

[5 Ways to Help Teens Manage Anxiety About the Coronavirus](#)
[Taking Care of Your Mental Health in the Face of Uncertainty](#)
[Helping Children Cope With Changes Resulting From COVID-19](#)
[Managing Stress and Anxiety When Navigating a Health Crisis](#)

Food Resources

- Oregon Food Bank: 503-439-6510, [Oregon Food Bank](#)
- HOPE of Rainier: 503-566-0701
- Community Action Team: 503-397-3511 [Community Action Team](#)
- Rainier meals for students: food@rsd.k12.or.us
- SNAP benefits - 155,000 Oregonians work in restaurants and bars. Thousands of others work in stores and businesses that are temporarily closing. Public structures like SNAP are here for these critical moments. SNAP offers nutrition assistance to eligible individuals and families. You can learn more on the [Oregon Department of Human Services](#) website about whether you are eligible for SNAP, and can apply online to help keep food on the table.

Rental, Mortgage, or Housing Assistance

- The Federal government announced on Wednesday, March 18, that [HUD](#) has authorized the Federal Housing Administration (FHA) to implement an immediate [foreclosure and eviction moratorium](#) for single-family homeowners with FHA-insured mortgages for the next 60 days.

- [211](#) and [Community Action Team](#) may be able to direct you to resources for payment assistance.
- Reach out to your bank or credit union directly if you are having trouble making a mortgage payment.
- See this statement from [Oregon Bankers Association](#) on ways that banks may be able to help the banking community and its customers. They urge that if you are experiencing financial hardship to call your bank or credit union and discuss what options may be available to you.

Utility Assistance

See below a list of utilities that will not disconnect customers/suspend service for those who cannot make a payment due to impacts caused by the coronavirus. If your utility company is not listed below and you are experiencing a hardship in making a payment, reach out to them. They may also be offering assistance.

- [NW Natural](#)
- [Columbia River PUD](#)
- [Comcast](#)
- [Century Link](#)
- [AT&T](#)
- [Clatskanie Public Utilities](#)

Internet

- Comcast Internet Essentials provides two months free and \$9.95/month for qualifying households. Learn more [here](#).

Unemployment

- The Governor's office has compiled a [resource page](#) that can help employees navigate where to begin. If you qualify, file for unemployment insurance as soon as possible [here](#). Due to high call volume, the best way to file a claim right now is online. Be patient, traffic to the online site is high as well and may have intermittent outages. Click [here](#) to visit Oregon's resource page for both Employees and Employers to find answers on specific questions and scenarios.

Other Community Resources:

- 2-1-1 Information: Food, Shelter, Clothes, Child Care, Utilities, and More. Call, text, or email Oregon 211 for resources if you are in need 24/7. Text 211 to get started. Help in English and Spanish available; <https://www.211info.org/>
- Oregon Department of Human Services - 503-397-3292 [Oregon Department of Human Services](#)

How You Can Help

- [Rainier Senior Center](#) – Meals on Wheels - needs monetary donations. 503-556-3839
- [HOPE Food Bank](#) - food and financial donations welcome 503-556-0701
- [United Way of Columbia County](#) - 503-556-1855

Avoid Scams

Attorney General Ellen Rosenblum has created a [price gouging hotline](#) and has some tips to avoid coronavirus related scams. Here are some additional links from her office:

- [Price Gouging](#)
- [Coronavirus: Scammers Love Scary News](#)
- [Attorney General urges businesses to offer refunds due to coronavirus cancellations](#)

In order to avoid becoming a victim of a coronavirus-related scam, follow these six tips:

- Do Not Click on links from sources you do not know. They could download a virus onto your computer or device. Make sure the anti-malware and antivirus software on your computer is up to date. One virus to worry about is enough!
- For the most up-to-date information about the coronavirus, take it upon yourself to visit the websites of the [Oregon Health Authority](#) (OHA), the [Centers for Disease Control and Prevention](#) (CDC) or the [World Health Organization](#) (WHO). If you receive an email or text claiming to be from one of these, do not click – it could be an imposter scam.
- Ignore online offers for vaccinations. If you see ads touting prevention, treatment, or cure claims for the coronavirus, ask yourself: if there has been a medical breakthrough, would you be hearing about it for the first time through an ad or sales pitch?
- Give wise when it comes to donations, whether through charities or crowdfunding sites. Do not let anyone rush you into making a donation. If someone wants donations in cash, by gift card, or by wiring money, do not do it.
- Be alert to scam “investment opportunities.” The [U.S. Securities and Exchange Commission](#) (SEC) is warning people about online promotions, including on social media, claiming that the products or services of publicly-traded companies can prevent, detect, or cure coronavirus and that the stock of these companies will dramatically increase in value as a result.
- Excessive prices? Contact the Oregon Department of Justice’s Consumer Hotline if you see merchants charging exorbitant prices for goods and supplies like face masks, toilet paper and hand sanitizers. Oregon law protects consumers from being charged excessive prices for essential consumer goods and services. These include food, shelter, bottled water, fuel and other items necessary for the health, safety and welfare of Oregonians. To reach the Oregon Department of Justice’s Consumer Hotline, call 1-877-877-9392 or visit <https://www.doj.state.or.us/consumer-protection/>

