

# JULIO 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1 Clases de ESL GRATIS Todos los martes y jueves Beg: 11:30am-1pm Avanzada: 10:00am-11:30am Llamar para registrarse	2 Reunión de interés para voluntarios en huertos comunitarios 1:30-2:30 p. m.	3	4 HAPPY 4th of July CERRADO	5	6
7 ¡COMIENZA EL HORARIO DE VERANO!	8 Juego de agua 11:30	9 Reunión del Comité Asesor de Padres 3 p. m.	10 Grupo de chicas/ Grupo de chicos 1 p. m.	11 Yoga familiar 11:30am-12:30pm	12 Sábado de defensa 10am-1pm CON CITA PREVIA	13 Semana del Pañal Debido al suministro limitado, llame con anticipación para asegurarse de que tengamos su tamaño de pañal disponible.
14 Yoga para adultos 10 a. m.	15 YMCA de Meadowlands Distribución de alimentos 9 a. m. Hable con un representante de SNAP 10-2pm con cita previa Center closes at 4pm	16	17 Grupo de chicas Grupo de chicos 1 p. m. Grupo de apoyo para el duelo 5:30 p. m.	18	19 Juego de agua de fin de semana 1-3 p.m.	20
21 Enriquecimiento académico de verano 1:30-2:30 p. m.	22 Juego de agua 11:30	23 Navegadores de beneficios 10-1 PM	24 MFSC Horas 11-7 Fiesta familiar de luau 4:30 p. m.	25	26	27
28 Enriquecimiento académico de verano 1:30-2:30 p. m.	29 Arte en el jardín: Pintura rupestre 11:30A Taller para padres sin estrés 11:30-12:30 p. m.	30 Navegadores de beneficios 10-1 PM	31 Grupo de chicas Grupo de chicos 1 p. m. Grupo de apoyo para el duelo 5:30 p. m.			

¡Todos los servicios ofrecidos son gratuitos para la comunidad!

\*Ver el reverso para más detalles\*

100 Washington Avenue,  
Little Ferry, NJ 07643  
Teléfono: 201-464-4714



@Meadowlands Family  
Success Center



@Meadowlandsfsc

**Horario de atención**  
Lunes, Martes, Miércoles, Viernes:  
8am - 4pm Jueves: 9am - 7pm  
Sábado: VER CALENDARIO

# Nuestros servicios y recursos comunitarios gratuitos

## COMPROMISO COMUNITARIO

**Distribución de alimentos comunitarios de la YMCA** el tercer martes de cada mes

A través de asociaciones con el Banco de Alimentos Comunitario de Nueva Jersey y Table to Table, Meadowlands YMCA y FSC brindan alimentos mensuales a los miembros de la comunidad necesitados. Ubicación: Meadowlands YMCA – 390 Murray Hill Parkway, East Rutherford, NJ

### Comité Asesor de Padres

Compartiremos ideas para futuros eventos que aborden las necesidades de la comunidad. ¡Quién mejor que sus miembros para ser la voz de las necesidades de la comunidad!

## HABILIDADES PARA LA VIDA

**Grupo de chicas** – Todos los jueves de 1-2pm  
Únase a nosotras para disfrutar de una diversión para chicas con rompehielos, artes y manualidades, diario, eventos actuales y alfabetización mediática.  
Tema de este mes: ¿Qué es la independencia para ti?

**Grupo de niños:** todos los jueves de 1-2pm  
Presentamos... ¡Grupo de Niños! Este dinámico programa no se trata solo de aprender, sino de una aventura de autodescubrimiento y crecimiento. Mediante actividades prácticas y un atractivo programa de autoconocimiento, los niños descubrirán sus fortalezas, desarrollarán confianza y forjarán amistades duraderas.

### Reunión de interés de voluntarios del huerto comunitario

¡Buscamos personas dispuestas a donar su tiempo para ayudar a que nuestro huerto comunitario prospere! Plantaremos frutas, verduras y hierbas de temporada, ¡pero estamos abiertos a sugerencias! Su apoyo es bienvenido y apreciado.

### Enriquecimiento académico de verano

Todos los lunes de 1:30 a 2:30. Queremos fomentar el aprendizaje durante todo el año, así que traigan material escolar o paquetes de verano para que los niños puedan trabajar. Nos centramos en lectura y matemáticas, pero aceptamos paquetes de verano de todas las asignaturas y nos esforzamos por trabajarlos.

### Taller para padres sin estrés

Esta reunión está diseñada para ayudar a los padres a gestionar el estrés mediante la atención plena. La sesión ofrece herramientas prácticas para fomentar el equilibrio emocional y el bienestar general.

## INTERACCIÓN/DESARROLLO ENTRE PADRES E HIJO

### SERIE DE MANUALIDADES

¡ÚNETE A NOSOTROS EN UNA DIVERTIDA ACTIVIDAD DE MANUALIDADES PARA TODAS LAS EDADES! CADA SESIÓN INCLUYE UN PROYECTO SENCILLO PARA CREAR Y DISFRUTAR JUNTOS. SE PROPORCIONAN TODOS LOS MATERIALES.

### LUAU FAMILIAR

¡NOS VAMOS DE FIESTA! ¡SERÁ UNA CELEBRACIÓN DE LA CULTURA Y EL BUEN TIEMPO BAJO EL SOL!

### JUEGO DE AGUA

Relajate y disfruta del verano. ¡Tendremos juegos acuáticos con aspersores y juegos acuáticos!

## DEFENSA

### Hable con un representante de SNAP –

Solo con cita previa: llame al 201-464-4714 para programar. Hable con un especialista para solicitar los beneficios SNAP.

**Distribución de pañales:** segunda semana completa de cada mes  
Llamar con anticipación para concertar una cita. Debido a la escasez, se entrega un paquete de pañales por niño. Consultar el calendario.

**Sábados de Apoyo:** ¿Necesita ayuda adicional para gestionar las solicitudes de servicios sociales y programar citas con proveedores? El MFSC está aquí para ayudarle. Llámenos al (201)464-4714 para programar una cita con un Asesor Familiar que le brindará apoyo personalizado.

## SALUD FAMILIAR

### YOGA PARA ADULTOS

CONSTRUYE UNA COMUNIDAD, DIVIÉRTETE Y RELÁJATE CON NUESTRA CLASE DE YOGA PARA ADULTOS.

**ASESORES DE BENEFICIOS** ¿NECESITA AYUDA PARA ACCEDER O SOLICITAR APOYO SOCIAL COMO CUPONES DE ALIMENTOS O ASISTENCIA ENERGÉTICA? ¡ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDARLE! CONSULTE EL FOLLETO PARA CONOCER LOS REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD.

**GRUPO DE APOYO PARA EL DUELO.** HABLAR CON PERSONAS QUE SE IDENTIFICAN CON TU SITUACIÓN SUELE SER ÚTIL. ACOMPÁÑANOS A CONVERSAR SOBRE CÓMO AFRONTAR LA PÉRDIDA. SOLO EN INGLÉS.

**El Centro de Éxito Familiar de Meadowlands es operado por la YMCA del Área de Meadowlands con financiación estatal.**