



GUÍA DE RECURSOS COMUNITARIOS DEL GRUPO MÉDICO PEDIÁTRICO



MassGeneral Hospital
for Children®

PROGRAMAS EXTRACURRICULARES

Boys & Girls Club

Actividades para niños y adolescentes: ayuda con las tareas, actividad física, arte y manualidades, piscina. Cena y refrigerios. Llame a inscribir a su niño. De 6 a 12 años: \$25 al año; de 13 a 18 años: \$5 al año. Se ofrece ayuda económica.

Edgerley Boys & Girls Club

<https://www.bgcb.org/find-your-club/edgerley-family-south-boston-club/>

(617) 268-4301 | Lunes a viernes, 1:30-8:00 p.m.
230 W Sixth St, Boston

Condon Boys & Girls Club

(617) 307-6075 | Lunes a viernes, 2:30-6:30 p.m.
200 D St, Boston

<https://www.bgcb.org/find-your-club/condon-club/>

Boys & Girls Club de Charlestown

(617) 242-1775 | Lunes a viernes, 1:30-8:00 p.m.
15 Green St., Charlestown

<https://www.bgcb.org/find-your-club/charlestown-club/>

MGH Revere Youth Zone

Programa extracurricular gratuito para niños de Revere y de las comunidades vecinas. Formularios de inscripción en inglés, español y árabe en el sitio web. Llame si tiene preguntas o quiere inscribir a su niño. (781) 548-3723 | Lunes a viernes, 2:30-6:00 p.m. | 300 Broadway, Revere

<https://www.massgeneral.org/revere/youth-zone/mgh-revere-youth-zone.aspx>

Programa Stay in Shape del Mass General

Programa extracurricular gratuito en las escuelas públicas de Charlestown, Chelsea y Revere: Rumney Marsh | Clark Avenue | Eugene Wright Science & Technology | Clarence R. Edwards | Harver-Kent Elementary | Chelsea High School | Revere High School. Llame e inscriba a su niño. (781) 485-6477. <https://www.massgeneral.org/community-health/cchi/community-health-associates/stay-in-shape>

Mass 2-1-1

Llame al 2-1-1 si necesita opciones en cuanto a guarderías infantiles y vales o quiere información sobre seguros médicos, vivienda de emergencia y ayuda para conseguir alimentos.

<https://tinyurl.com/y3qmjb7t>

ALIMENTACIÓN

Despensa comunitaria de la Grace Federated Church

Los residentes de East Boston pueden ir una vez al mes y llevarse a casa varias bolsas de alimentos. Sábado, 10 a.m.-12 p.m. | 760 Saratoga St., Boston

Despensa comunitaria Harvest on Vine

Los alimentos se reparten el 2.º sábado del mes a las 10 a.m. y el último martes del mes a las 7 p.m. Debe vivir en Charlestown. (617) 990-7314
49 Vine St, St Catherine's Hall, Charlestown

Fresh Truck ("Camión de frutas y verduras")

Compre frutas y verduras económicas en los camiones de productos frescos de Charlestown y de East Boston. Pague en efectivo, con tarjeta de crédito o con cupones del programa SNAP. *Abierto para todos. No se requiere inscripción ni documento de identidad.* (617) 297-7685

Charlestown (150 Medford St.): lunes, 11 a.m.-2 p.m.; jueves, 3-6 p.m.

East Boston (Maverick Sq, 201 Sumner St.): lunes, 3-6 p.m.; martes, 3-5 p.m.

<https://www.aboutfresh.org/fresh-truck/>

Programa Fair Foods

Reciba una bolsa grande de productos agrícolas frescos por \$2. *Abierto para todos. No se requiere documento de identidad.* | (617) 288-6185

Charlestown: jueves, 2:00-3:30 p.m. en el Kennedy Center (55 Bunker Hill St.) | East Boston: cada tercer viernes del mes, a partir del 3 de enero de 2020, en 120 Liverpool St., 2:30-4:00 p.m., y en 600 Border St., 2-4 p.m. | (617) 568-4865

<http://www.fairfoods.org/dollarbag.html>

Salvation Army de Malden

Despensa comunitaria: para residentes de Malden, Medford, Everett y Melrose. Lunes a viernes, 10 a.m.-2 p.m. Debe llamar a pedir una cita con anticipación.

Ayuda económica de emergencia: para pagar los servicios públicos, el alquiler y la ropa.

Campamento de verano: para niños de 6 a 16 años. \$50 por una semana.