City and County Resources

- [City of Rainier](#) 503-556-7301
- [Rainier Police Department](#) 503-556-3644
- [Columbia County Sheriff's Office](#)
- [Columbia River Fire & Rescue](#)
- [Columbia Health Services](#) 503-397-4651
- [Columbia County Public Health](#) 503-397-7247
- [Rainier Public Library](#) 503-556-7301

Support for Students and Families Experiencing Disability

- [Fact Oregon](#)

9 de abril de 2020

Estimadas familias del Distrito escolar Rainier,

Somos conscientes de que la situación actual en torno a COVID-19 ha tenido un impacto significativo en su vida cotidiana. Sin embargo, la implementación de medidas prevenibles ayudará a disminuir la tasa de propagación del coronavirus y, como explican las agencias de salud pública, aplanará la curva del impacto del virus en nuestros ciudadanos y sistemas de atención médica. Mientras tanto, consulte los recursos útiles que nuestro equipo ha reunido y siéntase libre de compartir con otros:

Recursos de salud

- Autoridad de Salud de Oregon: 503-947-2340, [Autoridad de Salud de Oregon](#)
- Clínica: Rainier Health Center - 28168 Old Rainier Road, Rainier Oregon 97048
- Centro médico PeaceHealth St. John: 600 Broadway St. Longview, WA 98632
- Salud Mental Comunitaria de Columbia: 503-397-2682 [CCMH St. Helens](#)

[5 maneras de ayudar a los adolescentes a controlar la ansiedad por el coronavirus](#)
[Cuidar su salud mental ante la incertidumbre](#)

[Ayudar a los niños a hacer frente a los cambios derivados de COVID-19](#)
[Manejando el estrés y la ansiedad al navegar una crisis de salud](#)

Recursos alimenticios

- Oregon Food Bank: 503-439-6510, [Oregon Food Bank](#)
- ESPERANZA de Rainier: 503-566-0701
- Equipo de acción comunitaria: 503-397-3511 Equipo de acción comunitaria
- Comidas más lluviosas para estudiantes: food@rsd.k12.or.us
- Beneficios de SNAP: 155,000 habitantes de Oregón trabajan en restaurantes y bares. Miles de otros trabajan en tiendas y negocios que están cerrando temporalmente. Las estructuras públicas como SNAP están aquí para estos momentos críticos. SNAP ofrece asistencia nutricional a individuos y familias elegibles. Puede obtener más información en el sitio web [del Departamento de Servicios Humanos de Oregón](#) sobre si es elegible para SNAP, y puede solicitar en línea para ayudar a mantener los alimentos en la mesa.

Asistencia de alquiler, hipoteca o vivienda

- El gobierno federal anunció el miércoles 18 de marzo que [HUD](#) ha autorizado a la Administración Federal de Vivienda (FHA) a implementar una [moratoria inmediata de ejecución hipotecaria y desalojo para propietarios de viviendas](#) unifamiliares con hipotecas aseguradas por la FHA durante los próximos 60 días.

- [211](#) y el [Equipo de Acción Comunitaria](#) pueden dirigirlo a recursos para asistencia de pago.
- Comuníquese directamente con su banco o cooperativa de crédito si tiene problemas para realizar el pago de la hipoteca.
- Vea esta declaración de la [Asociación de Banqueros de Oregón](#) sobre las formas en que los bancos pueden ayudar a la comunidad bancaria y sus clientes. Instan a que si tiene dificultades financieras, llame a su banco o cooperativa de crédito y discuta qué opciones pueden estar disponibles para usted.

Asistencia de servicios públicos

Vea a continuación una lista de utilidades que no desconectarán a los clientes / suspenderán el servicio para aquellos que no pueden realizar un pago debido a los impactos causados por el coronavirus. Si su compañía de servicios públicos no figura en la lista a continuación y está experimentando dificultades para realizar un pago, comuníquese con ellos. También pueden estar ofreciendo asistencia.

