

BOLETÍN INFORMATIVO DEL CENTRO PARA NIÑOS URBANOS (CUC) PARA RECIÉN NACIDOS

[Otoño-Invierno 2024]

Clínica de Recién Nacidos de St. Christopher

Enfermos sin Cita | Lunes a Viernes: 8:30a-11a; 1:00p-3:30p | Sábado: 8:30a-11a

La Perspectiva del SENO: Lactancia y Amamantamiento



St. Chris Línea de Mensajes de Lactancia
Lunes a Viernes: 8:30am-5:00pm
Llame: 215-427-MILK (6455)



¡Escanee para enviarle un mensaje de texto a un miembro de nuestro Equipo de Consultoría en Lactancia Certificado por la Junta Internacional (IBCLC, por sus siglas en inglés)!



Pacificar (Pacify en inglés):
Disponible las 24/7 GRATIS (Codigo-STCHRIS) para apoyo virtual para la lactancia

Apple App



Google Play



Maternidad y Personas en Posparto

Recursos de Salud Mental Posparto



- **Philly AMA a las Familias: Salud Mental y Bienestar**
- PhillyFamiliesCAN.com o llame al (215) 685-4701 para conectarse con un profesional de apoyo domiciliario
- <https://ppdphilly.com/>
- **Servicios Comunitarios de Salud Conductual**
(CBH): cbhphilly.org 215-413-3100
- Para una **crisis** de salud mental, mande el texto "PA" al 741-741 o utilice:

La línea de Crisis de CBH 215-686-4420

 Nurse-Family Partnership
Helping First-Time Parents Succeed




Cuidado y Bienestar Posparto



- **¡No se le olvide acudir a las visitas programadas con su obstetra ginecólogo!**
- Revista Mamá y Bebé Saludable: <https://www.health4mom.org/>
- <https://www.postpartum.net/>

Rincón de la Compasión: Trabajo Social

215-427-5449/215-427-3553

 *¿Sabía que hay un equipo de trabajadores sociales dedicado al Centro para Niños Urbanos? ¡Jodi y Bethany están aquí para brindar apoyo adicional a las familias! Estos son algunos de sus recursos favoritos que quieren que todos conozcan:*

Nuestro Clóset En Su Vecindario



Tiene eventos mensuales donde las familias pueden recibir alimentos, elegir ropa y conectarse con servicios sociales.

Grupos de Apoyo Semanales



Grupos de apoyo semanales gratuitos como: Meditación, Grupos de Apoyo para Papás, Navegando el Uso de Sustancias, Crianza de los Hijos y Grupos de Yoga.

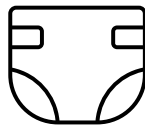
Recursos para Recién Nacidos/Infantes

PhillyLovesFamilies.com

Embarazo hasta Preescolar



[Bancos de Pañales](#)



[Recursos para Crianza](#)



¡Lista de Verificación de Seguridad!

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> ¡Lugar seguro para que el bebé duerma! | <input type="checkbox"/> El calentador de agua menos de 120 °F |
| <input type="checkbox"/> Silla infantil de carro orientada hacia atrás hasta los 2 años | <input type="checkbox"/> Tenga cuidado durante la hora del baño y en el cambiador |
| <input type="checkbox"/> Detectores de humo y monóxido de carbono | <input type="checkbox"/> Guarde todas las armas descargadas y bajo llave |

Si tiene alguna pregunta o necesita alguno de los elementos anteriores, ¡infórmeselo a nuestro equipo!

Servicios Legales a través de la Clínica Legal para Discapacitados

Para problemas de Propietario/Inquilino:

- aetheredge@lcdphila.org

- 215-427-5343



¡Para información GRATUITA sobre la educación, salud mental, vivienda, inmigración y MAS!

¡Aquí hay recursos positivos para padres y formas divertidas de conectarse con su hijo!

BrightbyText:

Consejos divertidos y gratuitos para padres
Mande el texto "CONSEJOS" al 274 448

Biblioteca Gratuita de Philadelphia:
freelibrary.org

Art-Reach.org

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



Mount Sinai Parenting Center



myphillypark.org

Establecer conexiones profundas con su hijo refuerza su capacidad de recuperación interna, aumenta su sensación de seguridad en el mundo y lo prepara para establecer relaciones sanas a medida que crezca. A través de las relaciones, los niños aprenden a pensar, comprender, comunicarse, comportarse, expresar emociones y desarrollar habilidades sociales. La atención ininterrumpida (sin teléfono móvil) es una de las formas más sólidas de construir una relación. Puede ser una cena sin pantallas, un paseo tranquilo o compartir un libro.