

 FIRST THINGS FIRST

GUÍA DE RECURSOS PARA FAMILIAS DEL CONDADO DE PIMA



2024

FIRST THINGS FIRST

Misión

First Things First (FTF) es un líder y colaborador esencial en la creación de un sistema para la primera infancia centrado en la familia, equitativo y de alta calidad que apoya el desarrollo, el bienestar, la salud y la educación de todos los niños de Arizona, desde el nacimiento hasta los 5 años.

Visión

Todos los niños de Arizona están preparados para tener éxito en la escuela y en la vida.



Escanee el código
QR para ver esta
guía en línea.

www.firstthingsfirst.org/regions/pima-south

www.firstthingsfirst.org/regions/pima-north

First Things First es la organización para la primera infancia de Arizona, con programas gratuitos, información y recursos para apoyar la salud y el desarrollo de los niños.

www.FirstThingsFirst.org

ÍNDICE

Esta lista de recursos es proporcionada por First Things First (FTF) y fue compilada por los coordinadores del programa para las regiones norte y sur de Pima FTF. Si alguna información necesita ser actualizada, o si desea hacer comentarios/preguntas/sugerencias, por favor contáctenos al (623) 301-2756, escanee el código QR en la parte inferior de esta página o envíenos un correo electrónico a: mvrvilo@FirstThingsFirst.org, sjakeo@FirstThingsFirst.org - gracias.

Términos Comunes Utilizados en Esta Guía.....	1
Recursos para Orientación Psicológica, Salud Conductual y Uso de Sustancias.....	2
Recursos para Violencia Doméstica y Sexual.....	2-3
Cuidado Infantil y Educación.....	3
Recursos para Intervención Temprana y Necesidades Especiales.....	4
Apoyo Familiar	5
Salud/Médico/Dental.....	6-7
Teléfonos de Ayuda y Líneas Directas.....	7
Biblioteca y Recursos de Alfabetización.....	8
Nutrición, Alimentos y Otros Recursos.....	9
Recursos de Apoyo para el Embarazo y el Nacimiento.....	10
Recursos para Familias Militares.....	11
Recursos para Comunidades Rurales.....	12
Apéndice A: Intervención Temprana.....	13

Escanee el código QR apropiado para compartir sus comentarios.

[Para Familias](#)



[Para Proveedores](#)



TÉRMINOS COMUNES UTILIZADOS EN ESTA GUÍA

Cuidado Infantil y Educación

Programas diseñados para apoyar a niños desde el nacimiento hasta los cinco años en el desarrollo de habilidades sociales, emocionales y cognitivas que les ayudarán a prepararse para la escuela y convertirse en aprendices de por vida. Los entornos incluyen Head Start, preescolares, centros de cuidado infantil y proveedores de cuidado en el hogar.

Para más información:

<https://myschoolstucson.org/early-childhood-education/>

Visitas en el Domicilio

Apoyos y servicios individualizados para padres o cuidadores en la comodidad de su propio hogar, lugar de residencia o entorno comunitario.

Para más información sobre las visitas a domicilio:

<https://www.firstthingsfirst.org/tag/home-visitation/>

Familia

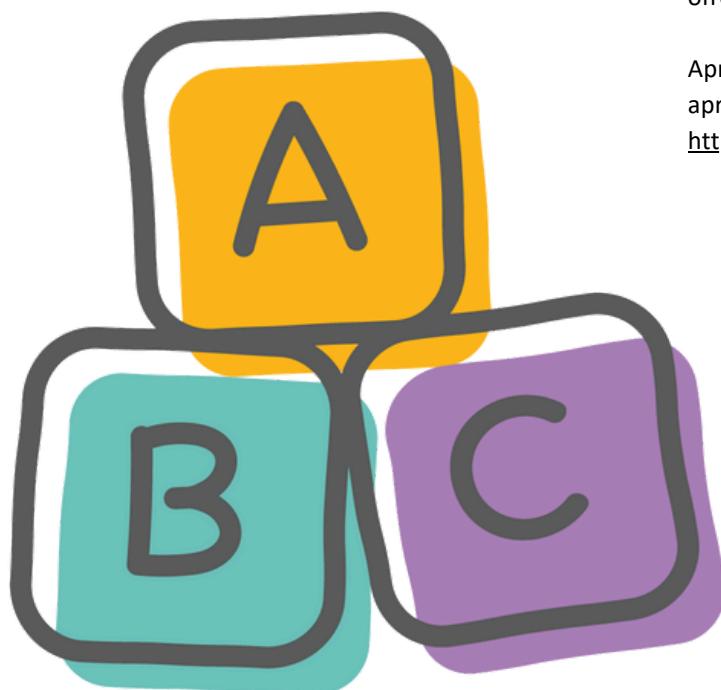
Esta guía está destinada a cualquier persona que participe en la crianza o el cuidado de niños pequeños. Cuando se menciona 'familia' en esta guía, se refiere a un grupo de personas, incluidos los niños pequeños, que se consideran una familia, biológica o no. Cuando se menciona 'padre' y/o 'cuidador', se refiere a cualquier persona responsable de un niño pequeño, ya sea un pariente biológico, miembro de una familia adoptiva o de acogida, o cualquier persona que proporcione cuidado diario a un niño.

