

A Bit Better *Un poco mejor*

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

May 2024 - mayo 2024

First 5 is Offering Triple P Trainings for Practitioners

*Are you, or someone you know, interested in providing Triple P
parenting support to families in Santa Cruz County?*

Primeros 5 ofrece capacitaciones de Triple P para proveedores

*¿Está usted, o alguien que conoce, interesado en brindar
apoyo de crianza de Triple P a las familias en
el Condado de Santa Cruz?*



Exciting news! First 5 Santa Cruz County is gearing up to host several trainings for those interested in becoming Triple P practitioners (available only in



¡Noticias emocionantes! Primeros 5 Santa Cruz County se está preparando para ofrecer varias capacitaciones para personas que tienen interés

English at this time).

Curious if this is right for you or someone you know? Join us for our upcoming informational sessions where we'll delve into the specifics of our Triple P trainings, spanning Levels 3-5 and scheduled between June and December this year.

[Click here to find an upcoming informational session listed on our calendar.](#)

No prior experience or qualifications required – just bring your passion for positive parenting!

en volverse practicantes (proveedores) de Triple P (por el momento sólo disponibles en inglés).

¿Curioso si esto es adecuado para ti o alguien que conoces? Participe en nuestras próximas sesiones informativas donde vamos a profundizar en los detalles específicos de nuestras capacitaciones de Triple P, que abarcan los niveles 3 a 5 y están programadas entre junio y diciembre de este año.

[Haga clic aquí para encontrar una próxima sesión informativa en nuestro calendario](#)

No se requiere experiencia previa ni calificaciones, ¡solo traiga su pasión por la crianza positiva!

View more details about Triple P Trainings for Practitioners / Más información sobre las capacitaciones para practicantes de Triple P

May is Mental Health Awareness Month Mayo es el mes de la concientización sobre la salud mental

Supporting mental health is important to us, our families, our friends and our community.

Learn about resources for you and your loved ones here:

**Santa Cruz County Mental
Health Pocket Guide**

Apoyar la salud mental es importante para nosotros, nuestras familias, nuestros amigos y nuestra comunidad.

Obtenga información sobre recursos para usted y sus seres queridos aquí:

CDPH Maternal Mental Health

CalHHS Mental Health
Resources for Youth

First 5 California's Stronger
Start

Salud Mental del Condado de
Santa Cruz

CDPH Salud Mental Materna

CalHHS Recursos de salud
mental para jóvenes

First 5 California's Stronger
Start (en español)

First 5 Celebrates 25 Years!
¡Primeros 5 Celebran 25 Años!

CHEERS TO  YEARS

First 5s across the state are celebrating 25 years of community programs and partnerships supporting families raising young children ages 0-5. First 5 California recently released this commemorative video highlighting the reach and

Los Primeros 5 de todo el estado están celebrando 25 años de programas comunitarios y colaboraciones que apoyan a las familias que crían niños pequeños desde el nacimiento hasta los 5 años de edad. Primeros 5 California

depth of service and commitment First 5s have to their communities.

recientemente publicó este video conmemorativo que destaca el alcance y la profundidad del servicio y el compromiso que los Primeros 5 tienen con sus comunidades.

Community Announcements *Anuncios Comunitarios*

BenefitsCal Available in Santa Cruz County *BenefitsCal ahora está disponible en el Condado de Santa Cruz*

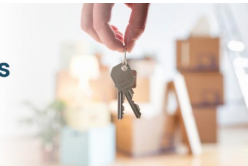
The **BenefitsCal.com** website helps customers apply for, view, and renew their benefits for health coverage, food and cash assistance.

Learn more
about BenefitsCal.com here!

El sitio web **BenefitsCal.com**, ayuda a los clientes a solicitar, ver, y renovar sus beneficios para cobertura médica, comida y ayuda en efectivo.

¡Infórmese sobre
BenefitsCal.com aquí!

County Human Services Department's Watsonville Services Have Moved!



We've moved to 500 Westridge Drive, the new South County Government Services Center.



Access the same services at our new South County Government Services Center, at 500 Westridge Drive. New METRO bus route 78 is now providing services to 500 Westridge Drive.

¡Los servicios de Watsonville del Departamento de Servicios Humanos del Condado se han mudado!



Nos hemos mudado a 500 Westridge Drive, el nuevo Centro de servicios gubernamentales del sur del condado.



