Educación y Crianza

→ Cuidado de Niños/Centro de Recursos de Aprendizaje Temprano

Llame al 1-877-472-5437 – Recursos para encontrar centros de cuidado infantil y ayuda a las familias de bajos ingresos a pagar el servicio de cuidado infantil. www.dhs.pa.gov (Escriba *Child Care Works Program* en el cuadro de búsqueda)

→ Educación

Provee ayuda para encontrar programas de lectura y escritura, GED y ESL (inglés como segundo idioma). www.nld.org

→ Programas "Head Start"/"Early Head Start"

Estos programas ofrecen servicios de aprendizaje y desarrollo de la más alta calidad a niños(as) de edad preescolar (0-5 años) provenientes de familias de escasos recursos. www.paheadstart.org (Haga clic en: "programs" y luego su condado).

→ Programa de Educación Migrante

Llame al 717-783-6466 - Brinda apoyo y servicios educacionales a niños migrantes. www.education.pa.gov (Escriba *Migrant Education* en el cuadro de búsqueda)

→Nurse-Family Partnership (NFP)

La Asociación Enfermera-Familia brinda ayuda gratuita a las mamás primerizas en 50 condados de Pennsylvania. NFP es un programa de apoyo que une a madres con una enfermera personal que puede ayudarle a tener un embarazo saludable y proporcionar asesoramiento y apoyo mientras cuida a su nuevo bebé. Para solicitarlo, visite www.nursefamilypartnership.org/first-time-moms, llame o envíe mensaje texto al 844-637-6667.

→Pre-K Counts

Pre-kindergarten de calidad de medio día y día completo para niños elegibles de 3 y 4 años de edad. www.education.pa.gov (Escriba *Pre-K Counts Grants* en el cuadro de búsqueda)

Seguridad Familiar

→Asientos de seguridad para niños y cascos para ciclistas

Proyecto de prevención de lesiones de tráfico de PA Llame al 1-800-CAR-BELT - Proporciona información sobre las leyes de seguridad de los pasajeros infantiles, asientos de seguridad para niños y cascos para bicicletas. www.pasafekids.org o https://www.nhtsa.gov/equipment

→ Sueño Seguro para Bebés

Brinda consejos sobre prácticas de sueño seguro para bebés, materiales educativos, y ayuda con las cunas portátiles para familias necesitadas. www.cribsforkids.org

Recursos de Salud

→ Envenenamiento por Plomo en la Niñez

Llame al 1-800-440-LEAD - Brinda información sobre el envenenamiento por plomo y cómo realizarle la prueba a su hijo(a). www.health.pa.gov (Haga clic en: I am a/an, Parent, 0-5 years old, Lead Poisoning)

→ Vacunación de Niños y Adultos

Llame al 1-877-724-3258 - Asistencia para encontrar vacunas gratuitas o de bajo costo para protegerlo a usted y a su hijo(a) contra enfermedades. www.health.pa.gov (Haga clic en: I am a/an, Parent, 0-5 years old, Immunizations)

→Departamento de Salud

Mantener a su hijo saludable puede parecer abrumador, ¡pero no se preocupe! Tenemos muchos recursos para ayudarle. www.health.pa.gov (Click: I am a/an, Parent, Resources for Parents)

→ Servicios de Drogas y Alcohol

Llame al 1-800-662-HELP – Encuentre un programa de tratamiento o de consejería en su comunidad. www.ddap.pa.gov (Haga clic en: Get Help Now)

→ Herramienta de referencia de drogas y alcohol (DART)

Recurso en línea diseñado para ayudar a los residentes de Pennsylvania a encontrar opciones de tratamiento para el trastorno por consumo de sustancias y otros servicios relacionados. La herramienta es totalmente anónima y puede traducirse a más de 100 idiomas. forms.dhs.pa.gov/ddap-DART/

→ SIDA (AIDS, en inglés)

Llame al 1-800-662-6080 – Brinda asistencia para encontrar un centro en donde realizarse la prueba, tratamiento y grupos de apoyo. www.health.pa.gov (Haga clic en: I'm looking for, Disease & Conditions, HIV)

→ Línea de Asistencia Nacional para la Salud de Familias Hispanas

Llame al 1-866-783-2645 – Servicios e información de salud comunitaria. www.healthyamericas.org

→ Programa de Cesación de Fumar

Llame al 1-800-784-8669 – Este programa para dejar de fumar ofrece hasta 10 sesiones gratuitas de orientación y consejería para mujeres embarazadas además de recompensas por sesiones completadas. Reciba terapia de reemplazo de nicotina gratis (parches, goma de mascar o pastillas), si esta disponible. ¡Puede obtener ayuda para dejar de fumar para siempre! https://pa.quitlogix.org/

→ Enfermedades de Transmisión Sexual

Llame al 1-877-724-3258 - Asistencia para encontrar centros en donde realizarse pruebas y tratamientos de forma confidencial. www.health.pa.gov (Haga clic en: I'm looking for, Diseases & Conditions, Sexually Transmitted Diseases)