Quality First: Programas de Cuidado Infantil

Es posible que usted observe en esta guía, y en agencias u organizaciones que se enfocan en niños pequeños, que se enfatiza la educación infantil temprana de calidad y el cuidado infantil de calidad. En general, esto significa que los programas de cuidado infantil y aprendizaje temprano han ido más allá de proporcionar estándares básicos de salud y seguridad y han asumido el compromiso de cumplir con requisitos más altos que los mínimos estatales. Quality First es un programa gratuito y voluntario financiado por FTF para ayudar a los proveedores a ofrecer cuidado de alta calidad.

Aprenda más sobre qué buscar en un entorno de aprendizaje temprano de alta calidad:

<https://www.firstthingsfirst.org/resources/quality-first>



Servicios de Salud Mental Gratuitos y de Bajo Costo

Servicios de salud mental gratuitos y de bajo costo en el Condado de Pima.

Sitio Web: <https://www.library.pima.gov/content/free-and-low-cost-mental-health-resources/>

Bilingüe: Si

Alianza Nacional para la Salud Mental del Sur de Arizona (NAMI)

Una variedad de apoyos para personas afectadas por enfermedades mentales y sus familias.

Todos los servicios son gratuitos.

6122 E. 22nd St., Tucson, AZ 85711

Sitio Web: <https://www.namisa.org/>

Número de Teléfono:

Oficina: (520) 622-5582

Línea de Crisis: 520-622-

6000

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si



M.I.K.I.D.

M.I.K.I.D. existe para mejorar la salud conductual y el bienestar de los niños y jóvenes con un enfoque centrado en la familia.

Sitio Web: <https://www.mikid.org/>

Salud Mental y Adicción de la Comunidad del Condado de Pima (CMHA)

Ofrece un calendario de eventos y recursos comunitarios gratuitos sobre salud mental y adicciones.

Sitio Web:

<https://www.pima.gov/192/Community-Mental-Health-Addiction-CMHA>

Costo: Gratuito

Bilingüe: si, sin embargo, algunos eventos pueden ser solamente en inglés.

Coalición para la Depresión Postparto de Tucson

La depresión que ocurre después del parto es común y afecta a aproximadamente una de cada siete mujeres. La Coalición de Depresión Postparto de Tucson es una organización sin fines de lucro cuya misión es ayudar a las nuevas madres a navegar por este período, a menudo confuso y difícil, a través de la educación y los grupos de apoyo.

Sitio Web: tucsonpostpartum.com

Costo: Gratuito - algunos enlaces pueden ser servicios de pago.

Bilingüe: El sitio web es en inglés, los proveedores o grupos de apoyo pueden ofrecer otros idiomas.

RECURSOS PARA VIOLENCIA DOMÉSTICA Y SEXUAL

El Centro de Defensa de los Niños del Sur de Arizona

Servicios de investigación y defensa para niños víctimas de abuso y sus familiares no ofensores.

Expertas evaluaciones médicas, entrevistas forenses grabadas en video, intervención en crisis y coordinación de casos se proporcionan en un solo lugar. Los niños que no pueden regresar a su hogar reciben ropa, libros, una manta y un osito de peluche para llevar a un hogar de acogida temporal. Son alimentados en el centro y reconfortados por personal y voluntarios capacitados.

2329 East Ajo Way Tucson, AZ 85713

Sitio Web: <https://www.cacsoaz.org/>

Número de Teléfono: 520-7246600

Costo: Gratuito

Emerge: Centro Contra el Abuso Doméstico

Si usted o alguien que conoce ha enfrentado cualquier forma de violencia doméstica, el Centro Emerge Contra la Violencia Doméstica está disponible para brindar apoyo. Ofrecen una variedad de servicios de apoyo que incluyen alojamiento de emergencia, recursos legales, grupos de apoyo y servicios diseñados específicamente para niños y familias.

2545 E Adams St, Tucson, AZ 85716

Sitio Web: <https://emergecenter.org/>

Línea de Crisis 24/7: (520) 795-4266

Número de Teléfono: (520) 881-7201

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si, multilingüe

RECURSOS PARA VIOLENCIA DOMÉSTICA Y SEXUAL (continuación)

Oficina del Fiscal del Condado de Pima –División de Servicios a Víctimas

La División de Servicios a Víctimas apoya, educa y empodera a las víctimas y sobrevivientes para buscar justicia. Si usted es víctima de un crimen, o conoce a alguien que lo sea, un defensor capacitado puede ayudarlo.

32 N. Stone Ave, Tucson, AZ 85701

Horario: L-V 8 a.m. a 5 p.m.

Sitio Web: <https://www.pcao.pima.gov/pcao-divisions/victim-services/>

Número de Teléfono: (520) 724-5525

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Centro del Sur de Arizona contra el Asalto Sexual (SACASA)

Si usted o alguien que conoce ha enfrentado alguna forma de violencia sexual, SACASA estará disponible para brindar apoyo. Ofrecen servicios de apoyo, terapia, defensa y una línea de crisis disponible las 24 horas del día.

1600 N. Country Club Rd, Tucson, AZ 85716

Horario: 8 a.m. a 5 p.m.

Sitio Web: <https://www.sacasa.org/>

Línea de Crisis 24/7: (520) 327-7273

Número de Teléfono: 520) 327-1171

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

CUIDADO INFANTIL Y EDUCACIÓN

Recursos y Recomendaciones de Cuidado Infantil de Arizona (AZCCR)

Ayuda a los padres/cuidadores a tomar decisiones informadas sobre el cuidado infantil. Ayuda a encontrar proveedores de cuidado infantil, recursos y becas. Puede ayudarle a solicitar y entender diversos programas de asistencia financiera para el cuidado infantil, como la asistencia para el cuidado infantil del Departamento de Seguridad Económica de Arizona (DES), las becas Quality First y las becas del Programa de Educación Temprana de Pima (PEEPS).

