

A Bit Better Un poco mejor

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

July 2023 - julio 2023

Summer is a Time to be Mindful of Heat Safety and Drowning Prevention


El verano es un momento para tener
en cuenta la seguridad contra el calor y
la prevención del ahogamiento

**SIGNS OF
DEHYDRATION
CHILDREN
& INFANTS**




- Fever
- Dry Skin
- Dry Mouth
- No Tears
- Crankiness
- Constipation
- Unusual Tiredness
- No Wet Diapers
for 3 hours or longer

**SIGNOS DE
DESHIDRATACIÓN
NIÑOS
& BEBÉS**




- Fiebre
- Piel seca
- Boca seca
- Sin lágrimas
- Irritabilidad
- Estreñimiento
- Cansancio inusual
- Pañales que no
están mojados
por 3 horas o más

Keeping our little ones safe is preventable when we know the safety steps to take, and the signs to look for when the weather starts to heat up for summer.

Hydrate:

Keep babies and children safe in

Mantener a nuestros pequeños seguros del peligro se puede prevenir cuando conocemos los pasos de seguridad a tomar y las señales de alerta cuando el clima comienza a calentarse en el verano.

Hidratar:

the heat by:

- Keeping them hydrated
- Never leaving them in a parked car, even if the windows are open
- Dressing them in loose, lightweight, light-colored clothing
- Taking breaks in the shade or an air-conditioned area
- For babies under 6-months, giving a little extra breastmilk or formula
- For babies over 6-months, giving a little water

Click here to learn more about extreme heat resources.

Drowning:

Prevent drowning by supporting your child's swimming skills, installing alarms around pool areas, and making sure there is adult supervision at all times.

For more tips on drowning prevention and how to prepare visit: <https://bit.ly/ddsdrowning>

Drowning is Silent Poster

Mantenga a los bebés y niños a salvo en el calor al:

- Mantenerlos hidratados
- Nunca dejarlos en un carro estacionado, incluso si las ventanas están abiertas
- Vestirlos con ropa suelta, ligera, de color claro
- Tomar descansos en la sombra o en un área con aire acondicionado
- Para bebés menores de 6 meses, dar un poco de leche materna o fórmula extra
- Para bebés mayores de 6 meses, dar un poco de agua

Haga clic aquí para informarse sobre recursos para el calor extremo.



Ahogamiento:

Evite el ahogamiento apoyando las habilidades de natación de su hijo, instalando alarmas alrededor de las áreas de la alberca y asegurándose de que haya supervisión de un adulto en todo momento.

Para obtener más consejos sobre la prevención de ahogamiento y cómo prepararse, visite:

<https://bit.ly/ddsdrowning>


Póster ahogamiento es silencioso



DID YOU KNOW?

Drowning takes the lives of more California toddlers than any other kind of accident.

#NotOneMore



¿SABÍAS QUÉ?

El ahogamiento les quita la vida a más niños pequeños en California que cualquier otro tipo de accidente.

#NiUnoMás



Community Announcements *Anuncios Comunitarios*

BenefitsCal in Now Available in Santa Cruz County

BenefitsCal ahora está disponible en el Condado de Santa Cruz

As of **July 3rd**, Santa Cruz County has officially moved to the **NEW BenefitsCal** system. The new **BenefitsCal.com** website, helps customers apply for, view, and renew their benefits for health coverage, food and cash assistance.

Learn more
about [BenefitsCal.com](https://www.benefitscal.com) here!

A partir del **3 de julio**, el Condado de Santa Cruz ha pasado oficialmente al **NUEVO** sistema de **BenefitsCal**. El nuevo sitio web, **BenefitsCal.com**, ayuda a los clientes a solicitar, ver, y renovar sus beneficios para cobertura médica, comida y ayuda en efectivo.



Do Not Lose Your Medi-Cal Benefits!

Annual Medi-Cal Renewals Are Back!

Be on the lookout for your Medi-Cal renewal inside a yellow envelope in the mail. →

**Renew
it or
lose it.**

Did your address, or mailing address change in the last two years?

If yes, call the County at 1-888-421-8080, to report your new address. We want to make sure you get your Medi-Cal renewal packet in the mail.

Are you wondering when your next Medi-Cal renewal is due?

Ask a Benefits Representative the next time you call the County at 1-888-421-8080. You may also visit us in-person at 1020 Emeline Avenue in Santa Cruz or at 18W Beach Street in Watsonville.

Please know that Medi-Cal will never require payment during the application or renewal process.



¡No pierda sus beneficios de Medi-Cal!

¡Vuelven las renovaciones anuales de Medi-Cal!

Esté atento a su paquete de renovación de Medi-Cal dentro de un sobre amarillo por correo. →

**Renuévela
o
piérdala.**

¿Ha cambiado su dirección de hogar o dirección postal en los últimos dos años?

En caso afirmativo, llame al Condado al 1-888-421-8080 para informar su nueva dirección. Queremos asegurarnos de que reciba su paquete de renovación de Medi-Cal por correo.

¿Quiere saber cuándo es su próxima renovación de Medi-Cal?

Pregúntele a un Representante de Beneficios la próxima vez que llame al Condado al 1-888-421-8080. También puede visitarnos en persona en 1020 Emeline Avenue en Santa Cruz o en 18W Beach Street en Watsonville.

Tenga en cuenta que Medi-Cal nunca requerirá el pago durante el proceso de solicitud o renovación.



Local Medi-Cal Renewal
Information

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

Medi-Cal para el Condado
de Santa Cruz

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.

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**](#)
- Primeros 5 Santa Cruz County-[**Apoyo de crianza de Triple P**](#)
- Primeros 5 California [**Sitio web sobre la crianza**](#)
- [**Calendario de recursos familiares**](#)

- **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**
- **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**
- 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**
- 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



Make family life more enjoyable for everyone with the help of Triple P!

¡Haga que la vida familiar sea más agradable para todos con la ayuda de Triple P!



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

- [Santa Cruz County ACEs Network of Care Website](#)
- [Sitio web de la Red de Cuidado de ACEs del Condado de Santa Cruz](#)
- Number Story: [website](#)
- 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 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

