



BOLETÍN DEL CENTRO COMUNITARIO

5750 Baum Blvd. 2do Piso, Pittsburgh PA 15206

www.latinocommunitycenter.org

412-335-7446

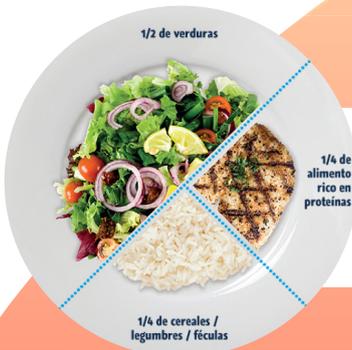
MARCH 2023 - MARZO 2023



¡MARZO ES EL MÉS NACIONAL DE LA NUTRICIÓN!

Durante el mes de marzo, todos están invitados a aprender sobre cómo hacer elecciones de alimentos informadas y desarrollar hábitos saludables de alimentación y actividad física.

**AQUI PUEDE ENCONTRAR
RECURSOS SOBRE:**



**20 consejos
de salud**



**Consejos
inteligentes para
comidas exitosas**

**Cómo alimentarse
con un presupuesto
limitado**



**Buena
alimentación
para adultos
mayores**



DAR CLICK AQUI PARA VER INFORMACIÓN SOBRE CADA TEMA



CONTENIDO

2

← **SERVICIOS Y PROGRAMAS**

Cursos De Triple P

4

← **EDUCACIÓN**

ALAS

Línea Directa Familiar

Tutorías virtuales

SOMOS programa de mentoría

9

← **ANUNCIOS A LA COMUNIDAD**

Entregas de pañales

¿cómo detectar y reportar un fraude?

Las leyes federales de derechos civiles

10

← **EVENTOS MENSUALES**

Calendario

NUEVO HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes, Miércoles y Viernes de **9 am-5pm**

Martes y Jueves de **9 am-7pm**

Sábado de **10 am-4pm**

Email: info@latinocommunitycenter.org

Teléfono: 412-335-7446

Síguenos en Redes sociales!



LinkedIn

@latinocommunitycenter



LCC TEAM



ADMINISTRATION TEAM

Executive Director
Rosamaria Cristello
Director of Operations
Sofia Bermeo
Administrative Assistant
Rainy Leonor
Volunteer Coordinator
Jennifer Geiser
Marketing & Comms Coordinator
Kristin Rizzo
Outreach & Engagement Specialist
Geyzel Mendoza
Graphic Designer
Diana Bermeo

EDUCATION TEAM

SOY Pittsburgh Manager
Jeremy Blache-Schartz
SOY Pgh Lead Coordinator
Aleira Gilbert
SOY Middle School Coordinator
María Albert
PC+ Site Coordinator
Victoria Rodriguez
Early Learning Specialist
Claudia Mendoza
Early Learning Specialist
Denysse Rivas
ALAS Pgh Coordinator
Edgar Morales
Lead Education Family Liaison
Adriana Rudat
Education Family Liaison
Ricardo Solis
Nuestro Futuro Coordinator
Nancy Estrada

Student Success Specialist

Killian Joseph
SOMOS Pittsburgh Coordinator
Andrea Faggioli
SOY Community Coordinator
Maria Eugenia Nieves
SOY Elementary Assistant
Maria Matta
Education Assistant
Breanna Blackey