2800 E Broadway Blvd, Tucson, AZ 85716

Sitio Web: <https://www.azccrr.com/>

Número de Teléfono: 1-800-308-9000

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

My Schools Tucson

Un recurso en línea gratuito que ayuda a las familias a comprender mejor el panorama educativo de Arizona. Describe todas las opciones disponibles, los procesos de inscripción y proporciona enlaces a recursos adicionales.

Sitio Web: <https://myschoolstucson.org/early-childhood-education/>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Head Start/Early Head Start (Child Parent Centers)

Servicios integrales de educación infantil temprana en aulas localizadas en centros, entornos de cuidado infantil en el hogar y entornos de cuidado infantil familiar. Sirviendo a familias con niños desde el nacimiento hasta los 5 años, así como a mujeres embarazadas.

602 E 22nd St, Tucson, AZ 85713

Sitio Web: <https://childparentcenters.org/>

Número de Teléfono: (520) 882-0100

Costo: Head Start and Early Head Start ofrece servicios gratuitos por medio día; las familias elegibles según su ingreso también pueden recibir servicios de Día Extendido y opciones de cuidado en el hogar de forma gratuita.

Bilingüe: Si

Lista de Cuidado Infantil de Calidad

Conocer los elementos clave de calidad puede ayudarle a tomar una decisión informada al elegir un cuidado infantil o preescolar para su familia. Haga clic en la imagen para obtener más información o visite: <https://www.firstthingsfirst.org/resources/quality-first/quality-checklist/>.



RECURSOS PARA INTERVENCIÓN TEMPRANA Y NECESIDADES ESPECIALES

Programa de Intervención Temprana de Arizona (AzEIP)*

El sistema interinstitucional de servicios y apoyos del Estado de Arizona para familias de bebés y niños pequeños, desde el nacimiento hasta los dos años, con discapacidades o retrasos. AzEIP está establecido por la Parte C de la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA), que brinda a los niños elegibles y a sus familias acceso a servicios para mejorar la capacidad de las familias y cuidadores para apoyar el desarrollo del niño.

Sitio Web: <https://des.az.gov/azeip>

Número de Teléfono: (888) 592-0140

Proveedores del Condado de Pima:

Dynamite Therapy: 1-844-330-8600

<https://www.dynamitetherapy.com>

RISE Intervención Temprana: (520) 485-8084

<https://www.riseei.org/early-intervention/>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

***Más información sobre Intervención Temprana se encuentra en el Apéndice A (página 13)**

Child Find

Child Find es un componente de la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA '04) que requiere que las agencias de educación pública (PEA) localicen, identifiquen y evalúen a todos los niños con discapacidades, desde el nacimiento hasta los 21 años, ubicados dentro de sus límites de responsabilidad y que necesiten servicios de intervención temprana o educación especial. Los servicios de Child Find están disponibles para todos los residentes que viven dentro del área de asistencia de una escuela pública de Arizona. Se ofrecen evaluaciones y exámenes para determinar si un niño tiene una discapacidad y necesita servicios de educación especial. Comuníquese con su distrito escolar para obtener más información.

Para encontrar su distrito escolar, puede visitar el siguiente sitio web:

<https://myschoolstucson.org/find-my-assigned-public-school-district-maps/>

Caring Connections for Special Needs (CCSN)

Ofrece una variedad de servicios de salud conductual para niños en el entorno que sea más conveniente, incluyendo en el hogar, virtual, en el sitio o en la comunidad.

921 S Prudence Rd, Tucson, AZ 85710

Sitio Web: <https://ccsneeds.com/>

Número de Teléfono: (520) 639-9006

Costo: Los servicios se facturan al seguro, el niño debe ser elegible para AHCCCS.

Bilingüe: Si

Seguimiento de los Indicadores del Desarrollo del Centro para el Control de Enfermedades (CDC)

Los hitos del desarrollo y los consejos para padres del CDC han sido actualizados y se han añadido nuevas edades a la lista de verificación (15 y 30 meses). Habilidades como dar el primer paso, sonreír por primera vez y decir "adiós" con la mano se llaman hitos del desarrollo. Los niños alcanzan hitos en la forma en que juegan, aprenden, hablan, actúan y se mueven.

Sitio Web:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Raising Special Kids

Ofrece una variedad de información y recursos para ayudar a mejorar el bienestar de los niños dentro de la gama completa de discapacidades, incluyendo eventos y capacitaciones en línea, acceso a consultas profesionales, apoyo entre compañeros y más.

Sitio Web: <https://raisingspecialkids.org/>

Número de Teléfono: 602-242-4366 o 800-237-3007

Costo: Los servicios se ofrecen sin costo, no hay requisitos de elegibilidad.

Bilingüe: Si

APOYO FAMILIAR

Casa de Los Niños

Financiada en parte por FTF, Casa de Los Niños ofrece clases para padres, programas de visitas en el domicilio, apoyos de salud conductual y más.

1120 N. 5th Ave. Tucson, AZ 85705

Sitio Web: <https://www.casadelosninos.org/>

Número de Teléfono: (520) 624-5600

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Easterseals Blake Foundation

Financiada en parte por FTF, ofrece una amplia variedad de servicios de apoyo para niños y familias, incluyendo visitas en el domicilio, exámenes de audición/visión/desarrollo, salud conductual, referencias de recursos y más.

