



A Bit Better *Un poco mejor*

News From First 5 Santa Cruz County
Noticias de Primeros 5 Santa Cruz County

April 2022 - abril 2022



Abril es el Mes de Prevención de Abuso Infantil

April is Child Abuse Prevention Month and this month First 5 Santa Cruz County partnered with the Children's Network of Santa Cruz County to support their local campaign, which is focused on increasing awareness of the importance of families and communities working together to ensure that

Abril es el Mes de Prevención del Abuso Infantil y este mes Primeros 5 Santa Cruz County se ha unido con la Red para Niños del Condado de Santa Cruz para apoyar su campaña local, que se enfoca en crear consciencia sobre la importancia de que las familias y las comunidades trabajen en

all children grow and thrive. Part of this awareness campaign included printing and distributing this bilingual **letter and pinwheel activity** from the Children's Network to the families of local preschool, transitional kindergarten, 1st and 2nd grade families.

To learn more about child abuse prevention strategies you can read **A Framework for Prevention of Child Maltreatment** from the California Department of Social Services Office of Child Abuse Prevention.

conjunto para asegurar que todos los niños crezcan y prosperen. Parte de esta campaña de concientización incluye imprimir y distribuir esta **carta y actividad de molinillo** bilingüe de la Red para los Niños para las familias con niños preescolares, en kínder transicional, y 1^{er} y 2^o grados. Para informarse sobre las estrategias de prevención de abuso infantil puede leer **Un marco para la prevención del maltrato infantil** del Departamento de Servicios Sociales de California, Oficina de Prevención del Abuso Infantil.

New UCSF Study on Mindfulness-based Program During Pregnancy

Nueva investigación de UCSF sobre un programa de atención plena durante el embarazo

UCSF released a new study in March that provides support for a two-generational approach. "The study found that infants whose mothers participated in a mindfulness-based program during pregnancy had better

UCSF (la Universidad de California en San Francisco) publicó una nueva investigación en marzo que apoya un enfoque en dos generaciones para tratamiento. "La investigación halló que los bebés cuyas

stress responses at 6 months old. While previous research has connected maternal stress with increased problems for children, this is the first known study to show—with measurable physical outcomes—that a prenatal intervention may improve outcomes in babies.

This study was a follow-up to an earlier study showing the same intervention reduced stress and depression in mothers, as well as improved glucose tolerance and physical activity levels. The study intentionally focused on women with a high level of stress in their lives (low-income, health challenges), in order to ensure it works for those who need it most," shared Jess Berthold, Senior Public Information Representative for the UCSF Office of Communications.

As senior study author Dr. Nicole Bush said, "This is the next frontier—interventions for moms that have positive effects on both mom and baby."

[Click here to read the full press release](#)

madres participaron en un programa de atención plena durante el embarazo pudieron responder mejor al estrés a los 6 meses. Mientras investigaciones anteriores habían conectado el estrés maternal con mayores problemas para los niños, esta es la primera investigación conocida que demuestra—con resultados físicos medibles—que una intervención prenatal puede mejorar los resultados para los bebés.

Esta investigación fue un seguimiento a un estudio anterior demostrando que la misma intervención redujo el estrés y la depresión en las madres, así como mejoró la tolerancia de la glucosa y los niveles de actividad física. El estudio se enfocó intencionalmente en mujeres con un nivel alto de estrés en sus vidas (bajos ingresos, problemas de salud) con el fin de garantizar que funcione para aquellas que más lo necesitan," informó Jess Berthold, Representante en Jefe de Información Pública para la Oficina de Comunicación de

UCSF. Como informó la autora principal del estudio la Dra. Nicole Bush, “Esta es la próxima frontera—intervenciones para las madres que tienen efectos positivos tanto en la madre como el bebé.”

Haga clic aquí para leer el anuncio de prensa (en Inglés)



We Want to Hear from You!

The MHSAC Formal Public Comment Period is open 3/22/21- 4/21/22

WHAT IS MHSAC?

THE PURPOSE OF THE MENTAL HEALTH SERVICES ACT IS TO EXPAND AND IMPROVE MENTAL HEALTH SERVICES AND TRANSFORM THE MENTAL HEALTH SYSTEM.

THE COMMUNITY PLANNING PROCESS ALLOWS STAKEHOLDERS THE OPPORTUNITY TO PROVIDE FEEDBACK FROM THEIR UNIQUE PERSPECTIVE ABOUT THE PROGRAMS AND SERVICES BEING FUNDED THROUGH MHSAC.