→ Sistema de Cuidado de la Red de Niños con Necesidades Especiales de Salud

Llame al 1-800-986-4550 – Brinda ayuda en la búsqueda de recursos y servicios para niños y jóvenes con necesidades especiales de salud. www.health.pa.gov (Haga clic en: I am a/an, Parent, 0-5 years old, Special Kids Network)

Seguro Médico

→ *Programa de Seguro Médico para Niños (CHIP, por sus siglas en inglés)*

Llame al 1-800-986-KIDS - Proporciona asistencia para encontrar seguro médico gratuito o de bajo costo para niños desde el nacimiento hasta 19 años de edad. www.chipcoverspakids.com

→ Healthy Beginnings Plus (Inicios Saludables)
Llame al 1-800-692-7462 - Proporciona asistencia para encontrar atención médica para las mujeres embarazadas. www.dhs.pa.gov (Escriba *Healthy Beginnings Plus* en el cuadro de búsqueda)

Salud Mental y Apoyo

→Asociación de Salud Mental de PA
Llame al 717-346-0549 o 1-866-578-3659 ext. 2 Proporciona ayuda para encontrar servicios de comportamiento/salud mental y apoyo. mhapa.org

→ Servicios de Salud Mental
Llame al 1-800-692-7462 - Proporciona asistencia para encontrar servicios de salud mental. www.dhs.pa.gov (Escriba *Mental Health Services* en el cuadro de búsqueda)

→Ayuda y Apoyo después del Parto
Llame al 1-800-944-4773 o envíe mensaje de texto al 503-894-9453 - Línea de ayuda, información confidencial y referidos locales para las que sufren de ansiedad y depresión durante el embarazo y después del parto. www.postpartum.net

Asistencia de Nutrición y Alimentación

→Línea de ayuda madres consejeras de WIC
Llame 1-855-427-5666 - Ayuda sobre lactancia materna y apoyo de las madres consejeras de WIC. Horario de servicio: lunes a viernes de 8 am a 9 pm y los sábados y domingos de 9 am a 1 pm.

→Despensas de Alimentos
Llame 1-800-548-6479 - Proporciona ayuda para encontrar las despensas de alimentos y los programas de asistencia alimentaria en su área. WhyHunger.org

→Extensión de Penn State, enlaces de nutrición
Llame al 1-888-778-3535 - Aprenda a comer mejor por menos. Las clases gratuitas ofrecen consejos sencillos para ahorrar dinero, cocinar sabrosas comidas saludables y preparar los alimentos de forma segura. www.extension.psu.edu/health/nutrition-links

→ Programas Escolares de Desayuno, Almuerzo/Comida y Alimentos durante el Verano
Proporciona ayuda para encontrar comidas gratuitas o de bajo costo para niños en edad escolar. https://www.fns.usda.gov/school-meals/applying-free-and-reduced-price-school-meals

→USDA National Hunger Hotline (Línea Contra el hambre)
Llame al 1-866-3-HUNGRY - Proporciona ayuda con recursos alimenticios gratis cerca de usted. Llame entre las 7 a.m. y las 10 p.m.

Servicios Sociales

→ Pensión para Niños (Relaciones Domésticas)
Llame al 1-800-932-0211 - Proporciona asistencia para obtener pagos de pensión para los niños cuyo padre está ausente. www.childsupport.state.pa.us

→Asistencia de Vivienda
Provee listado de recursos para personas sin hogar y agencias de vivienda pública para ayudarle a encontrar vivienda asequible. https://www.hud.gov/states/pennsylvania/renting

→ Asistencia Contra la Violencia Doméstica
Llame al 1-800-799-7233 – Recursos, ayuda, e información sobre cómo obtener vivienda, atención médica y consejería. Opera las 24 horas del día. www.thehotline.org

→ Text4baby
Envía BEBE al 511411 - Recibe mensajes GRATIS en tu teléfono que te ofrecerán ayuda durante tu embarazo y el primer año de tu bebé. www.text4baby.org

→ Línea de Ayuda de Beneficios de PA
LLlame al 1-866-550-4355 – Proporciona información sobre cuidado de salud: asistencia médica y CHIP, programa de asistencia nutricional suplementaria (SNAP), asistencia en efectivo, Child Care Works Program, comidas escolares, intervención temprana y asistencia con los servicios de energía (LIHEAP). www.dhs.pa.gov (Haga clic en: Apply For Benefits)

Información de Servicios Comunitarios

El Programa WIC de Pennsylvania

Ayudando a que las familias estén sanas y alcancen sus metas

Maternal & Family Health Services

MFHS.org | 866-WIC TIME

PENNSYLVANIA WIC WOMEN·INFANTS·CHILDREN

PA WIC es financiado por USDA. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Modificado en octubre de 2022