

RECURSOS GRATUITOS PARA LAS FAMILIAS EN EL CONDADO DE ONONDAGA



ALIMENTOS Y OTRAS NECESIDADES BÁSICAS



Banco de Pañales del Centro de Nueva York cnydiaperbank.org/families

Los padres reciben 50 pañales gratis por niño al mes en varios puntos de distribución en toda la ciudad y a través de agencias asociadas. Consulte el sitio web mencionado anteriormente para conocer los sitios de distribución en su área.

Banco de Alimentos del Centro de Nueva York (315) 437-1899 • foodbankcny.org

Distribución gratuita de alimentos en toda la ciudad. Introduce tu dirección de domicilio en el "Buscador de alimentos" del sitio web para localizar el centro de distribución más cercano a ti.

Programa de Alimentos \$en\$ foodbankcny.org/our-programs/food-sense-program

Estire su presupuesto de alimentos comprando alimentos de calidad a un precio con descuento. Las cajas mensuales incluyen entre 12 y 15 productos básicos. Visite el sitio web para encontrar los sitios participantes en el condado de Onondaga.

Servicios Familiares de New Hope (315) 437-8300 • newhopefamilyservices.com/pick-up

Suministros gratuitos para bebés (pañales, toallitas y fórmula) y ropa para niños menores de 5 años. Llame o complete el formulario en el sitio web anterior para hacer una solicitud.

Centro de Salud y Sanación Reproductiva Sankofa (315) 920-2787 • sankofaheals.com

Artículos esenciales gratuitos para familias embarazadas y en posparto (pañales, toallitas, ropa para niños, etc.) disponibles semanalmente en Wellness Wednesday. Llame para obtener más información.

Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) (315) 435-3304 • ongov.net/health/WIC.html

Asesoramiento/educación nutricional, apoyo a la lactancia materna, referencias y beneficios alimentarios para madres embarazadas, lactantes y posparto, bebés y niños de hasta 5 años.

APOYO AL APRENDIZAJE TEMPRANO



Inicio Temprano / Head Start eclkc.ohs.acf.hhs.gov/center-locator

Proporciona servicios y apoyo gratuitos de aprendizaje, desarrollo, salud y familia a familias y niños de bajos ingresos desde el nacimiento hasta los 5 años. Visite el sitio web mencionado anteriormente para localizar el programa más cercano a usted.

La Biblioteca de la Imaginación de Dolly Parton (315) 706-6924 • onliteracy.org/enroll-a-child

Los niños desde su nacimiento hasta los 5 años reciben un libro gratis por correo una vez al mes. Regístrese en el sitio web indicado anteriormente.

Ayúdame a Crecer en Onondaga / Help me Grow Call 2-1-1 & Ask for Help Me Grow • helpmegrowny.org

Cuestionarios de desarrollo, derivaciones a servicios y apoyos para la primera infancia, asistencia con necesidades básicas (fórmula y pañales) y bolsas gratuitas de enriquecimiento del desarrollo (con la finalización de un cuestionario).

Bibliotecas Públicas del Condado de Onondaga (315) 435-1900 • onlib.org

Los niños de 5 años o más pueden solicitar una tarjeta de biblioteca (con acompañamiento de sus padres) en cualquiera de las más de 30 bibliotecas públicas del condado.

Programa Universal de Prekindergarten (UPK) de SCSD (315) 435-4276 • syracusecityschools.com

Instrucción eficaz basada en estándares para niños en edad preescolar (de 3 y 4 años) y servicios integrales para sus familias. Sesiones disponibles de medio día y de día completo.

Hablar, Leer y Cantar Onondaga facebook.com/TalkReadSingOnondaga

Bolsas de mano gratuitas "Brain Builder" llenas de recursos de alfabetización temprana para padres/cuidadores con niños desde el nacimiento hasta los 5 años.

¿NECESITA AYUDA? ¿NO SABES POR DÓNDE EMPEZAR? LLAMA AL 2-1-1 Y PIDE AYUDA A HELP ME GROW.

SERVICIOS DE CUIDADO INFANTIL



Soluciones para el Cuidado Infantil

(315) 446-1220 x303 • childcaresolutionscny.org

Proporciona referencias para guarderías de alta calidad y comparte información sobre regulaciones, costos y posibles recursos para obtener ayuda financiera. Para descargar la Guía para padres sobre cómo encontrar guarderías de alta calidad, visite childcaresolutionscny.org/download-our-parent-guide.