SCAN QR CODE FOR MORE INFO

ESCANEAR CÓDIGO QR PARA MÁS INFORMACIÓN

¡Queremos Saber de Usted!

El Período Formal de Comentarios Públicos de MHSAC está abierto 3/22/21- 4/21/22

¿QUÉ ES MHSAC?

EL PROPÓSITO DE LA LEY DE SERVICIOS DE SALUD MENTAL ES EXPANDIR Y MEJORAR LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL Y TRANSFORMAR EL SISTEMA DE SALUD MENTAL.

EL PROCESO DE PLANIFICACIÓN COMUNITARIA BRINDA A LAS PARTES INTERESADAS LA OPORTUNIDAD DE BRINDAR COMENTARIOS DESDE SU PERSPECTIVA ÚNICA SOBRE LOS PROGRAMAS Y SERVICIOS QUE SE FINANCIAN A TRAVÉS DE LA MHSAC.

COUNTY OF SANTA CRUZ
Behavioral Health Services
FOR CHILDREN & ADULTS

CONDADO DEL SANTA CRUZ
Salud Mental y Tratamiento del Uso de Sustancias
POR NIÑOS Y ADULTOS



First 5 Santa Cruz County is able to provide free Triple P parenting support in English and Spanish to Santa Cruz County families with children from birth to 16 years old, thanks to Mental Health Services Act (MHSA) Prevention and Early Intervention funding.

We invite you to participate in the community stakeholder feedback opportunity.

Listen to David Brody, First 5's Executive Director, and Nicole Young, Triple P Coordinator for First 5, describe the benefits and positive results of Triple P.

[Click Here to Watch the Video](#)

Then share your feedback about Triple P and other programs funded through MHSA by **April 21**.

Click Here to Leave a Comment for the MHSA Annual Update



Primeros 5 Santa Cruz County puede proporcionar apoyo de crianza de Triple P gratuito en inglés y español a las familias en el Condado de Santa Cruz con niños desde recién nacidos hasta los 16 años de edad, gracias a los fondos de Prevención e Intervención Temprana de la Ley de Servicios de Salud Mental (MHSA, por sus siglas en inglés). Le invitamos a participar en la oportunidad de proveer comentarios de la comunidad. Escuche a David Brody, el Director Ejecutivo de Primeros 5, y a Nicole Young, la Coordinadora de Triple P para Primeros 5, describir los beneficios y resultados positivos de Triple P.

[Haga clic aquí para ver el video](#)

Luego **comparta** sus comentarios sobre Triple P y

otros programas patrocinados
por la MHSA para el 21 de abril.

Haga clic aquí para dejar un
comentario para
la actualización de MHSA



Community Announcements *Anuncios Comunitarios*

Local Pediatric Dental Appointments Available Citas dentales pediátricas locales disponibles

There are pediatric dental appointment openings at local clinics for children 0 to 3.

Please check out this [flyer](#) for more information about the importance of bringing young children in to have regular dental checkups.

Hay citas dentales pediátricas en clínicas locales para niños de 0 a 3 años de edad.

Favor de leer este [volante](#) para más información sobre la importancia de llevar a los niños pequeños para chequeos dentales regulares.

Local Assistance Available to Help with Health Insurance and CalFresh Applications Hay ayuda local disponible para solicitar seguro médico y CalFresh

Having access to health

Tener acceso a seguro médico y

insurance and food for our families is of vital importance. If you, a family member, friend or neighbor need help completing or renewing an application to county or state health insurance programs, Certified Application Assistors can answer your questions and offer free application assistance.

Call an Application Assistor directly at any of the agencies listed on this [flyer](#) for more information.

comida para nuestras familias es de vital importancia. Si usted, un familiar, amigo o vecino necesita ayuda para completar o renovar una solicitud para los programas de seguro médico del condado o estado, Asistentes de Solicitudes Certificados pueden contestar sus preguntas y ofrecer ayuda gratuita con las solicitudes. Llame a un Asistente de Solicitudes directamente en cualquiera de las agencias listadas en este [volante](#) para más información.

