

CUC PATIENT NEWSLETTER

{Fall 2022}

Everyone 6 months of age and older is recommended to get a COVID-19 vaccination

- The COVID-19 vaccine is safe and effective.
- If you have concerns or questions about the vaccine, please ask us!

<< We also recommend receiving the updated Covid-19 booster vaccine and the yearly flu shot >>

Where can I get the COVID vaccine?

- **Ages 3 and up-** Apple Pharmacy at St Christopher's. Call 215 427 6527 to make an appt
- **Ages 6 months and up-** Mt. Airy Pediatrics (215-247-2996), Pediatric Care Group (pcgkids.com), Fairmount Pediatrics (215 774-1166)
- To get sites near you, text your zip code to 438829

Where can I get testing for COVID-19?

- **FREE COVID-19 testing at St. Christopher's through Personix Healthcare:** covidphila.com (6 months and older, no referral or insurance needed, walk-in and appointments) Monday-Friday 9 a.m. – 5 p.m. | Saturday 9 a.m. – 1 p.m.
- **Other COVID-19 Testing Sites:** phila.gov/covid-testing-sites/#/



Free Rapid Covid Tests: Many insurance companies will cover 8 free at-home tests per month per person

Philly Hopeline

If you are feeling lonely, stressed, sad, angry, or confused, access free mental health counseling
Upliftphilly.org Call or text: 1-833-PHL-HOPE
For mental health crisis, text PA to 741-741 or CBH crisis hotline 215-686-4420

Hover your phone's camera over the code below and a link will pop up:



Food
Resources



Insurance
Resources



Utilities
Resources



Education
Resources



Teen
Resources



Parenting
Resources

Philly Loves Families

An amazing resource is your go to resource to find help from Pregnancy to Preschool phillylovesfamilies.com



Mental
Health
Resources



FREE information about education, mental health, housing, immigration and MORE!!
cap4kids.org/philadelphia



CUC PATIENT NEWSLETTER

{Fall 2022}

Fun ways to help young children learn and stay healthy

- **BrightbyText:**
Free, FUN Parenting TIPS- > Text BRIGHT to 274 448
- **Healthychildren.org**
AAP pediatrician-run parenting website
- **Family.gonoodle.com**
Fun games/songs to burn energy in kids!

Free Library of Philadelphia: freelibrary.org

Virtual and outdoor storytime, digital resources, ESL discussion groups, etc

Comcast Internet Essentials

low cost computer and \$9.95 monthly internet
1-855-8-INTERNET or internetessentials.com

Great Philly Schools.org

Information about the highest quality child care/preschool programs in Philadelphia, including location, program cost, safety, and accreditation

Art Reach/ACCESS Philly

\$2 admission tickets for families with an Access Card to dozens of museums, gardens and live shows in Philadelphia. art-reach.org

Useful FREE apps



Pacify:
24/7 FREE virtual lactation support



FitOn:
Unlimited access to workouts from celebrity trainers



Khan Academy Kids
Free, fun, educational app for 2-7 year olds

St Christopher's General Pediatrics

is home to the following FREE services for our patients

Legal services through Legal Clinic for the Disabled

Emily Jenkins, Esq. @ ejenkins@lcdphila.org
215-427-5343

- Public Benefits
- Medical Assistance
- Disability Benefits/SSI
- Immigration
- Landlord/Tenant Issues
- Food stamps
- Custody/Support
- Protection from Abuse Orders
- Power of Attorney
- Utilities

CUC Main Clinic

160 E Erie Ave
Philadelphia, PA 19134
215-427-5985

Lactation Consultants

215-427-6455

Social Workers

215-427-5449
215-427-3553

BOLETÍN PARA PACIENTES DEL CUC

{otoño 2022}

Ahora se recomienda que todas las personas de 6 meses de edad o más se vacunen contra el COVID-19

- Vacúnese contra el COVID-19 tan pronto pueda.
- ¡Si tiene inquietudes o preguntas acerca de la vacuna, por favor pregúntenos!
<< También recomendamos recibir la vacuna contra Covid-19 actualizada y la vacuna anual contra la gripe >>

¿Dónde puedo conseguir la vacuna contra el COVID?

