

A Bit Better *Un poco mejor*

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

January 2024 - enero 2024

A photograph of a family of four: a man, a woman, and two children, smiling and embracing each other.

It's Positive Parenting Awareness Month!
Get Parenting Tips & Tools

¡Es el Mes de Crianza Positiva!
Obtenga consejos y herramientas para padres

The Triple P logo is on the left, and the First 5 Santa Cruz County logo is on the right.

January is Positive Parenting Awareness Month! *¡Enero es Mes de la Concientización* *de Crianza Positiva!*

For the 12th year in a row, the County Board of Supervisors has partnered with First 5 Santa Cruz County to declare January as Positive Parenting Awareness Month (PPAM), joining other California counties and the California legislature, which will pass a resolution declaring January 2024 as Positive Parenting Awareness Month across the state.

PPAM activities are led by First 5 Santa Cruz County as part of the Triple P - Positive Parenting Program, an evidence-based program that offers practical,

Por 12 años consecutivos, la Junta de Supervisores del Condado se ha asociado con Primeros 5 Santa Cruz County para declarar enero como el Mes de la Concientización de la Crianza Positiva (en inglés, Positive Parenting Month – PPAM), uniéndose a otros condados en California y la legislatura de California, que aprobará una resolución declarando que enero de 2024 es el Mes de la Concientización de la Crianza Positiva en todo el estado.

Las actividades de PPAM son

proven tips and tools to build strong family relationships and make parenting easier. Triple P providers have helped thousands of Santa Cruz County families in English and Spanish since 2010.

“Parenting is one of the most difficult roles a person can take on. It can feel overwhelming, isolating, and defeating,” said David Brody, Executive Director of First 5 Santa Cruz County. “The Triple P program is something that can help with parenting questions and worries, big or small. Families can receive support for raising healthy, thriving children through Triple P and other programs offering home visiting, early learning and care, afterschool care, preventive health and dental care, behavioral health care, economic supports and other basic needs.”

Click here to read the January Triple P Blog about the importance of raising awareness about positive parenting and celebrating parents

Positive Parenting is celebrated in January each year, as an opportunity to recognize the vital role that parents and caregivers play in raising healthy, resilient children. It's also a reminder that community members, businesses, early care and education providers, schools, and faith-based, non-profit, and

coordinadas por Primeros 5 Santa Cruz County como parte de Triple P -Programa de Crianza Positiva, un programa basado en la evidencia que ofrece un "juego de herramientas" de estrategias para fortalecer las relaciones, promover el desarrollo de los niños y manejar los desafíos comunes de la crianza. Los proveedores de Triple P han ayudado a miles de familias del Condado de Santa Cruz en inglés y español desde 2010.

"La crianza de los hijos es uno de los roles más difíciles que una persona puede asumir. Uno puede sentirse abrumado, aislado y derrotado", dijo David Brody, Director Ejecutivo de Primeros 5 Santa Cruz County. "El programa Triple P es algo que puede ayudar con las preguntas y preocupaciones de los padres, grandes o pequeñas. Las familias pueden recibir apoyo para criar niños sanos y prósperos a través de Triple P y otros programas que ofrecen visitas al hogar, aprendizaje y cuidado temprano, cuidado después de la escuela, cuidado médico y dental preventivo, atención de salud mental, apoyos económicos y otras necesidades básicas."

Haga clic aquí para el blog de Triple P de enero sobre la importancia de concientizar sobre la crianza positiva y celebrar a los padres

government organizations all play a crucial role in supporting families to thrive. This year, we're focusing on HOPE as we celebrate parents and caregivers and begin a new year. **Hope** is the sunshine that brightens families' journeys and fosters growth!

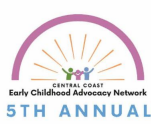


El Mes de la Concientización sobre la Crianza Positiva (PPAM, por sus siglas en inglés) se celebra en enero de cada año, como una oportunidad para reconocer el rol vital que desempeñan los padres y cuidadores en la crianza de niños sanos y resilientes. También es un recordatorio que los miembros de la comunidad, empresas, proveedores de cuidado y educación temprana, escuelas, y organizaciones religiosas, sin fines de lucro y gubernamentales todos tienen un rol crucial en apoyar a las familias a prosperar. Este año, nos centramos en la **ESPERANZA** mientras celebramos a los padres y cuidadores y comenzamos un nuevo año. ¡La esperanza es el sol que ilumina el viaje de las familias y fomenta el crecimiento!

[Click here to learn more about local events and exciting activities / Haga clic aquí para informarse sobre eventos locales y actividades divertidas](#)

***Registration for the upcoming tri-county
2024 Parent Power Summit is now open!***

La inscripción para nuestra próxima Cumbre del Poder de los Padres de 2024 en los tres condados ya está abierta



PARENT POWER SUMMIT 2024



Join us to build community and support thriving families. Together, we will:

- Dream big about how we can improve childcare in our region through collective action & advocacy
- Build relationships with other parents, caregivers, and local elected officials from Monterey, Santa Cruz, and San Benito Counties
- Make our voices heard



SATURDAY
FEBRUARY 10
10:00AM - 2:30PM

SHERWOOD HALL
940 N MAIN ST
SALINAS



REGISTER: bit.ly/3tsr8zC

Child care available for children ages 3-12



CUMBRE DEL PODER DE LOS PADRES 2024



Únase a nosotros para construir una comunidad y apoyar a familias prósperas. Juntos lograremos:

- Soñar en grande sobre cómo podemos mejorar el cuidado infantil en nuestra región a través de la acción y la promoción colectivas
- Establecer relaciones con otros padres, cuidadores y funcionarios electos locales de los condados de Monterey, Santa Cruz y San Benito.
- Haz oír nuestras voces



SÁBADO
10 DE FEBRERO
10:00AM - 2:30PM

SHERWOOD HALL
940 N MAIN ST
SALINAS



REGÍSTRESE: bit.ly/3tsr8zC

Cuidado infantil disponible para niños de 3 a 12 años.