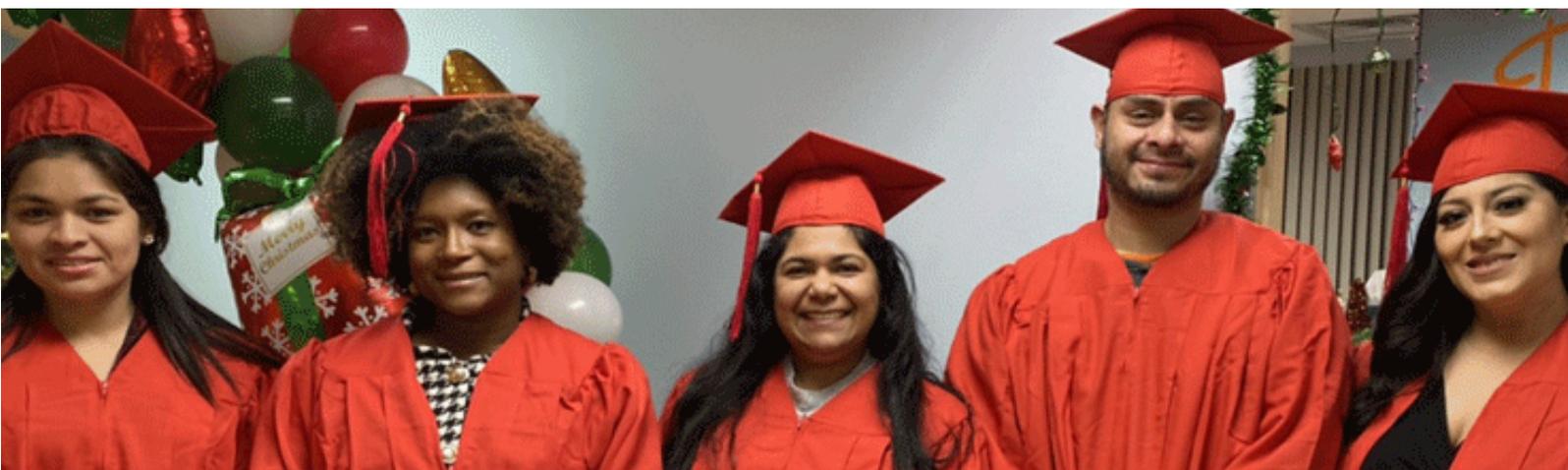
FAMILY SERVICES TEAM

Site Manager
Gladys Montanez-Nohr
Case Manager Supervisor
Cristina Ballarta
Case Manager
Eliana Vence
Case Manager
Lucia Jacobs
Parent Specialist
Daniel Santander
Lead Intake Specialist
Daisy Pincus
Intake Specialist
Laura López
Welcome Center Assistant
Liliana López
Welcome Center Assistant
Jennifer Aguilar
CHW Program Manager
Maria Victoria Bregy
Lead Promotora de Salud
Sofia Murra
Promotora de Salud
Wendy Santos
Promotora de Salud
Diana Ochoa



PROGRAMA DE PARENTALIDAD POSITIVA

En el programa de Parentalidad Positiva (Triple P), estamos ofreciendo clases para padres de niños entre 0 y 18 años. Todos los cursos los estamos impartiendo de forma online o presencial, y también así de forma grupal o individual. El horario y la modalidad dependerán de la disponibilidad de los padres. Todos los participantes de los cursos obtendrán un libro de regalo, y también así un diploma al finalizar los cursos, los estudiantes que terminen los cursos podrán participar de la graduación y recibir un regalo por parte del Centro Latino Comunitario.



LOS CURSOS SON TOTALMENTE GRATIS.

Seminarios de Parentalidad Positiva para madres y padres de niños entre 0-17 años

Este curso está dirigido a madres, padres y cuidadores que tienen inquietudes sobre cómo manejar los problemas de conducta de los niños (0 - 17 años) o simplemente desean prevenir el desarrollo de problemas de comportamiento. El curso tiene una duración de ocho sesiones (90 minutos cada uno).



Seminario 1: La Parentalidad Positiva

Seminario 2: Criar niños y niñas competentes y seguros

Seminario 3: Criar niños y niñas resilientes

Curso de Parentalidad Positiva 0 a 12 años

Este curso está dirigido a madres, padres y cuidadores que tengan inquietudes sobre cómo manejar los problemas de conducta de los niños de 0 a 12 años, o simplemente desean prevenir el desarrollo de problemas de comportamiento.