7750 E. Broadway Blvd., Suite A200 Tucson, Arizona 85710

Sitio Web: <https://www.easterseals.com/blakefoundation/>

Número de Teléfono: (520)-327-1529

Costo: Muchos servicios gratuitos disponibles.

Bilingüe: Si

Parent Aid

Financiado en parte por FTF, ofrece clases para la crianza, incluidas las diseñadas específicamente para papás, grupos de apoyo y programas de visitas en el domicilio.

2580 E 22nd St, Tucson, AZ 85713

Sitio Web: <https://parentaid.org/>

Número de Teléfono: (520) 798- 3304

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Coalición para la Crianza del Condado de Pima (PCPC) y Sistema de Referencias de Apoyo Familiar

El sitio web para padres ofrece un calendario de eventos gratuitos, talleres y clases, además de auto-referencias a programas de visitas domiciliarias.

Sitio Web: <https://pimaparenting.org/>

Número de Teléfono: (520) 903-3969

Correo Electrónico: FamilySupport@unitedwaytucson.org

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Cooperativa de Extensión de la Universidad de Arizona (UA) para la Participación Familiar de Pima

Financiado en parte por FTF, ofrece clases para familias sobre desarrollo cerebral, manejo del comportamiento infantil, educación financiera y más.

4210 N Campbell Ave. Tucson, AZ 85716

Sitio Web: <https://extension.arizona.edu/pima-family-engagement-upcoming-classes>

Número de Teléfono: (520) 626-4793

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Child & Family Resources

Financiada en parte por FTF, ofrece una amplia gama de programas de apoyo familiar adaptados a las necesidades específicas de cada familia, incluyendo apoyo en el hogar.

2800 E Broadway Blvd, Tucson, AZ 85716

Sitio Web: <https://www.childfamilyresources.org/>

Número de Teléfono: (520) 881-8940

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Centros de Recursos Familiares

Financiados por FTF, los centros de recursos familiares son centros comunitarios diseñados para servir y apoyar a familias con niños desde el nacimiento hasta los 5 años, ofreciendo clases para padres, actividades divertidas y estimulantes, así como información y recomendaciones de recursos.

- Sahuarita Family Resource Center
17750 S. La Canada, Sahuarita, AZ 85629
Número de Teléfono: (520) 771-2372
- Robles Family Resource Center
9875 S Sasabe Rd, Tucson, AZ, 86736
Número de Teléfono: (520) 800-2002
- Los Ranchitos Family Resource Center
2238 East Ginter Rd, Tucson, AZ 85706
Número de Teléfono: (520) 305-8205

Sitio Web:

<https://unitedwaytucson.org/education/family-resource-center/>

Información de Cursos:

<https://pimaparenting.org/parent-education-classes/>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

App Reach Well

Esta aplicación está diseñada para ayudarlo a conectarse con sus escuelas locales, maestros y agencias comunitarias; recibir fácilmente notificaciones sobre eventos importantes, tener acceso a calendarios, encontrar recursos y más.

Sitio Web: <https://www.reachwellapp.com/app>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si



SALUD/MÉDICO/DENTAL

Arizona Department of Health Services

Departamento de Servicios de Salud de Arizona. Solicite beneficios estatales, encuentre recursos estatales y del condado. Sitio web de beneficios estatales de WIC (Mujeres, Bebés y Niños): <https://www.azdhs.gov/prevention/azwic/>

Mapa en línea que muestra clínicas con tarifas ajustables: <https://www.azdhs.gov/gis/sliding-fee-schedule/index.php>

Sitio Web: <https://azdhs.gov/>

Número de Teléfono: (602) 542-1025

Costo: Los servicios se ofrecen de forma gratuita; se aplicarán requisitos de elegibilidad para algunos beneficios.

Bilingüe: Si

Clínicas CUP de Compromiso para las Poblaciones Desatendidas, Clínicas - Shubitz Family y Kid's Clinic

La Clínica Familiar Shubitz ofrece una amplia variedad de servicios de atención médica gratuitos para pacientes sin seguro y puede ayudar con la inscripción al seguro AHCCCS. Kid's Clinic ofrece servicios de atención médica gratuitos para niños de 0 a 18 años, independientemente del seguro.

1501 N. Campbell Ave, Room 2304, Tucson, AZ

Horarios:

Martes de 6 a 9 p.m., Kid's Clinic está abierta el primer sábado de cada mes de 9 a.m. a 12 p.m. y el tercer jueves de cada mes de 6 a 9 p.m.

Sitio Web:

<https://uacupclinics.medicine.arizona.edu/home>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Departamento de Salud del Condado de Pima

Hay cinco clínicas en todo el condado de Pima que ofrecen una variedad de servicios de salud y bienestar, incluyendo cuidado de salud preventiva, cuidado dental y referencias a programas de apoyo familiar y visitas domiciliarias. Puede solicitar WIC (Mujeres, Bebés y Niños) llamando al número que aparece a continuación.

Sitio Web: <https://www.pima.gov/2031/Health>

Número de Teléfono: (520) 724-7770

Costo: Una variedad de servicios se ofrecen sin costo

Bilingüe: Si



Clínica Amistad

Proporciona una amplia gama de servicios médicos a aquellos que no tienen seguro, tienen un seguro insuficiente, no son elegibles para AHCCCS o enfrentan retos para tener acceso a la atención médica.

El Pueblo Neighborhood Center

101 W Irvington Rd, Building 3-C, Tucson, AZ 85714

Horario: miércoles y jueves de 5 a 9 p.m. y cada primer sábado del mes de 10 a.m. a 2 p.m. Cerrado los días festivos.