Community Resources *Recursos Comunitarios*

Parenting and Caregiver Resources Recursos para padres y cuidadores

- First 5 Santa Cruz County- [**Triple P parenting support**](#)
- First 5 California's [**Parenting Website**](#)
- [**April Family Resource Calendar**](#)
- United Way of Santa Cruz County [**211 Website**](#)
- Learn more about: [**The California Work Opportunity and Responsibility to Kids**](#)
- Primeros 5 Santa Cruz County-[**Apoyo de crianza de Triple P**](#)
- Primeros 5 California [**Sitio web sobre la crianza**](#)
- [**Calendario de recursos familiares para abril**](#)
- United Way de Santa Cruz County [**Sitio web 211**](#)
- Aprender más acerca de: [**El programa de Oportunidad de**](#)

(CalWORKs) program

- Santa Cruz County Schools **Student & Family Behavioral Health Disaster Support resource** in English and Spanish
- Resources from **Sesame Street in Communities**
- From the National Institute of Mental Health - Flyers on Stress and Anxiety in **English** and **Spanish**
- Watsonville Public Library - **Storytime Kits**
- Check the **Santa Cruz Public Library's webpage** for local branches and hours - Capitola Branch is now open!
- **Multilingual Learning Toolkit**

Trabajo y Responsabilidad para Niños (CalWORKs)

- Escuelas del Condado de Santa Cruz: **Recurso sobre apoyo de salud mental durante los desastres naturales para estudiantes y familias** en Inglés y Español
- Recursos de **Sesame Street en las Comunidades**
- Del Instituto Nacional de Salud Mental - volantes sobre estrés y ansiedad en **Inglés y Español**
- Biblioteca Pública de Watsonville - **Kits para Tiempo de Historias**
- Vea el sitio web de la **Biblioteca Pública de Santa Cruz** para las sucursales locales y los horarios – ¡la sucursal de Capitola está abierta!
- **Kit de herramientas de aprendizaje multilingüe**

If you are in need of child care,
please call the Child Development Resource Center

Si usted necesita cuidado infantil, por favor llame al Centro
de Recursos de Desarrollo Infantil (Child Development
Resource Center)



Child Development Resource Center

Serving those who care for and educate young children.

(831) 466-5820

cdrc@santacruzcoe.org

COVID-19 Related Community Resources

Recursos comunitarios relacionados a COVID-19

- Community Bridges is offering **Rental Assistance Guidance**
- Santa Cruz County Office of Education.
 - For information about vaccine appointments go to **sccoe.link/vaccines**
- County of Santa Cruz Health Services Agency:
 - **Vaccination Information**
 - **COVID -19 Resources and Information Website**
 - **Testing Sites**
- California Coronavirus (COVID-19) Response:
 - **COVID -19 Resources and Information Website**
- Puentes de la Comunidad ofrece **Guía sobre ayuda con alquileres**
- Oficina de Educación del Condado de Santa Cruz.
 - Para información sobre citas para vacunas visite **sccoe.link/vaccines**
- Agencia de Servicios de Salud del Condado de Santa Cruz:
 - **Información sobre vacunas**
 - **Sitio web de recursos e información sobre COVID-19**
 - **Sitios de las pruebas**
- Respuesta de California al Coronavirus (COVID-19):
 - **Sitio web de recursos e información sobre COVID-19**



Adverse Childhood Experiences (ACEs) Resources

Recursos sobre las Experiencias Adversas de la Niñez (ACEs)

- [Santa Cruz County ACEs Network of Care Website](#)
- Office of the California Surgeon General:
 - [ACEs and Toxic Stress](#)
 - Roadmap for Resilience: [The California Surgeon General's Report on Adverse Childhood Experiences, Toxic Stress, and Health](#)
- Number Story: [website](#)
- [Sitio web de la Red de Cuidado de ACEs del Condado de Santa Cruz](#)
- Oficina de la Cirujana General de California:
 - [ACEs y estrés tóxico](#)
 - Mapa para la Resiliencia: [El Informe de la Cirujana General de California sobre las Experiencias Adversas de la Niñez, el Estrés Tóxico, y la Salud](#)
- Number story: [Sitio web](#)



CALL

TEXT

VISIT

2-1-1
OR (800-273-6222)

Send your zip-code
to 898-211

211santacruzcounty.org



MARQUE

ENVÍE

VISITE

2-1-1
O (800-273-6222)

Su código postal
por texto a 898-211

211santacruzcounty.org

This newsletter is a collaborative effort of First 5 Santa Cruz County staff.

Este boletín es una colaboración del personal

Click here to find past newsletters on our updated website

Haga clic aquí para ver boletines anteriores en nuestro sitio web actualizado



website: www.first5scc.org

PO Box 1457 Capitola, CA 95010

Tel: 831-465-2217 Fax: 831-479-5477