Parents, Caregivers & Community Leaders - join us!

Saturday, February 10
10:00AM - 2:30PM
(Registration begins at 9:30)
@ Sherwood Hall, 940 N Main
St, Salinas, CA 93906

Join us to build community and support thriving families. Together, we will:

- Dream big about how we can improve childcare in our region through collective action & advocacy
- Build relationships with other parents, caregivers, and local elected officials from Monterey, Santa Cruz, and San Benito Counties
- Make our voices heard

We invite you to register and share this opportunity with families and parents for this free bilingual community event.

Padres, cuidadores y líderes comunitarios: ¡únase a nosotros!

Sábado 10 de febrero
10:00 a. m. - 2:30 p. m. (la inscripción comienza a las 9:30 p. m.) @ Sherwood Hall,
940 N Main St, Salinas, CA 93906

Únase a nosotros para construir una comunidad y apoyar a familias prósperas. Juntos lograremos:

- Soñar en grande sobre cómo podemos mejorar el cuidado infantil en nuestra región a través de la acción y la promoción colectivas
- Construir relaciones con otros padres, cuidadores y funcionarios electos locales de los condados de Monterey, Santa Cruz y San Benito.
- Hacer oír nuestra voz

Te invitamos a registrarte y compartir esta oportunidad con familias y padres para este evento comunitario bilingüe gratuito

[Click Here to Register / Haga clic aquí para inscribirse](https://bit.ly/3tsr8zC)

*California's Office of the Surgeon General
Releases New Videos on How to Manage Stress*
*La Oficina de la Cirujana General de California
publica nuevos videos sobre cómo manejar el
estrés*



Community Announcements
Anuncios Comunitarios

***Kaiser Permanente's Community
Health Care Program (CHCP)***

Have you encountered a person who is undocumented or on DACA who is now over income for Medi-Cal and is not offered employee insurance? **Kaiser Permanente's Community Health Care Program (CHCP)**

¿Se ha encontrado con una persona indocumentada o con DACA, que actualmente sobrepasa los ingresos permitidos por Medi-Cal y no es ofrecido seguro médico por su trabajo? **Kaiser Permanente's**

may be able to help.

Please see this [flyer](#) for more information.

Community Health Care Program (CHCP) quizás le puede ayudar.

Favor de ver este [volante](#) para más información.

Click here for more information on the program/ Haga clic aquí para obtener más información sobre el programa

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!

Medi-Cal Beneficiaries: Take action to renew your Medi-Cal benefits!

Santa Cruz County staff will mail you a letter to renew your Medi-Cal coverage.

The letter will tell you if:

- County staff needs information from you to renew your Medi-Cal
- OR
- Your Medi-Cal was automatically renewed

If you get a renewal form, please fill it out and return it right away!

Report any changes to your name, address, phone number, and email address, so a Benefit Representative can contact you.

Medi-Cal will **never** require payment during application or renewal.

For more details and to learn how to update your contact information:

PHONE
1-888-421-8080

IN PERSON
1020 Emeline Ave., Santa Cruz
18 West Beach St., Watsonville

COUNTY OF SANTA CRUZ
HUMAN SERVICES DEPARTMENT

Beneficiarios de Medi-Cal : ¡Actúen ahora para renueva su Medi-Cal beneficios!

Condado de Santa Cruz le enviará una carta por correo sobre su cobertura de Medi-Cal.

La carta le dirá si:

- Su condado necesita más información para renovar su Medi-Cal
- o
- El condado renovó automáticamente su Medi-Cal

¡si recibe un formulario de renovación, llénelo y devuélvalo de inmediato!

Reporte cualquier cambio de información, como su nombre, dirección, número de teléfono y dirección de correo electrónico, para que su condado pueda comunicarse con usted.

Medi-Cal **nunca** requerirá el pago durante la solicitud o renovación.

Para más detalles o información acerca de como actualizar su información de contacto:

TELEFONO
1-888-421-8080

EN PERSONA
1020 Emeline Ave., Santa Cruz
18 West Beach St., Watsonville

COUNTY OF SANTA CRUZ
DEPARTAMENTO DE SERVICIOS HUMANOS

Local Medi-Cal Renewal Information

Medi-Cal para el Condado de Santa Cruz

Click here to access the form to update contact information if your Medi-Cal is active in Santa Cruz County

Haga clic aquí para el formulario para actualizar su información de contacto si tiene Medi-Cal activo en el Condado de Santa Cruz.

Local Pediatric Dental Appointments Available *Citas dentales pediátricas locales disponibles*

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

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

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

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.

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 Certificadas pueden contestar sus preguntas y ofrecer ayuda gratuita con las solicitudes.

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

Llame a un Asistente de Solicitudes directamente en

information.

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 Schools **Student & Family Behavioral Health Disaster Support resource** in English and Spanish
- Resources from **Sesame Street in Communities**
- Watsonville Public Library - **Resources**
- Santa Cruz Public Library - **Resources**
- 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)**
- 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**
- Biblioteca Pública de Watsonville - **recursos**

- **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**
- 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 el **Centro de Familias y Mujeres de Walnut Avenue**

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

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

TEXT

Send your zip-code
to 898-211

VISIT

211santacruzcounty.org



MARQUE

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

ENVÍE

Su código postal
por texto a 898-211

VISITE

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

Click here to find past newsletters on our updated website

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



FIRST 5
SANTA CRUZ COUNTY



website: www.first5scc.org

PO Box 1457 Capitola, CA 95010

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