Sitio Web: <https://www.clinicaamistad.org/>

Número de Teléfono: (520) 305-5107

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

El Rio Centro Comunitario de Salud

Ofrece una variedad de servicios de salud que incluyen pediatría, ginecología/obstetricia (OB/GYN), medicina para adultos, medicina familiar y dental, entre otros.

13 locaciones en Tucson: <https://elrio.org/locations/>

Sitio Web: <https://elrio.org/>

Número de Teléfono: (520) 670-3909

Costo: Varía según los servicios. Los pacientes no serán rechazados debido a la incapacidad para pagar. Ofrece una escala de tarifas ajustables basada en los ingresos. Para más información, visite:

<https://elrio.org/for-patients/paying-for-services/sliding-fee-scale/>

Bilingüe: Si

Salud Dental del Condado de Pima

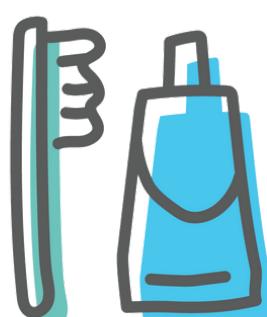
Existe una amplia variedad de opciones gratuitas de salud dental para las familias y niños del condado de Pima.

Sitio Web: <https://www.pima.gov/2143/Oral-Health>

Número de Teléfono: 520-724-7902

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si



SALUD/MÉDICO/DENTAL (continuación)

Marana Health Center (MHC) Healthcare

Centro de salud comunitario con múltiples ubicaciones alrededor de Tucson. Acepta la mayoría de los seguros principales, incluyendo AHCCCS, y ofrece una opción de escala de tarifas ajustables (SFS) para pacientes elegibles según sus ingresos.

Sitio Web: <https://mhhealthcare.org/>

Número de Teléfono: (520) 682-4111

Bilingüe: Si

Centro de Salud United Community

Centro de salud comunitario con múltiples ubicaciones en el condado de Pima. Acepta la mayoría de los seguros principales, incluyendo AHCCCS, y ofrece un programa de descuento por escala de tarifas para pacientes elegibles según sus ingresos.

Sitio Web: <https://uchcaz.org/>

Bilingüe: Si

Programa de Salud Móvil de la Universidad de Arizona

Clínica de salud móvil y gratuita que proporciona una variedad de servicios médicos a personas sin seguro y desatendidas en todo el sur de Arizona.

Sitio Web:

<https://www.fcm.arizona.edu/outreach/mobile-health-program>

Número de Teléfono: (520) 771-5570

Bilingüe: Si

TELÉFONOS DE AYUDA Y LÍNEAS DIRECTAS

Línea de Ayuda para la Lactancia 24 Horas en Arizona (DHS)

La Línea Directa de Lactancia Materna de Arizona está lista para ayudar con preguntas sobre técnica, dieta, producción de leche, medicamentos durante la lactancia, extracción y almacenamiento de leche materna, y pezones adoloridos. Los padres que practican la lactancia también llaman para obtener apoyo cuando regresan al trabajo y equilibran las demandas de la lactancia. Además, se puede encontrar información y recursos adicionales para empleadores en el Kit de Herramientas "Making it Work" (Logrando que Funcione). Los consultores de lactancia pueden personalizar su respuesta para ayudar en cada situación.

Sitio Web:

<https://directorsblog.health.azdhs.gov/breastfeeding-support-were-here-to-help-24-hours-a-day/>

Número de Teléfono: 800-833-4642

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Hope inc.

Warmline, es una línea si usted no está en crisis y solo desea hablar con alguien. Disponible todos los días de 8 a.m. a 10 p.m.

Número de teléfono: (520) 770-9909

Bilingüe: Si

Línea de Ayuda Birth to Five

Un servicio gratuito financiado por FTF para cualquier familia de Arizona con niños pequeños. Llame para hablar con un especialista en la primera infancia con cualquier pregunta relacionada con su hijo.

Horario: lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m.

También puede dejar un mensaje de voz fuera de este horario y recibirá una llamada durante el horario normal.

Sitio Web:

<https://www.swhd.org/programs/health-and-development/birth-to-five-helpline/>

Número de Teléfono: 877-705-KIDS (5437)

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Línea para Crisis y Suicidio 24/7

El Lifeline 988 es una red nacional de centros de crisis locales que proporciona apoyo emocional gratuito y confidencial a personas en crisis suicida o angustia emocional las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Sitio Web: <https://988lifeline.org/>

Número de Teléfono: 988

(Llame o mande mensaje de texto)

BIBLIOTECA Y RECURSOS DE ALFABETIZACIÓN

Biblioteca de Imaginación de Dolly Parton

La asociación de United Way Tucson y el Sur de Arizona con la Biblioteca de Imaginación de Dolly Parton asegura que los niños del sur de Arizona puedan tener una excelente selección de libros en casa. Desde 2012, United Way de Tucson y el Sur de Arizona ha servido como afiliado local del programa de la Biblioteca de Imaginación de Dolly Parton, el cual envía UN LIBRO GRATUITO en inglés cada mes a niños pequeños (desde recién nacidos hasta que cumplen 5 años) a su domicilio.

Sitio Web: <https://unitedwaytucson.org/dolly-parton-imagination-library/>

Número de Teléfono: (520)-903-9000

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Make Way for Books

Financiado en parte por FTF, esta organización local sin fines de lucro, cuya misión es "dar a todos los niños la oportunidad de leer y tener éxito", proporciona programas completos de alfabetización temprana para satisfacer las diversas necesidades de niños pequeños, familias y educadores en toda la comunidad.

