

Noviembre 2025



| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | |
|--|---|---|--|---|---|--|
| 3 VWERE CLOSED | 4 5pm-7pm Reunión PAB | 5 10am-12pm Clases de Inglés (ESPACIOS LLENOS) | 6 | 7 10:30am-12:30pm Taller: ¡Aprendamos a planificar! | 8 9am-1pm Servicios SOLO POR CITA | |
| 10 10am-1pm WIC & Pruebas de Embarazo (1554 Princeton Av.) | Happy Veterans Day ** | 12 10am-12pm Clases de Inglés (ESPACIOS LLENOS) | 5pm-7pm Taller: Señales de advertencia de depresión y ansiedad en jóvenes y adolescentes (ONLINE) 2pm-7pm NJ Family Care | | | |
| 17 10am-1pm Aplicaciones del Seguro Medico con Fidelis Care | 5pm-6pm Danza Creativa (ESPACIOS LLENOS) | 19 10am-12pm Clases de Inglés (ESPACIOS LLENOS) | 20 11am-1pm Distribución de Alimentos por Arm & Arm 5pm-7pm Taller de Lactancia Materna | 21 | 10am-1pm Actividad PAB: ¡Celebremos Acción de Gracias! | |
| | 25 10am-12pm Reunión MYA 5pm-6pm Danza Creativa (ESPACIOS LLENOS) | ERESED 26 | Thanks Giving | Compres comport estrateg saludabl | NOCIMIENTOS SOBRE CRIANZA Y DESARROLLO INFANTIL: Inder cómo crecen, aprenden y se an los niños, así como conocer ias de crianza que fomenten un desarrollo le en cada etapa. Esto fortalece la a y las habilidades de los padres. | |

609-960-4793-Karyn 609-306-1301-Mairelys 609-331-2755-Sharon f heritagesouthfsc

heritage_south_fsc

635 S Clinton Av. Trenton NJ 08611 Lunes: 9am-5pm Martes: 11am-7pm Miércoles: 9am-5pm Jueves: 11am-7pm Viernes: 9am-5pm

CERRADO POR ALMUERZO: 1pm-2pm

Sábado: Varía – Llamar para más info!

Noviembre 2025 Actividades y Servicios

- Danza Creativa: Únete a otros niños de la comunidad en esta clase de danza para principiantes. Niños y niñas de 3 a 8 años son bienvenidos. ¡Contáctanos para más información! Ya no tenemos más espacios disponibles hasta enero 2026.
- Reunión del PAB: ¡Sé la voz de tu comunidad! Únete a un grupo de padres y tutores comprometidos con apoyar nuestros programas y generar un impacto positivo. Comparte tus ideas, ayuda a planificar eventos y conéctate con otras familias. Si deseas involucrarte o saber más, ¡contáctanos hoy mismo!
- Reunión de MYA: Mujeres y Amigas (MYA) es un grupo acogedor de mujeres de nuestra comunidad que se reúne una vez al mes para disfrutar actividades y crear conexiones significativas. Es un espacio especial para relajarse, compartir experiencias y construir amistades duraderas con mujeres que realmente se entienden y apoyan entre sí.
- Taller de Lactancia Materna: Un espacio de apoyo para mamás y futuras mamás. Aprende sobre los beneficios de la lactancia, técnicas útiles y recibe orientación de profesionales. ¡Siéntete empoderada y acompañada en tu camino de lactancia!
- Clases de Inglés: Un espacio para aprender y practicar inglés de forma sencilla, útil para la vida diaria y el trabajo. ¡Ya no hay cupos disponibles!
- PAB Thanksgiving: El Parent Advisory Board (PAB) te invita a celebrar el Día de Acción de Gracias junto a la comunidad. Ven a compartir gratitud, disfrutar actividades familiares y conectar con otros en un ambiente cálido y alegre. ¡Todos son bienvenidos! Debes registrarte con anticipación.
- Taller: ¡Aprendamos a planificar!: Hablemos de finanzas personales y familiares. En este taller interactivo aprenderemos herramientas simples para organizar nuestros presupuestos, ahorrar con propósito y tomar decisiones financieras conscientes. Juntos exploraremos cómo construir un legado de organización y confianza financiera que nuestros hijos puedan heredar y llevar al futuro.
- Taller: Señales de advertencia de depresión y ansiedad en jóvenes y adolescentes: Un espacio dirigido a padres y madres para aprender a reconocer las señales tempranas de depresión y ansiedad en sus hijos e hijas. Hablaremos sobre los cambios emocionales y de comportamiento que pueden indicar que algo no va bien, y compartiremos estrategias para brindar apoyo desde el hogar y saber cuándo buscar ayuda profesional. Solo en formato ONLINE.

Advocacía / Información y Referencias

- **Servicios Generales:** Ofrecemos apoyo, apoyo y recursos para familias; no se necesita cita previa. Llámenos si necesita visitarnos fuera del horario de atención. Citas disponibles los sábados una vez al mes. Personal bilingüe disponible.
- Donaciones de Panera Bread: Pan disponible todos los jueves. Contáctenos si desea recibir una donación, ¡hasta agotar existencias!
- Distribución de Alimentos con Arm & Arm: Estamos distribuyendo 30 bolsas de alimentos en colaboración con Arm & Arm. ¡Llame al 609-960-4793 para más información!

Servicios de Salud Familias / Seguro Médico

- WIC y Pruebas de Embarazo: WIC ofrece alimentos saludables, apoyo nutricional y asesoría en lactancia para mujeres, bebés y niños menores de 5 años que cumplen con los requisitos de ingresos. Nuestros representantes están disponibles en la oficina de Heritage North (1554 Princeton Av.) el segundo lunes de cada mes para ayudarte. Hay pruebas de embarazo gratuitas disponibles sin cita previa.
- √Solicitudes de NJ Family Care: ¿Necesitas seguro médico para tu hijo o familia? Nuestros representantes de NJ FamilyCare visitan nuestra oficina mensualmente para ayudarte con las solicitudes, renovaciones y preguntas, en inglés y español. Este mes en muestras oficinas SOLO CON CITA.
- 💊 Ayuda de Fidelis Care disponible: ¿Buscas un seguro médico asequible? Un representante de Fidelis Care está disponible este mes para ayudarte con las inscripciones, renovaciones y preguntas. Asistencia bilingüe en inglés y español. Sin cita previa.

Factores de Protección

- Resiliencia parental y autocuidado
- Conexiones sociales
- E Conocimientos sobre crianza y desarrollo infantil
- Competencia socioemocional infantil
- Apoyo concreto en momentos de necesidad

GRACIAS A NUESTROS AMIGOS DE LA COMUNIDAD POR SU APOYO:







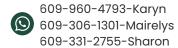


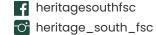
FIDELIS CARE

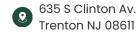












Lunes: 9am-5pm Martes: 11am-7pm Miércoles: 9am-5pm

Viernes: 9am-5pm

Sábado: Varía – Llamar para más info!

Jueves: 11am-7pm

CERRADO POR ALMUERZO: 1pm-2pm