- **Sesión 1:** Parentalidad Positiva
- **Sesión 2:** Promoviendo el desarrollo de niños y niñas
- **Sesión 3:** Manejo de la mala conducta
- **Sesión 4:** Planificar anticipadamente
- **Sesión 5:** Implementando estrategias de Parentalidad Positiva I
- **Sesión 6:** Implementando estrategias de Parentalidad Positiva II
- **Sesión 7:** Implementando estrategias de Parentalidad Positiva III
- **Sesión 8:** Cierre del programa

Paso a Paso

Este curso está dirigido a madres, padres y cuidadores que tienen inquietudes sobre cómo manejar los problemas de conducta de los niños con algún tipo de necesidad especial. El programa ofrece una breve intervención de crianza personalizada diseñada para enfocarse en conductas problemáticas discretas o habilidades de desarrollo (por ejemplo: habilidades sociales, comunicación, etc.) Este curso cuenta con diez sesiones y el horario de las clases será acordado entre los participantes y el facilitador del curso.

- **Sesión 1:** Introducción y evaluación
- **Sesión 2:** Observación y resultados de la evaluación
- **Sesión 3:** Promoviendo el desarrollo de niños y niñas
- **Sesión 4:** Manejar la mala conducta
- **Sesión 5:** Desarrollar rutinas de parentalidad 1
- **Sesión 6:** Desarrollar rutinas de parentalidad 2
- **Sesión 7:** Desarrollar rutinas de parentalidad 3
- **Sesión 8:** Planificar anticipadamente
- **Sesión 9:** Utilizar las rutinas de actividades planificadas.
- **Sesión 10:** Cierre del programa

CURSO DE PARENTALIDAD POSITIVA PARA MADRES Y PADRES DE ADOLESCENTES

Este curso está dirigido a madres, padres y cuidadores que tengan inquietudes sobre cómo manejar los problemas de conducta de los adolescentes o simplemente desean prevenir el desarrollo de problemas de comportamiento. El curso tiene una duración de ocho sesiones.

- **Sesión 1:** Parentalidad Positiva
- **Sesión 2:** Motivar una conducta apropiada
- **Sesión 3:** Manejar la conducta problemática
- **Sesión 4:** Manejar la conducta riesgosa
- **Sesión 5:** Desarrollar rutinas de parentalidad 1
- **Sesión 6:** Desarrollar rutinas de parentalidad 2
- **Sesión 7:** Desarrollar rutinas de parentalidad 3
- **Sesión 8:** Cierre del programa



PARA INSCRIBIRSE U OBTENER MÁS INFORMACIÓN PUEDE CONTACTARSE CON:



Daisy Pincus (Lead Intake Specialist)

Email: dpincus@latinocommunitycenter.org

Teléfonos: Office: 412.335.7446 Ext: 121 Mobile: 412.636.1236



Daniel Santander (Educador de padres)

Email: dsantander@latinocommunitycenter.org

Teléfonos: Office: 412.335.7446 Mobile: 412.983.8467



PLATAFORMA DE TRANSMISIÓN: ZOOM

<https://zoom.us/j/2611212754>

Meeting ID: 261 121 2754



ALAS (ADVANCING LATINO/A/X ACADEMIC ACCESS FOR SUCCESS)

¡LLENA TU SOLICITUD DE AYUDA FEDERAL PARA ESTUDIANTES!

El formulario de Solicitud Gratuita de Ayuda Federal para Estudiantes (FAFSA, por sus siglas en inglés). Este formulario se utiliza para solicitar ayuda federal, que incluye becas (subvenciones), puestos de estudio y trabajo y préstamos educativos. La mayoría de los estados e instituciones de educación superior también hacen uso de la información del formulario FAFSA para otorgar asistencia de fuentes no federales.



¡LA APLICACIÓN ESTÁ DISPONIBLE!

¿Tienes preguntas?

Llama a Edgar Morales, Nuestro Coordinador
del Programa ALAS Pittsburgh al **412-335-7446**
EXT 204 o **412-810-7552**



ALAS (Advancing Latino/a/x Academic Access for Success)