(781) 324 1970 | 213-219 Main St., Malden

<https://massachusetts.salvationarmy.org/ma/mvyneedhelp>

Project Bread FoodSource (línea directa)

Llame para encontrar recursos alimentarios cerca de usted. 1-800-645-8333 | Lunes a viernes, 8 a.m.-7 p.m.; sábado, 10 a.m.-2 p.m.

Durante el verano, descargue la aplicación SummerEats, envíe un mensaje de texto que diga "FOOD" o "COMIDA" al 877-877 o visite

www.meals4kids.org

Mercado móvil de productos agrícolas de Revere

1.º sábado del mes, 10:30-11:30 a.m. Consulte las fechas en el sitio web. Inscribese en persona en el mercado. (617) 806-8793 | Cambridge Health Alliance, 454 Broadway, Revere

<https://tinyurl.com/raye7w>

Salvation Army de Chelsea

Despensa comunitaria: para residentes de Chelsea, Revere, East Boston y Winthrop. Lunes, martes y jueves, 9 a.m.-12 p.m. Debe llamar a pedir una cita y llevar documento de identidad con foto.

Los siguientes servicios están abiertos para todos y no se requiere documento de identidad:

Productos agrícolas frescos (miércoles, 12 p.m.)

Comedor comunitario (lunes a viernes, 12 p.m.)

(617) 884-0260, ext. 201 | 258 Chestnut St., Chelsea

<https://tinyurl.com/yyo2xsty>

Despensa comunitaria de San Lucas

Recibo de alimentos: sábado, 9 a.m.-12 p.m. Debe ir a la iglesia el sábado (12-1 p.m.) para pedir una cita antes de recibir los alimentos.

Comidas comunitarias: sábado, 9-10 a.m.

(desayuno) y 11 a.m.-12 p.m. (almuerzo). *Abiertas para todos sin cita previa.* (617) 884 4278

201 Washington Ave., Chelsea

<https://www.lukelucas.org/outreach/food-pantry.html>

Ayuda para solicitar cupones de alimentos de SNAP.

ABCD de Boston (617) 348-6000

178 Tremont St, Boston

ABCD de Malden (781) 321-2501

11 Dartmouth St. Suite #104 Malden

ABCD de East Boston (617) 567-8857

21 Meridian St., East Boston

ABCD de Charlestown (617) 241-8866

23A Moulton St., Charlestown

Para ver si cumple los requisitos del programa SNAP, visite (seleccione Spanish en la esquina superior derecha):

<https://dtaconnect.eohhs.mass.gov/screening>

Programa WIC del Mass General en Charlestown

Grupos de apoyo para los padres y recursos de guardería infantil, educación del adulto y empleo. Martes, 8:30 a.m.-5 p.m.; jueves, 8:30 a.m.-7 p.m.

(617) 724-8198 | 73 High St., Charlestown

<https://www.chelseareverewicprogram.com/resources-for-parents>

Despensa comunitaria de Bread of Life en Malden

Miércoles, 4-6 p.m.; viernes: 2-4 p.m. Para residentes de Malden, Medford, Everett, Melrose, Saugus, Stoneham, Wakefield, Reading, North Reading y Winchester. Se requiere prueba de domicilio. Las familias pueden recibir comestibles cada 4 semanas.

(781) 397-0404 | 54 Eastern Ave., Malden

Departamento de Asistencia Transitoria (DTA) de Malden

Solicite cupones para alimentos del programa SNAP y prestaciones en efectivo. (781) 388-7300 | Lunes a viernes, 8 a.m.-5 p.m.

Aplicación gratuita para dispositivo móvil del DTA: <https://tinyurl.com/y4ycuhps>

Comidas y despensas comunitarias de Bread of Life
<http://www.breadoflifemalden.org/where-we-serve>

Cenas de Bread of Life en Malden

Cenas gratuitas *abiertas para todos sin inscripción previa*. No se necesita vivir en Malden.

(781) 397-0404 | Martes a viernes, 5:15-6:30 p.m.

First Baptist Church, 493 Main St., Malden

RECURSOS ALIMENTARIOS DURANTE EL VERANO

Mercado de productos agrícolas de Charlestown

De junio a octubre: miércoles, 2-7 p.m.

(617) 241-8866 | Main St. & Austin St., Boston

<https://www.kennedycenter.org/communityservices/cfm/>

Mercado de productos agrícolas de Revere

De julio a octubre: viernes, 12:30-4:30 p.m.

(781) 286-8172 | 249 Broadway, Revere.