Acceda los mismos servicios en nuestro nuevo Centro de Servicios Gubernamentales del Sur del Condado, en 500 Westridge Drive. La nueva ruta de autobús 78 de METRO ya esta brindando servicios a 500 Westridge Drive.

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 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.

Tener acceso a seguro médico y 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**
- **Family Resource Calendar**
- United Way of Santa Cruz County **211 Website**
- **How Families Can Support their Child's Social and Emotional Development**
- Learn more about: **The California Work Opportunity and Responsibility to Kids (CalWORKs) program**
- Santa Cruz County Office of Education - **Social Emotional Learning and Wellness Resources for Families**
- Resources from **Sesame Street in Communities**
- Watsonville Public Library - **Resources**
- Santa Cruz Public Library - **Resources**
- **Multilingual Learning Toolkit**
- Centers for Disease Control and Prevention - **Help Your Child Grow and Thrive**
- For families experiencing family violence visit **Walnut Avenue Family and Women's Center**
- Primeros 5 Santa Cruz County-**Apoyo de crianza de Triple P**
- Primeros 5 California **Sitio web sobre la crianza**
- **Calendario de recursos familiares**
- United Way de Santa Cruz County **Sitio web 211**
- **Maneras en las que las familias pueden apoyar el desarrollo social y emocional de sus hijos**
- Aprender más acerca de: **El programa de Oportunidad de Trabajo y Responsabilidad para Niños (CalWORKs)**
- Santa Cruz County Office of Education - **Aprendizaje Social y Emocional (SEL) & Bienestar Para Familias**
- Recursos de **Sesame Street en las Comunidades**
- Biblioteca Pública de Watsonville - **recursos**
- Biblioteca Pública de Santa Cruz - **recursos**
- **Kit de herramientas de aprendizaje multilingüe**
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades - **Apoye su desarrollo y crecimiento**
- Para familias experimentando violencia familiar, visite

Click here to visit First 5 California' Stronger Starts to learn more about toxic stress and resources to support families

Haga clic para visitar el sitio de Comienzos Más Fuertes de Primeros 5 California para informarse sobre el estrés tóxico y recursos para apoyar a familias

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)

childcare.santacruzcoe.org



Child Development Resource Center

Serving those who care for and educate young children.

(831) 466-5820

cdrc@santacruzcoe.org

Adverse Childhood Experiences (ACEs) Resources
Recursos sobre las Experiencias Adversas
de la Niñez (ACEs)

- ACEs Aware: [Stress Busters website](#)
- Office of the Surgeon General website: [Adverse Childhood Experiences \(ACEs\) and Toxic Stress](#)
- The Office of the Surgeon General's [Playbook for Stress for Care Givers and Kids](#)
- [Santa Cruz County ACEs Network of Care Website](#)
- Number Story: [website](#)
- ACEs Aware: [Sitio web de Stress Busters \[Armas contra el Estrés\]](#)
- Sitio web de la Oficina de la Cirujana General: [Experiencias Adversas de la Niñez \(ACEs\) y el Estrés Tóxico](#)
- [Guía para manejar el estrés para cuidadores y niños](#) de la Oficina de la Cirujana General
- [Sitio web de la Red de Cuidado de ACEs del Condado de Santa Cruz](#)
- Number story: [Sitio web](#)



CALL **TEXT** **VISIT**

2-1-1
OR (831-713-4111)

Send your zip-code
to 898-211

211santacruzcounty.org

MARQUE **ENVÍE** **VISITE**

2-1-1
O (831-713-4111)

Su código postal
por texto a 898-211

211santacruzcounty.org

Our First 5 Santa Cruz County newsletter title, *A Bit Better*, is inspired by the following quote “*To leave the world a bit better, whether by a healthy child, a garden patch, or a redeemed social condition; to know that even one life has breathed easier because you have lived – that is to have succeeded*” – Ralph Waldo Emerson

El título de nuestro boletín de Primeros 5 Santa Cruz County, *Un poco mejor*, está inspirado por la siguiente cita: “*Dejar el mundo un poco mejor, ya sea con un niño saludable, un pequeño jardín, o una condición social remediada; saber que al menos una sola persona ha sentido alivio porque tú has vivido – eso es haber tenido éxito*”. – Ralph Waldo Emerson

This newsletter is a collaborative effort of First 5 Santa Cruz County staff.
Este boletín es una colaboración del personal de Primeros 5 Santa Cruz County.

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