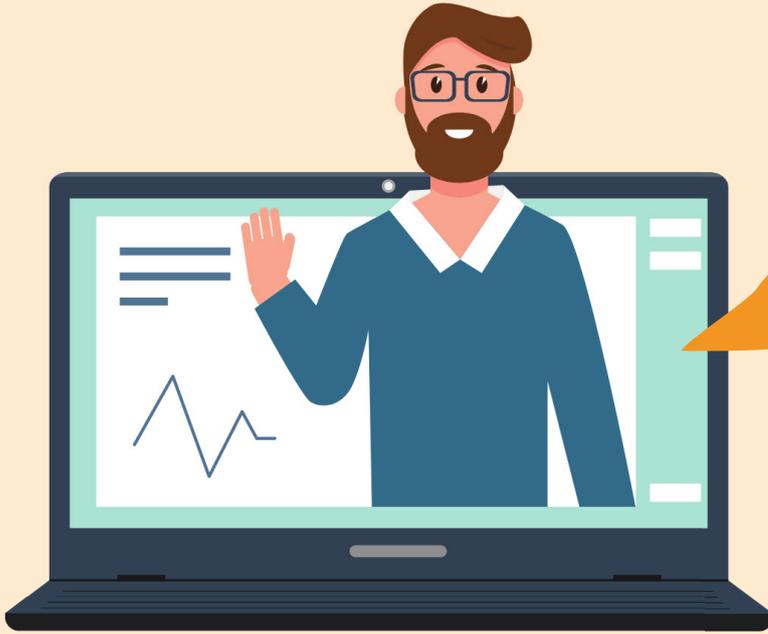


¡EL PROCESO DE ADMISIÓN PARA UNIVERSIDADES YA HA COMENZADO!

Las escuelas han abierto sus solicitudes para los solicitantes. Las escuelas que tienen admisiones continuas aceptarán solicitudes en cualquier momento hasta la fecha límite de su solicitud. Las escuelas de decisión temprana y acción temprana generalmente aceptan solicitudes antes del 1 de noviembre. Las solicitudes de decisiones habituales suelen presentarse a principios de enero. Los estudiantes deben comenzar a trabajar en sus aplicaciones y aplicaciones comunes. También deben comenzar a recopilar la información fiscal de sus padres y prepararse para completar la FAFSA.

ESTE ES EL PROCESO QUE DEBERÍAS SEGUIR

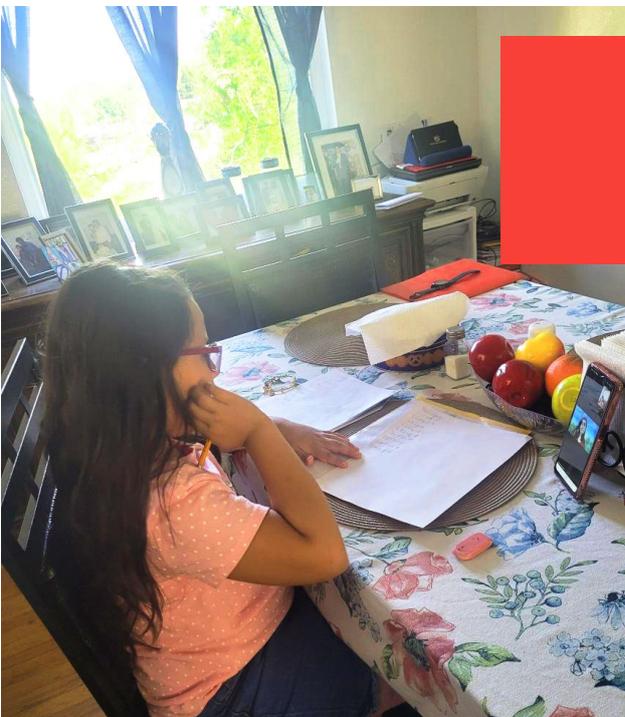
- 1 Haz una lista de universidades a donde aplicarás.
- 2 Toma el examen SAT y / o ACT
- 3 Pide cartas de recomendación
- 4 Crea y completa el Common APP
- 5 Completa el FAFSA
- 6 Pide exenciones de tarifas de solicitud
- 7 Completa todas las partes de la solicitud para la universidad
- 8 Revisa y/o entrega tu ensayo de solicitud



TUTORÍAS VIRTUALES

¿TE GUSTARÍA SER UN TUTOR Y AYUDAR A LA COMUNIDAD LATINA?