- 3 años de edad o más -> Apple Pharmacy de St Christopher's. Llame 215 427 6527 para una cita
- 6 meses de edad o más -> Mt. Airy Pediatrics (215-247-2996), Pediatric Care Group (pcgkids.com), Fairmount Pediatrics (215 774-1166)
- Para información sobre locales, mande su código postal como mensaje de texto al 822862 (VACUNA)

Lugares donde se realizan pruebas de COVID-19 :

- Pruebas GRATUITAS de COVID-19 en St. Christopher's con Personic Healthcare: covidphila.com (6 meses y mas, sin necesidad de remisión o seguro, sin cita previa o con cita)
Lunes-Viernes 9 a.m. – 5 p.m. | Sabado 9 a.m. – 1 p.m.
- Lugares donde se realizan pruebas de COVID-19
phila.gov/covid-testing-sites/#/ (disponible en Español)



Obtenga pruebas caseras gratuitas de COVID-19:

muchas compañías de seguros cubrirán 8 pruebas caseras gratuitas al mes por persona.

Philly Hopeline- ¿Si se siente solo, estresado, triste, enojado o confundido? Acceda a asesoramiento gratuito sobre salud mental aquí. Llame o envíe un mensaje de texto: 1-833-PHL-HOPE

Para crisis de salud mental, llame al numero 1-800-662-4357 para ayuda o CBH crisis hotline 215-686-4420

Coloque la cámara de su teléfono sobre el código abajo y aparecerá un elace:



Recursos de comida



Recursos de seguro



Recursos de utilidades



Recursos de educación



Recursos para los adolescentes



Recursos para los padres

Philly Loves Families
Recurso increíble para encontrar ayuda desde el embarazo hasta el preescolar. phillylovesfamilies.com



Recursos de Salud Mental



Para información GRATUITA sobre educación, salud mental, vivienda, inmigración y MAS!! cap4kids.org/philadelphia



BOLETÍN PARA PACIENTES DEL CUC

Formas divertidas de ayudar a los niños pequeños a aprender y mantenerse saludables

{otoño 2022}

- **BrightbyText:**
Consejos divertidos y gratuitos para padres - > Mande el texto "CONSEJOS" a 274 448
- **Healthychildren.org/spanish**
Página web para los padres desarrollado por pediatras de la Academia Americana de Pediatría (AAP)
- **Vamos.gonoodle.com**
Juegos y canciones divertidas para quemar energía en los niños!

Free Library of Philadelphia (Biblioteca gratuita de Filadelfia):
freelibrary.org

Cuentos y clubs de lectura virtuales y al aire libre, grupos de discusión de ESL (inglés como segundo idioma), y más!

Comcast Internet Essentials

Una computadora a bajo costo e internet mensual de \$9.95.
1-855-8-INTERNET o internetessentials.com

Great Philly Schools.org

Información sobre la alta calidad de programas pre-escolares y de guarderías en Filadelfia, incluyendo ubicación, costo del programa, seguridad y acreditación

Art Reach/ACCESS Philly (Programa de acceso a los museos): art-reach.org

Boletos de admisión de \$2 por persona (hasta 4) para familias con tarjeta ACCESS (para beneficios del gobierno). Da acceso a decenas de museos, jardines, y espectáculos en vivo en Filadelfia.

La clínica de pediatría general de St Christopher's ofrece los siguientes servicios GRATUITOS para nuestros pacientes

Servicios legales a través de la Clínica Legal para Discapacitados (Legal Clinic for the Disabled)

Emily Jenkins, Esq. @ ejenkins@lcdphila.org
215-427-5343

- Beneficios Públicos
- Asistencia médica
- Prestaciones por discapacidad/SSI
- Estado de inmigración
- Problemas del propietario/inquilino
- Cupones de alimentos
- Custodia/Manutención
- Orden de protección contra abuso
- Poder legal
- Utilidad

Aplicaciones gratuitas útiles



Pacify:

Apoyo GRATUITA de alimentación infantil y de la lactancia 24 horas al día, 7 días a la semana



FitOn:

Acceso ilimitado a entrenamientos con entrenadores famosos



Khan Academy Kids

Programa educativo gratuito y divertido para niños de 2 a 7 años

Clínica principal CUC

160 E Erie Ave

Philadelphia, PA 19134

215-427-5985

Consultadores de Lactancia

215-427-6455

Trabajadoras Sociales

215-427-5449

215-427-3553