La App Make Way for Books ofrece una forma sencilla de llevar libros contigo dondequiera que vayas: <https://www.makewayforbooksapp.org/>

700 N. Stone Ave., Tucson, AZ 85705

Sitio Web: <https://makewayforbooks.org/>

Número de Teléfono: (520) 398-6451

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Biblioteca Pública del Condado de Pima

La biblioteca pública es un recurso increíble para usted y su familia, ofreciendo un suministro interminable de libros, películas, música, cuentos, clases, orientación sobre recursos y más. Hay 27 ubicaciones en todo el condado de Pima.

Horarios: La mayoría de las ubicaciones están abiertas de 9 a.m. a 5 p.m. de martes a sábado; asegúrese de verificar los horarios de la ubicación específica ya que pueden variar.

Sitio Web: <https://www.library.pima.gov/>

Línea de información: (520) 791-4010

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

La Pequeña Biblioteca Gratuita

Little Free Libraries son cajas de intercambio de libros alojadas por voluntarios y miembros de la comunidad que desean difundir la alegría de la lectura en todas las comunidades. Hay incontables pequeñas bibliotecas gratuitas dispersas por todo el Condado de Pima.

Sitio Web: <https://littlefreelibrary.org/map/>



¿Sabía?

Puede obtener dos entradas gratuitas dos veces al mes a una variedad de museos locales, parques y otras instituciones culturales y artísticas con su credencial de la biblioteca! Se llama **Culture Pass** y usted puede recibir uno en la recepción de su biblioteca local. ¡Disfrute!

NUTRICIÓN, ALIMENTOS Y OTROS RECURSOS

Arizona Self-Help

Servicio en línea gratuito para ayudar a las familias a averiguar fácilmente si califican para 40 diferentes programas de salud y servicios humanos.

Complete un formulario y el sitio web determinará su elegibilidad para 40 programas diferentes.

Tenga en cuenta que algunos programas pueden requerir documentación adicional y pueden tardar hasta 30 días en procesarse.

Sitio Web: <https://arizonaselfhelp.org/>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Just Ask Mia: Chatbot de Apoyo Familiar

Just Ask Mia es una herramienta fácil de usar que te conectará de manera anónima con proveedores locales y recursos cercanos a ti. Los recursos incluyen asistencia con alimentos, ropa y teléfonos celulares.

Sitio Web: <https://togetherforaz.org/chatbot/justaskmia.org>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

División de Asistencia Comunitaria del Condado de Pima

La División de Asistencia Comunitaria ofrece acceso a una variedad de servicios de asistencia para hogares de bajos ingresos, como prevención de desalojos, asistencia para el pago de alquiler y servicios públicos, cajas de alimentos de emergencia y suministros médicos, entre otros.

Se aplican requisitos de elegibilidad, y se debe poder proporcionar documentación como identificación emitida por el Estado, tarjeta de seguro social, comprobante de residencia, etc.

Horario: lunes a Viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

Sitio Web:

<https://www.pima.gov/887/Community-Assistance-Division>

Número de Teléfono: (520) 724-2460

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Banco de Alimentos y Centro de Recursos

Comunitarios de Sahuarita

Ofrece varios programas de distribución gratuita de alimentos, una variedad de clases gratuitas como habilidades laborales, clases de cocina y cursos de idiomas, así como la ubicación de un nuevo centro de recursos familiares (consulte la página 3 para obtener información adicional).

Sitio Web: <https://www.sahuaritafoodbank.org/>

Banco de Alimentos Comunitario del Sur de Arizona

Desde proporcionar cajas de alimentos de emergencia y programas de huertos comunitarios hasta ofrecer clases de capacitación culinaria y un mercado de agricultores, el Banco de Alimentos Comunitario del Sur de Arizona (Food Bank) trabaja para aliviar las causas de la inseguridad alimentaria en nuestra región.

Consulte un mapa interactivo que muestra las despensas de alimentos y los sitios de alimentos preparados disponibles en su área:

<https://www.communityfoodbank.org/get-help/>

Ofrece un programa gratuito de nutrición infantil del 30 de mayo al 4 de agosto mientras los niños no están en la escuela:

<https://www.communityfoodbank.org/child-nutrition/>

Con ubicaciones en cinco condados del sur de Arizona, los programas y horarios varían según la ubicación:

<https://www.communityfoodbank.org/locations/>

Número de Teléfono: (520) 622-0525

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Navegadores de Recursos del Condado de Pima

El condado de Pima cuenta con seis navegadores de recursos en todo el condado para ayudar a las personas a encontrar y tener acceso a asistencia, como programas de capacitación laboral, alimentos, asistencia para vivienda, etc.

Sitio Web:

<https://www.pima.gov/3127/Resource-Navigators>

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si



RECURSOS DE APOYO PARA EL EMBARAZO Y EL NACIMIENTO

*Para recursos específicos sobre la depresión posparto, por favor consulte la sección "Recursos para Orientación Psicológica, Salud Conductual y Uso de Sustancias" en la página 2

Hospital Carondelet St. Joseph's - Obstetricia

Ofrece clases gratuitas de educación sobre el embarazo, el nacimiento y la lactancia, así como grupos de apoyo. Para obtener más información y ver su calendario de eventos, visite el siguiente sitio web.