Los tutores virtuales se emparejan con un estudiante que necesita tutoría en línea según sus habilidades, disponibilidad y preferencia. El compromiso para esta oportunidad es de al menos una hora por semana.



¡BUSCAMOS A VOLUNTARIOS QUE ESTÉN INTERESADOS EN SER TUTORES VIRTUALES!

RESPONSABILIDADES

- Guiar al estudiante para que sea independiente y exitoso en su aprendizaje.
- Proponer actividades complementarias.
- Crear una relación positiva y de confianza con el estudiante.

¿Desea inscribirse o tiene alguna pregunta?

Escriba un email a Andrea Faggioli, nuestra Coordinadora de SOMOS Pittsburgh al afaggioli@latinocommunitycenter.org





SOMOS Pittsburgh

Programa de mentoría

(Strengthening Outcomes, Motivating Our Students) es el programa de mentoría de LCC.

¿Es usted un miembro de la comunidad Latina a quien le gustaría invertir en la vida de una persona joven?



- Los mentores con sus alumnos se reúnen un mínimo de 4 horas por mes.
- Exploran la ciudad de Pittsburgh, PA.
- Construyen relaciones positivas.
- Planifican el futuro exitoso de los estudiantes.

¡SOMOS PITTSBURGH BUSCA PROPORCIONAR UNA RED DE APOYO POSITIVO PARA LOS ESTUDIANTES AL CONECTARLOS CON UN MENTOR LATINO!

¿Desea inscribirse o tiene alguna pregunta?

Escriba un email a Andrea Faggioli, nuestra Coordinadora de SOMOS Pittsburgh al afaggioli@latinocommunitycenter.org

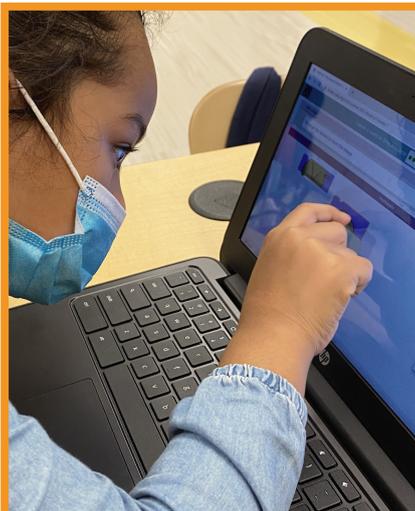




¿TIENE PREGUNTAS SOBRE LA EDUCACIÓN DE SU HIJO/A?
¡NOSOTROS PODEMOS AYUDARLE!

APOYO FAMILIAR EN EDUCACIÓN

El programa de Apoyo Familiar en Educación de LCC ofrece ayuda a las familias latinas de la región a navegar y entender el sistema educativo, respondiendo cualquier pregunta o inquietud relacionada con escuelas, y brindando asistencia personalizada.



AYUDAS COMUNES QUE SE OFRECE:

- Inscripción escolar
- Solucionar las barreras del idioma - traducciones
- Apoyo con acceso a internet
- Soporte técnico
- Ayudar con la comunicación con los maestros
- Resolver cualquier duda relacionada a educación/escuelas

HORARIO DE ATENCIÓN

Lunes a Viernes de 9 AM a 5 PM
Teléfono: 412-335-7446 opción 3



ADRIANA RUDAT

Líder de enlace familiar de educación

412.335.7446 Ext: 3



RICARDO SOLIS

Enlace familiar de educación

412.335.7446 Ext: 217

¿NECESITAS PAÑALES Y FÓRMULA PARA TU BEBÉ?

El Centro Latino comunitario está entregando pañales, pañitos húmedos a las familias en el nuevo local: 5750 Baum Blvd en el área de East Liberty. Es importante llamar para inscribirse ya que el proceso ha cambiado. De igual manera habrá algunas marcas de fórmulas disponibles.



MARCAS DE FÓRMULAS DISPONIBLES



ES IMPORTANTE HACER CITA DE MANERA PREVIA

**Puedes llamar o escribir de Lunes a Miércoles
al 412-335-7446 opción 1**





LA COMISIÓN FEDERAL DE COMERCIO CONSEJOS PARA CONSUMIDORES

¿CÓMO DETECTAR Y REPORTAR UN FRAUDE?