Puede pagar en efectivo, con tarjeta de crédito o débito, o con cupones de WIC o SNAP.

<https://www.revere.org/departments/healthy-community-initiatives/farmers-market>

Mercado de productos agrícolas de East Boston

De julio a octubre: miércoles, 3:00- 6:30 p.m.

Puede pagar en efectivo, con tarjeta de crédito o débito, o con cupones de WIC o SNAP.

(617) 568-4783 | Central Square Park, 201 Border St, Boston.

<https://www.ebnhc.org/en/food-access/farmers-market.html>

Programa de Alimentos Gratuitos en el Verano, Chelsea

Desayuno y almuerzo gratis para niños de 1 a 18 años. En el sitio web se encuentran todos los lugares y los horarios. | (617) 466-4000 | Lunes a viernes; el horario depende del lugar.

<https://www.chelseama.gov/home/news/summer-food-program-location-hours>

Programa de Alimentos Gratuitos en el Verano, Revere

Almuerzo gratuito para todos los niños, de junio a agosto. Llame o busque en el sitio web los horarios y lugares. (781) 286-8190

<https://www.revererec.org/summer-food-service-program>

ACTIVIDAD FÍSICA

YMCA de East Boston

Natación, basquetbol y otras actividades para la familia. (617) 569-9622. Lunes a viernes, 5:30 a.m.-9:00 p.m.; sábado y domingo, 7 a.m.-7 p.m.
215 Bremen St. <https://ymcaboston.org/eastboston>

YMCA de Malden

Actividades para todas las edades. Programa *Healthy Weight and Your Child* ("Peso saludable para su niño") para familias con niños de 7 a 13 años. (781) 324-7680. Ayuda económica: ext. 221. Lunes a viernes, 5:30 a.m.-10:00 p.m.; sábado, 7:00 a.m.-8:00 p.m.; domingo, 7:00 a.m.-6:00 p.m. | 99 Darmouth St., Malden
<https://www.ymcamalden.org/classes-programs/join-us>

YMCA de Charlestown

Natación, programa *Healthy Living* y otras actividades para la familia y para niños de todas las edades. (617) 286-1220 | Lunes a jueves, 5:30 a.m.-10:00 p.m.; viernes, 5:30 a.m.-8:00 p.m.; sábado y domingo, 8:00 a.m.-5:30 p.m.
(617) 286-1220 | 150 3rd Ave., Charlestown
<https://ymcaboston.org/charlestown>

Centro Comunitario de Charlestown

Gimnasio, centro de acondicionamiento físico y piscina bajo techo. (617) 635-5169 | 255 Medford St., Charlestown
<https://www.boston.gov/departments/boston-centers-youth-families/bcyf-charlestown>

Outdoors Rx

Programa gratuito al aire libre para familias y niños. Visite el sitio web para ver las actividades e inscribese para recibir mensajes semanales por correo electrónico. Outdoorsrx.org
(617) 523-0636 | (617) 391 6632

Tenacity, programa de lectura y tenis para el verano

Gratis y al alcance de todos los residentes de Boston de 6 a 16 años. Se ofrece en 23 lugares diferentes de Boston. Las inscripciones comienzan en abril.
(617) 562-0900 <https://tenacity.org/strp-boston/>

Parques y zonas de recreación infantil de Boston

<https://www.boston.gov/departments/parks-and-recreation/popular-playgrounds-and-parks-boston>

Parques e instalaciones de Malden

<https://www.maldenrec.com/info/facilities/default.aspx>

Parques e instalaciones de Revere

<https://www.revererec.org/facilities>

Boston Centers for Youth and Family (BCYF)

Gimnasio, centro para adolescentes, programas de fútbol y basquetbol, programas extracurriculares y más actividades para todas las edades. Llame a inscribirse. Se ofrece ayuda económica.

www.boston.gov/community-centers

Varias sedes:

BCYF en Pino Street (617) 635-5120

Lunes a viernes, 6:30 a.m.-9 p.m.; sábado, 9 a.m.-5 p.m. Niños y adolescentes, \$5 al año; adultos, \$20 al año. | 86 Boardman St., Boston

BCYF en Paris Street (617) 635-5125

(617) 635-1409 (piscina)
Lunes a sábado, 6:30 a.m.-9 p.m.; domingo, 9 a.m.-5 p.m. Niños y adolescentes: gratis. Adultos, \$40 al año. | 112 Paris St., East Boston

BCYF en Tynan (617) 635-5110

Lunes a viernes, 2-9 p.m. Niños y adolescentes: \$5 al año. Adultos: \$10 al año.
650 East Fourth St., Boston