Sitio Web:

<https://www.carondelet.org/services/obstetrics/obstetrics-classes-events>

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Programas de Visitas en el Domicilio

En el condado de Pima, los padres nuevos o futuros pueden aprovechar los programas gratuitos de visitas domiciliarias, financiados en parte por FTF y proporcionados directamente en la comodidad de su propia residencia. Los apoyos ofrecidos incluyen información sobre lactancia materna, crianza y desarrollo saludable, recomendaciones a otros recursos y apoyos comunitarios como atención médica y cuidado infantil, así como apoyos adicionales como asistencia educativa o laboral.

Elegibilidad: Disponible para cualquier persona embarazada y cualquier parente con un hijo menor de 2 años.

Para obtener más información, visite:

bit.ly/homevisitingprograms

Para aplicar en línea, visite: bit.ly/homevisitingform

*Tenga en cuenta que puede tardar hasta siete días hábiles en recibir una respuesta.

Número de Teléfono: (520) 724-9721

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

4th Trimester

Ofrece una variedad de grupos de apoyo y clases presenciales y virtuales diseñados para apoyar a los nuevos padres de familia a través de todas las diversas experiencias de la crianza.

Sitio Web: <https://4thtrimesteraz.org/>

Número de Teléfono: (480)-269-1639

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

La Red de Dulas

Si usted tiene MEDICAID (AHCCCS) con United Healthcare, usted tiene acceso a apoyo gratuito de una dula para su parto. Las dulas son profesionales capacitadas que brindan apoyo educativo, emocional y físico durante el embarazo, el trabajo de parto, el parto y el posparto.

Sitio Web: thedoulanetwork.com

Número de Teléfono: (877) 436-8527

Costo: Gratuito

Bilingüe: Si

Clases Virtuales de Northwest Healthcare

Ofrece clases virtuales gratuitas sobre temas como la lactancia materna y el parto.

Sitio Web:

<https://www.healthiertucson.com/classes-events-programs>

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

RECURSOS PARA FAMILIAS MILITARES

Coalición de Arizona para Familias Militares

Se enfoca en aumentar la capacidad de Arizona para cuidar, servir, apoyar y emplear a los miembros del servicio, veteranos y sus familias según sus necesidades.

Sitio Web: <https://arizonacoalition.org>

Número de Teléfono: (602) 753-8802

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Military Assistance Mission

Military Assistance Mission (MAM) proporciona asistencia financiera y ayuda moral a los militares de Arizona y sus familias, así como a nuestros héroes heridos. MAM se esfuerza por proporcionar asistencia financiera cada año a 120 miembros del servicio militar en servicio activo, de la Guardia y de la Reserva de Arizona.

Sitio Web: <https://azmam.org/>

Número de Teléfono: (520)-246-6429

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Centro de Preparación Militar y Familiar

El Centro de Preparación Militar y Familiar de Davis-Monthan sirve como un centro de información y referencia para miembros solteros, casados, en servicio activo, de la Guardia, Reserva y retirados, así como para sus familias. Conecta y asegura que el personal militar y sus familias estén vinculados con los servicios apropiados tanto dentro como fuera de la base. El Programa para Miembros de la Familia Excepcional (EFMP) puede proporcionar recursos relacionados con asistencia médica, asignaciones, cuidado de relevo, educación, servicios de asistencia legal y apoyo familiar.

Sitio Web: <https://www.dmfss.com/military-family-readiness-center>

Número de Teléfono: (520)-228-5690

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Oficina de Gestión del Programa de Enlace Escolar

El School Liaison Program (SLP) en la Base de la Fuerza Aérea Davis Monthan tiene como objetivo ayudar a nuestros jóvenes a satisfacer sus necesidades educativas adecuadas. Estamos comprometidos con iniciativas de divulgación, defensa y colaboración que generan soluciones en tiempo real para los estudiantes vinculados al ámbito militar. Esto incluye a los niños desde pre-kínder hasta el grado 12, mientras enfrentan desafíos educativos y transiciones a nivel mundial.

Sitio Web: <https://dmfss.com/school-liaison>

Número de Teléfono: (520)-228-6040

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Programa de Cuidado para el Descanso de Miembros de las Fuerzas Armadas con Miembros Excepcionales en sus Familias

Servicios de calidad especialmente diseñados para relevo, están disponibles para familias de la Fuerza Aérea y la Marina en servicio activo con hijos que tienen necesidades especiales de moderadas a severas. Este programa se implementa sin costo para la familia.

Elegibilidad: Deben estar en servicio militar activo, y el niño debe tener entre 0 y 18 años.

Sitio Web:

<https://www.easterseals.com/blakefoundation/our-programs/military-veteran-services/>

Número de Teléfono: (520) 207-7310

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Coalición de Educación para Niños Militares (MCEC)

MCEC ayuda a los niños de familias militares a crecer proporcionando a ellos, sus padres y profesionales programas, recursos y orientación, ayudando al niño a mantenerse en el camino académico, social y emocional. Este servicio es para todos los miembros del servicio de todas las ramas y sus familias, así como para los veteranos, incluidas las familias con necesidades especiales.

Sitio Web: <https://militarychild.org>

Número de Teléfono: (254)-953-1923

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

Programa de Apoyo para Nuevos Padres - Base de la Fuerza Aérea Davis Monthan (DMAFB)

El New Parent Support Program es un servicio gratuito que ayuda a los padres militares, incluidos los futuros padres de familia, a hacer una transición exitosa a la crianza y a proporcionar un entorno de cuidado para sus hijos. Los servicios varían, pero pueden incluir visitas en el domicilio, clases de crianza, grupos de juego o clases prenatales.