Los estafadores pueden ser muy convincentes. Llamam por teléfono, envían emails y mensajes de texto tratando de conseguir nuestro dinero o información delicada e incluso tratan de hacerse por agentes de distintas instituciones como el IRS, inmigración o policía y así tratar de amedrentar a las personas con las que hablan para volverlos más vulnerables antes sus estafas.

Si usted ha tenido contacto con alguna persona que ha tratado de estafarlo ya sea por medio de llamada, mensajes o emails no dude en reportarlo. De esta manera la comisión federal del comercio puede comenzar una investigación para encontrar a el estafador y evitar que otras personas vivan una situación similar.



Por medio de este código QR puede acceder a la página para reportar el fraude del cual usted ha sido víctima. En esta página encontrará algunas preguntas con opciones y así podrá escoger la que más se acerque a su situación.

Para aprender sobre más cómo detectar y parar el fraude con fotonovelas de **CLICK AQUÍ**



HHS.gov

U.S. Department of Health & Human Services



La misión del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. (HHS, por sus siglas en inglés) es mejorar la salud y el bienestar de todos brindando servicios humanos y de salud efectivos y fomentando avances sólidos y sostenidos en las ciencias subyacentes a la medicina, la salud pública y servicios sociales.



Las leyes federales de derechos civiles ayudan a protegerlo contra el tratamiento injusto o la discriminación por motivos de raza, color, nacionalidad, discapacidad, edad o sexo.



Si necesita ayuda para presentar una queja, por favor lláme al **1-800-368-1019**. Si necesita de intérprete, ellos les proporcionará uno.

Para más información, escanee este código QR y así puede visitar la página del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.





SANACIÓN Y ESPERANZA PARA ADULTOS Y NIÑOS QUE SUFREN VIOLENCIA DOMÉSTICA.

Acérquese a nuestras oficinas para conocer a personas del Centro y Refugio para Mujeres en persona. Si usted aplica, podrá obtener ayuda y registrarse a su programa para recibir beneficios. **Para registrarse llame al 412.335.7446**

2 MARZO DE 11AM A 1:30PM



5750 Baum Blvd Pittsburgh 2do Piso



HOLA BEBÉ - GRUPO DE APOYO

Invitamos a las mamás embarazadas o mamás de bebés de hasta 1 año a compartir la mañana. Es un lugar para conocerse, hablar sobre inquietudes, experiencias y conocer otras familias que están en este camino. Contaremos con snacks, refrigerios, y cuidado de niños si es necesario. **Para registrarse llame a Wendy Santos al 412-614-1786**

15 MARZO DE 10:30 AM A 11:30AM



**5750 Baum Blvd Pittsburgh 2do Piso
o de manera virtual por zoom**



GRUPO DE APOYO PARA MADRES, PADRES Y CUIDADORES DE NIÑOS CON NECESIDADES ESPECIALES

Es un espacio donde los madres, padres y cuidadores pueden compartir y buscar consejo el uno al otro. Mirar que ha funcionado para un padre y mirar si le funciona a otro. Es un espacio de compartir frustraciones y recibir apoyo. **Para registrarse llame a Daniel Santander al 412-983-8467.**

23 MARZO DEL 2023 A LAS 6PM



5750 Baum Blvd Pittsburgh 2do Piso



**o de manera virtual por zoom
<https://zoom.us/j/2611212754>**



Calendario DEL MES DE MARZO

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
				women's center & shelter a las 11 AM Beverly's birthdays 4:30 PM	 Family Fun Day Evento de Patinaje	 SOY Pittsburgh comunitario 11:00 AM
		 Graduacion de Triple P 5:30 PM				 SOY Pittsburgh comunitario 11:00 AM
 Cambio de horario de Verano			 Hola Bebé 10 AM	 Taller GenOne Cómo encontrar su tipo de aprendizaje 3PM		 SOY Pittsburgh comunitario 11:00 AM
				 Grupo de Apoyo - 6 PM		 SOY Pittsburgh comunitario 11:00 AM