BCYF en Curley (617) 635-5104

Lunes a sábado, 6:30 a.m.-9:00 p.m.; domingo, 9 a.m.-5 p.m. Niños y adolescentes: gratis. Adultos, \$100 al año. | 1663 Columbia Rd., Boston

VIVIENDA Y SERVICIOS PÚBLICOS

Action for Boston Community Development

Vivienda, ayuda con impuestos, servicios de inmigración, ayuda para pagar las cuentas de la calefacción, ropa, cupones para alimentos de SNAP, ferias de empleo, programas de empleo de verano para adolescentes. Todos los servicios de vivienda: www.bostonabcd.org/service_categories/housing/

ABCD de East Boston

(617) 567-8857 | Lunes, 11 a.m.-5 p.m.; martes a viernes, 9 a.m.- 5 p.m. | 21 Meridian St., East Boston www.bostonabcd.org/location/east-boston-apac/

ABCD de Malden

(781) 321-2501 | Lunes, 10 a.m.-5 p.m.; martes a viernes, 9 a.m.-5 p.m. | 11 Dartmouth St., Suite #104 Malden www.bostonabcd.org/location/mystic-valley-opportunity-center/

ABCD de Charlestown

(617) 241-8866 | Lunes, 11 a.m.-5 p.m.; martes a viernes, 9 a.m.-5 p.m.
23A Moulton St., Charlestown www.bostonabcd.org/location/john-f-kennedy-family-service-center/

ABCD de Boston

(617) 348-6000 | Lunes a viernes, 9 a.m.-5 p.m.
178 Tremont St., Boston www.bostonabcd.org/location/abcd-central-offices/

Greater Boston Legal Services, GBLS (“Servicios de asesoramiento jurídico de la zona metropolitana de Boston”)

Asesoramiento jurídico gratuito en asuntos civiles (no de índole penal) para residentes de Boston y de municipios y ciudades cercanas.

<https://www.gbls.org/>
(617) 371-1234 | 1-800-323-3205
197 Friend St., Boston

Mass Legal Help: Asesoramiento jurídico y derechos de vivienda en Massachusetts

Remisiones e información jurídica sobre asuntos de vivienda, empleo, inmigración, prestaciones y mucho más. (617) 603-1700 <https://www.masslegalhelp.org/housing-homelessness>

Housing Families Inc.

Albergue de emergencia, vivienda asequible, tutores después de la jornada escolar y ayuda con las tareas. (781) 322-9119 | Lunes a viernes, 9:00 a.m.-5:00 p.m. | 919 Eastern Ave., Malden <https://housingfamilies.org/resources/other-services/>

Neighborhood of Affordable Housing

Clases de inglés, clases de finanzas en inglés y español, asesoramiento en vivienda de alquiler, clases de prevención de la ejecución de la hipoteca y programa de vivienda de emergencia. (617) 567-5882 | Lunes a viernes, 9 a.m.-5 p.m.
143 Border St., East Boston <https://noahcdc.org/?q=programs>

Albergues de emergencia de Massachusetts

Todo residente de Massachusetts puede llamar a solicitar albergue de emergencia. (617) 573-1106 <https://www.mass.gov/how-to/find-emergency-family-shelter>

Autoridades locales en asuntos de vivienda

Programas de vivienda asequible:

Malden

(781) 322-9460 | Lunes, miércoles y jueves, 8:30 a.m.-4:00 p.m.; martes, 8:30 a.m.-7 p.m.; sábado, 8:30 a.m.-12:30 p.m.
630 Salem St., Malden <http://www.maldenhousing.org/>

Boston

(617) 988-4000 | Lunes a viernes, 9 a.m.-5 p.m. | 52 Chauncy St., Boston <https://www.bostonhousing.org/en/Housing-Communities/Housing-Community-Search.aspx>

SERVICIOS SOCIALES Y DE ATENCIÓN MÉDICA

Living Tobacco Free (“Vivir sin tabaco”)

Asesoramiento gratuito e individual en inglés, español y muchos otros idiomas más. Citas en los centros de salud del Mass General en Chelsea, Revere, Charlestown y Everett. (781) 485-6210
<https://www.massgeneral.org/community-health/cchi/community-health-associates/living-tobacco-free>

Bay Cove Human Services

Ofrece servicios relacionados con adicciones, vivienda e intervención. (617) 371-3000
Lunes a viernes, 8:30 a.m.-4:30 p.m. | 66 Canal St, Boston <https://www.baycovehumanservices.org/>