- [NW Natural](#)
- [PUD del río Columbia](#)
- [Comcast](#)
- [Enlace del siglo](#)
- [AT&T](#)
- [Clatskanie Public Utilities](#)

Internet

Comcast Internet Essentials ofrece dos meses gratis y \$ 9.95 / mes para hogares que califican. [Aprende más aquí.](#)

Desempleo

La oficina del gobernador ha compilado una [página de recursos](#) que puede ayudar a los empleados a navegar por dónde comenzar. Si califica, solicite el seguro de desempleo lo antes posible aquí. Debido al alto volumen de llamadas, la mejor manera de presentar un reclamo en este momento es en línea. Sea paciente, el tráfico al sitio en línea también es alto y puede tener interrupciones intermitentes. Haga clic aquí para visitar la página de recursos de Oregon para empleados y empleadores para encontrar respuestas sobre preguntas y escenarios específicos.

Otros recursos de la comunidad:

- 2-1-1 Información: comida, refugio, ropa, cuidado de niños, servicios públicos y más. Llame, envíe un mensaje de texto o envíe un correo electrónico a Oregon 211 para

obtener recursos si lo necesita las 24 horas, los 7 días de la semana. Envía un mensaje de texto al 211 para comenzar. Ayuda en inglés y español disponible; <https://www.211info.org/>

- Departamento de Servicios Humanos de Oregon - 503-397-3292 [Departamento de Servicios Humanos de Oregon](#)

Cómo puedes ayudar

- [Rainier Senior Center](#) - Meals on Wheels - necesita donaciones monetarias. 503-556-3839
- [HOPE Food Bank](#) - donaciones de alimentos y financieras son bienvenidas 503-556-0701
- [United Way del Condado de Columbia](#) - 503-556-1855

Evitar estafas

La Procuradora General Ellen Rosenblum ha creado una línea directa de aumento de precios y tiene algunos consejos para evitar estafas relacionadas con el coronavirus. Aquí hay algunos enlaces adicionales desde su oficina:

- [Especulación de precios](#)
- [Coronavirus: a los estafadores les encantan las noticias de miedo](#)
- [El Procurador General insta a las empresas a ofrecer reembolsos debido a cancelaciones de coronavirus](#)

Para evitar ser víctima de una estafa relacionada con el coronavirus, siga estos seis consejos:

- No haga clic en enlaces de fuentes que no conoce. Podrían descargar un virus en su computadora o dispositivo. Asegúrese de que el software antimalware y antivirus de su computadora esté actualizado. ¡Un virus del que preocuparse es suficiente!
- Para obtener la información más actualizada sobre el coronavirus, visite los sitios web de la Autoridad de Salud de Oregón (OHA), los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) o la Organización Mundial de la Salud (OMS). Si recibe un correo electrónico o un mensaje de texto que dice ser de uno de estos, no haga clic, podría ser una estafa impostora.
- Ignore las ofertas en línea para vacunas. Si ve anuncios que promocionan reclamos de prevención, tratamiento o cura para el coronavirus, pregúntese: si ha habido un avance médico, ¿lo estaría escuchando por primera vez a través de un anuncio o argumento de venta?
- Dar sabia cuando se trata de donaciones, ya sea a través de organizaciones benéficas o sitios de crowdfunding. No dejes que nadie te apure a hacer una

donación. Si alguien quiere donaciones en efectivo, con tarjeta de regalo o enviando dinero, no lo haga.

- Esté atento a las "oportunidades de inversión" estafas. La Comisión de Bolsa y Valores de los Estados Unidos (SEC, por sus siglas en inglés) advierte a las personas sobre las promociones en línea, incluso en las redes sociales, alegando que los productos o servicios de las empresas que cotizan en bolsa pueden prevenir, detectar o curar el coronavirus y que el stock de estas compañías aumentará dramáticamente en valor como resultado.
- Precios excesivos? Comuníquese con la línea directa para consumidores del Departamento de Justicia de Oregón si ve que los comerciantes cobran precios exorbitantes por bienes y suministros como mascarillas, papel higiénico y desinfectantes para manos. La ley de Oregon protege a los consumidores de que se les cobren precios excesivos por bienes y servicios de consumo esenciales. Estos incluyen alimentos, refugio, agua embotellada, combustible y otros artículos necesarios para la salud, seguridad y bienestar de los habitantes de Oregón. Para comunicarse con la línea directa para consumidores del Departamento de Justicia de Oregón, llame al 1-877-877-9392 o visite <https://www.doj.state.or.us/consumer-protection/>

Recursos de la ciudad y el condado

- [Ciudad de Rainier](#) 503-556-7301
- [Departamento de Policía de Rainier](#) 503-556-3644
- [Oficina del Sheriff del Condado de Columbia](#)
- [Columbia River Fire & Rescue](#)
- [Servicios de salud de Columbia](#) 503-397-4651
- [Salud Pública del Condado de Columbia](#) 503-397-7247
- [Rainier Public Library](#) 503-556-7301

Apoyo para estudiantes y familias con discapacidad

- [Hecho Oregon](#)