Programa de Asistencia para el Cuidado Infantil del Condado de Onondaga

(315) 435-5683 • ongov.net/dss/childcare

Cubre la mayor parte (o la totalidad) del costo de la atención para familias que califican. Llame o visite el sitio web para obtener más información o para presentar una solicitud.

APOYO PARA VISITAS DOMICILIARIAS



Caridades Católicas / Catholic Charities

(315) 362-7544 • ccoc.us/services/capacity-building-services/parent-education-programs

Ofrece una variedad de programas de visitas domiciliarias destinados a promover la preparación escolar, mejorar el bienestar de los padres y fortalecer las relaciones entre padres e hijos. Llame para obtener más información.

Programa de Visitas Domiciliarias para Familias Saludables

(315) 435-2000 • onhealthyfamilies.com

Visitas domiciliarias gratuitas a embarazadas y familias con bebés de hasta dos años. Las visitas incluyen exámenes de salud, planificación familiar, nutrición, cuidado del bebé, crecimiento y desarrollo, y otros temas de salud materno-infantil.

Centro de Salud y Sanación Reproductiva Sankofa

(315) 920-2787 • sankofaheals.com

Atención comunitaria de doulas, lactancia materna y aborto. Apoyo virtual y en el hogar para familias en cualquier etapa de la preconcepción, el embarazo y el posparto. Educación individualizada sobre el parto y la lactancia materna.

SERVICIOS FINANCIEROS



Programa Gratuito de Preparación de Impuestos de PEACE, Inc.

315.634.3756 • peace-caa.org/programs/taxes

Proporciona asistencia para la preparación de impuestos durante todo el año para personas y familias con un ingreso familiar inferior a \$60,000.

Centro de Empoderamiento Financiero de Syracuse

(315) 474-1939 x5 • syr.gov/Syracuse-FEC

Asesoramiento financiero gratuito sobre temas como establecer metas, reducir deudas, aumentar los ahorros, crear crédito, préstamos estudiantiles, alivio de impuestos, banca y más.

SEGURIDAD DEL NIÑO Y DEL HOGAR



Programa de Seguridad para Niños Pasajeros

ccoc.us/services/capacity-building-services/parent-education-programs

Asientos de seguridad gratuitos para familias que cumplan con los requisitos de ingresos y completen la capacitación sobre seguridad a través de Catholic Charities del condado de Onondaga. Llame al (315) 424-1800 para inscribirse en la próxima clase.

Programa de Barrios Saludables

ongov.net/health/env/healthy-neighborhoods.html

Controles de seguridad gratuitos para el hogar (calidad del aire, riesgos de incendio y caídas, plomo, etc.), control de plagas, educación sobre el asma y suministros de seguridad (detectores de CO y humo, extintores de incendios, etc.) para residentes de Syracuse. Llame al (315) 435-5431.

APOYO PARA PADRES



Caridades Católicas / Catholic Charities

ccoc.us/services/capacity-building-services/parent-education-programs

Ofrece una amplia variedad de programas destinados a fortalecer las relaciones entre padres e hijos y apoyar el desarrollo. Llame al (315) 362-7544 para obtener más información.

Alianza para la Primera Infancia y Padres Asociados/ Early Childhood Alliance Parent Partners

(315) 627-2704 or (315) 627-2705

Consejos para padres y para el aprendizaje temprano. Conexiones con necesidades básicas (leche de fórmula, pañales, alimentos) y servicios y apoyos para la primera infancia. Asistencia para supervisar el desarrollo infantil y encontrar guarderías.

ACCEDA A CNY / REACH CNY

(315) 424-0009 • reachcny.org

Proporciona educación para padres a cuidadores, padres y abuelos de niños desde su nacimiento hasta los 18 años de edad, con un enfoque en métodos positivos de disciplina, comunicación y funcionamiento familiar.

Centro de Salud y Sanación Reproductiva Sankofa

(315) 920-2787 • sankofaheals.com

Clases individuales y grupales para familias que están en etapa de posparto y son madres. Cuidados para recién nacidos y educación para padres. Reunión virtual de CoMothering para nuevas mamás. Recursos esenciales, incluidos pañales y toallitas húmedas, disponibles semanalmente en Wellness Wednesday. Llame para obtener más información.

Prosperar, No Sólo Sobrevivir / Thriving, Not Just Surviving

(315) 627-2706

Un grupo para mujeres con niños de 5 años o menos que buscan conectarse, aprender y liderar. Se ofrecen actividades divertidas, oportunidades de aprendizaje, comida y estipendios.