Número de Teléfono: (520) 228-2104

Costo: Gratuito

Bilingüe: No

RECURSOS PARA COMUNIDADES RURALES

Recurso Humano de Arivaca

Arivaca Human Resource es una organización sin fines de lucro en Arivaca que proporciona una variedad de servicios gratuitos a la comunidad, incluidos cajas de alimentos, alimentos preparados, asistencia para servicios públicos y emergencias, y más.

17252 West 5th St, PO Box 93 Arivaca, AZ
85601 Horario: lunes a jueves 8 a.m. a 4 p.m.
Sitio Web: <https://www.arivacahr.com/>
Número de Teléfono: (520) 398-2771
Costo: Gratuito
Bilingüe: Si

Compromiso Rural de Arizona (RAZE)

La misión de Rural Arizona Engagement es educar, abogar y coordinar en comunidades rurales para que puedan tener acceso a la educación cívica, oportunidades de participación y registro de votantes.

Sitio Web: <https://www.raze.org/>
Número de Teléfono: (602) 878-8724 Costo: Gratuito
Bilingüe: No

Servicios de Asistencia del Valle

Combinando servicios sociales y salud comunitaria, Valley Assistance Services guía a personas mayores, individuos y familias para vivir vidas saludables, resilientes y vibrantes, manteniéndose seguros e independientes.

Sitio Web: <https://valleyassuranceservices.org/>
Número de Teléfono: (520) 625-5966
Costo: Gratuito
Bilingüe: No

One-Stop del Condado de Pima

El coordinador de recursos comunitarios del condado de Pima puede conectarlo con asistencia de vivienda, empleos, oportunidades de capacitación, posibles becas, apoyo para la reintegración y más.

El coordinador de recursos estará disponible los martes y jueves en el Banco de Alimentos y Centro de Recursos Comunitarios de Sahuarita, pero para asegurarse, póngase en contacto para hacer una cita.

El Banco de Alimentos y Centro de Recursos Comunitarios de Sahuarita está ubicado en:
17750 S. La Cañada Dr, Sahuarita, AZ 85629
Sitio Web:
<https://www.pima.gov/3127/Resource-Navigators>
Número de Teléfono: (520) 345-2095 (call or text)
Costo: Gratuito
Bilingüe: Si

¿Vive cerca de Arivaca o Ajo y necesita acceso a internet para asistir a citas médicas o clases virtuales?

Health Connect, un programa de la biblioteca del condado de Pima podría ser útil para usted. Puede reservar una sala privada con una computadora e internet para visitas virtuales de atención médica. Disponible en la Biblioteca Caviglia-Arivaca y la Biblioteca Salazar-Ajo.
<https://www.library.pima.gov/news/introducing-health-connect-at-two-libraries/>



¿Está preocupado por el desarrollo de su hijo?* Usted conoce mejor que nadie a su hijo. No espere.

*Todos los niños se desarrollan de manera diferente. Prestar atención al desarrollo único de su hijo puede ayudar a identificar si pueden recibir apoyos adicionales.



Mi cuidador o yo estamos preocupados por el desarrollo y crecimiento de mi hijo.



El pediatra o proveedor de salud de mi hijo está preocupado por su desarrollo.



La escuela de mi hijo, el maestro o proveedor de cuidado infantil está preocupado por su desarrollo.

¿QUÉ DEBO HACER?

Para niños desde el nacimiento hasta los 33 meses de edad

Contacte: Arizona Early Intervention Program
(AZEIP)

<https://azeip.azdes.gov/AzEIP/AzeipRef/Forms/Categories.aspx>

Llame al 1-888-592-0140 o

Correo Electrónico: AzEIP.Info@raisingspecialkids.org

Para niños de 34 meses a 5 años

Contacte: Su oficina local de educación especial
del distrito escolar o la oficina de Child Find

visitando:

www.azed.gov/specialeducation/az-find/

O llame: Coordinador de AZ FIND, Becky

Raabe (928) 637-1871

Correo electrónico: Becky.Raabe@azed.gov

MI HIJO TIENE DIFCULTAD EN:

- Hablar con claridad:** Yo entiendo, pero otros no
- Escuchar:** No responde cuando le llaman por su nombre o cuando otros le hablan
- Caminar/Correr:** Se cae o tropieza frecuentemente
- Comer solo:** Utiliza los dedos o las manos en lugar de usar cuchara
- Usar el baño:** No está entrenado/a para usar el baño, no muestra interés en ir al baño, evita el baño o se niega a usarlo
- Mostrar interés:** No muestra interés en jugar con juguetes, juega con los juguetes de una manera diferente a otros niños, y no juega con otros niños
- No sigue las instrucciones de los padres/adultos o los acuerdos del salón de clases
(habilidades sociales)
- No se viste solo/a ni usa el baño
(habilidades de autoayuda)
- Es difícil calmarlo/a cuando está molesto/a o agitado/a
(autorregulación)
- No garabatea/dibuja, no juega con bloques o juguetes pequeños
(habilidades de motricidad fina)
- No salta, no trepa en el equipo del parque
(habilidades de motricidad gruesa)

Indicadores del Desarrollo de la CDC:
<https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>

GUÍA DE RECURSOS PARA FAMILIAS DEL CONDADO DE PIMA



¿Es usted padre de familia o cuida a un niño pequeño?

La Guía de Recursos para Familias del Condado de Pima enlista muchos recursos gratuitos disponibles para usted, su niño y su familia.

Escanee este código QR para tener acceso a la
guía



¡Comparta esta
información!