CleanSlate Outpatient Addiction Medicine (atención ambulatoria de trastornos por adicción)

(617) 874-4160 | Lunes, martes y jueves, 9 a.m.-5 p.m.; miércoles, 9 a.m.-8 p.m.; viernes, 9 a.m.-2 p.m. | 82 Paris St., tercer piso, East Boston
<https://www.cleanslatecenters.com/east-boston-massachusetts>

Catholic Charities, Arquidiócesis de Boston

10 sedes en la zona metropolitana de Boston. Ofrece despensas comunitarias, ayuda para pagar el alquiler y la hipoteca, ayuda para pagar los servicios públicos, suministros para el cuidado del bebé, ropa y mucho más.
(617) 464 8500 | 275 W Broadway, Boston
<https://www.ccab.org/basic-needs?q=about>

MassHire Career Center, CONNECT

Informe de crédito gratuito, asesoramiento financiero, ayuda para redactar el currículum u hoja de vida, ferias de empleo, clases de inglés y de preparación para el GED, ayuda para solicitar el ingreso a la universidad.
(617) 884-4333 | (617) 545-8310
Lunes a jueves, 8:30 a.m.-4:30 p.m.; viernes, 9:45 a.m.-4:30 p.m. | 4 Gerrish Ave., Chelsea
<https://masshiremncareers.com/resources/>

Clases de inglés en ABCD

Clases gratuitas de inglés para todo residente de Massachusetts que hable otro idioma.
(617) 241-8866 | 617-348-6000

Programa de Educación del Adulto de Charlestown

Capacitación laboral y cursos de preparación para el empleo. Clases de inglés y servicios de guardería infantil. (617) 635-5221 | Lunes a viernes, 9 a.m.-5 p.m. | 76 Monument St., Charlestown
<https://bhacharlestownadulted.weebly.com/>

Family Support Circle de la Charlestown Coalition

El programa *Family Support Circle* vincula a los padres de familia y a los niños (de 7 a 18 años) con recursos en asuntos de vivienda, alimentación, temas jurídicos, carrera, educación y salud mental. Círculo de Apoyo para la Familia y Centro de Aprendizaje del Adulto: (617) 726-0058
Programa de recuperación en casos de drogadicción y el alcoholismo: (617) 320-9058
Teléfono principal: (617) 726-0059
15 Green St., Charlestown
<http://charlestowncoalition.org/support-services/>

Harborside Community School, East Boston

Clases de inglés, de computadoras y mucho más.
(617) 635-5115 | 312 Border St., East Boston
<https://sites.google.com/site/eastbostonharborside>

INFORMACIÓN ADICIONAL

Recetas

Aquí encontrará recetas saludables y económicas:

<http://cookingmatters.org>

<https://www.chopchopfamily.org/>

Programas gratuitos de teléfono celular

Assurance Wireless

<http://www.assurancewireless.com/>

Safe Line Wireless

<http://www.Safelinkwireless.com>

Líneas directas de ayuda en salud mental 24 horas al día

Línea para mensajes de texto en situaciones de crisis: Envíe un mensaje que diga “*Brave*” al 741-741 en cualquier tipo de crisis. Un consejero capacitado recibirá el mensaje y responderá desde una plataforma segura en línea.

Línea Nacional de Prevención del Suicidio:

Llame al 1-800-273-8255 para que le comuniquen con el centro de crisis más cercano a usted. *Todas las líneas son gratuitas y confidenciales.*

Clay Center for Young Healthy Minds (“Centro Clay para Mentes Jóvenes Sanas”) del Mass General

Recurso educativo gratuito en línea para apoyar el bienestar mental, emocional y conductual.

<https://www.mghclaycenter.org/topics/>

Entérese de los determinantes sociales de la salud

Inglés: <https://tinyurl.com/y65xcf5a>

Español: <https://tinyurl.com/y39vt2cv>

Recursos del programa ARCH del Mass General

Información y recursos en relación con la salud para adultos, familias y niños de todas las edades.

(781) 485-6400 | www.arch-mgh.org

MyCharlestown.org

Guía en línea de recursos comunitarios de Charlestown (en inglés y español).

http://mycharlestown.org/guide?tid=43&tid_1=All&tid_2=All

Guía de recursos de la Charlestown Coalition

<http://charlestowncoalition.org/wp-content/uploads/2019/09/Family-Resource-Guide-2019-finalGGM.pdf>

Visite www.c4hprogram.com para recibir más información sobre el programa y consultar recursos para su familia.

