

MATERNAL HEALTHY LIVING PROGRAM

RESOURCE GUIDE



ENGLEWOOD HEALTH
SHIRVAN FAMILY LIVE WELL CENTER

MATERNAL HEALTHY LIVING PROGRAM

RESOURCE GUIDE

Table of Contents

PREGNANCY RESOURCES & APPS.....	1
HEALTHCARE ACCESS	2
FOOD ACCESS	3
HEALTH EDUCATION.....	4
EMOTIONAL SUPPORT.....	4
HOUSING.....	5
UTILITY ASSISTANCE.....	5
SHELTERS FOR WOMEN.....	6
MATERNAL & FAMILY CENTERS.....	6

HOW TO SCAN THE QR CODES:

- Pull out a mobile device
- Open the camera app
- Focus your camera on the square image
- Wait for a link to pop up on your phone, & click
- The link will direct you to a website

CÓMO ESCANEAR LOS CÓDIGOS QR:

- Saca un dispositivo móvil
- Abre la aplicación de la cámara
- Enfoca tu cámara en la imagen cuadrada
- Espera a que aparezca un enlace en tu teléfono y haz clic
- El enlace te dirigirá a un sitio web

ENGLEWOOD HEALTH
SHIRVAN FAMILY LIVE WELL CENTER

PREGNANCY RESOURCES

RECURSOS PARA EL EMBARAZO

1

The American College of Obstetricians and Gynecologists

A destination for reliable women's health information.

Un destino para obtener información confiable sobre la salud de la mujer.

For more information or to apply, scan the QR code!



U.S. Department of Health and Human Services

Get answers to all of your pregnancy questions and learn what you can do before, during, and after pregnancy to give your baby a healthy start to life.

Obtenga respuestas a todas sus preguntas sobre el embarazo y aprenda lo que puede hacer antes, durante y después del embarazo para darle a su bebé un comienzo saludable en la vida.

For more information or to apply, scan the QR code!



The Mayo Clinic

Online database of healthy pregnancy resources, expert answers, in-depth resource guides, & more.

Base de datos en línea de recursos para embarazos saludables, respuestas de expertos, guías de recursos detalladas y más.

For more information or to apply, scan the QR code!



PREGNANCY APPS

APLICACIONES MÓVILES PARA EL EMBARAZO

WebMD Pregnancy

A comprehensive guide to pregnancy.

Una guía completa para el embarazo.

Pregnancy Tracker

A comprehensive guide to pregnancy.

Una guía completa para el embarazo.

Contraction Timer

User friendly app contraction timer.

Aplicación fácil de usar - temporizador de contracción.

HEALTH CARE ACCESS

ATENCIÓN MÉDICA

2

Englewood Health Urgent Care

35 Nathaniel Place Englewood, NJ 07631

Phone Number: 201-222-1234 Telemedicine: 973-949-6015



Englewood Health (Hospital and Medical Center)

350 Engle St. Englewood, NJ 07631

201-894-3000



North Hudson Community Action Corp Englewood

Community Center | Centro Comunitario

197 South Van Brunt Street Englewood, NJ 07631

201-537-4442



GetCoveredNJ

New Jersey's official health insurance marketplace. It allows people and families to compare plans, calculate costs, and apply for financial help.

El mercado oficial de seguros de salud de Nueva Jersey. Permite a las personas y familias comparar planes, calcular costos y solicitar ayuda financiera.

For more information or to apply, scan the QR code!



NJHelps.org

This site will help to see if you are eligible for food assistance (SNAP), cash assistance (WFNJ/TANF or WFNJ/GA), and health Insurance (NJ FamilyCare/Medicaid).

Este sitio web le ayudará a ver si es elegible para recibir asistencia alimentaria (SNAP), asistencia en efectivo (WFNJ/TANF o WFNJ/GA) y seguro médico (NJ FamilyCare/Medicaid)

For more information, scan the QR code!



NJ Family Care

Free or low-cost healthcare coverage that covers doctor visits, prescriptions, vision, dental care, mental health and substance use services, and even hospitalization.

Cobertura de atención médica gratuita o de bajo costo que cubre visitas al médico, recetas, atención oftalmológica, dental, servicios de salud mental y abuso de sustancias, e incluso hospitalización. For more information, scan the QR code!



FOOD ACCESS

ACCESO ALIMENTARIA

3

Center for Food Action

The Center for Food Action (CFA) provides emergency food packages and homelessness prevention assistance to local low-income individuals and families.

Alimentos de emergencia y asistencia para la prevención de la falta de vivienda a personas y familias locales de bajos ingresos.

192 West Demarest Ave. Englewood, NJ 07631

Englewood: 201-569-1804 Hackensack: 201-883-9375



The New Jersey Supplemental Nutrition Program for Women Infants and Children (WIC)

Provides wholesome food, nutrition, education, and community support for income eligible women who are pregnant and post-partum, infants and children up to five years old.

Proporciona alimentos saludables, nutrición, educación y apoyo comunitario para mujeres embarazadas y posparto elegibles por ingresos, bebés y niños de hasta cinco años de edad.

215 State Street, Hackensack, NJ 07601

198 N. Washington Avenue, Bergenfield, NJ 07621

Apply by calling: 973 - 754 - 4575



New Jersey Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)

Provides food assistance to families with low incomes to help them buy groceries through a benefits card accepted in most food retail stores & some farmers markets.

Proporciona asistencia alimentaria a familias de bajos ingresos para ayudarles a comprar comestibles a través de una tarjeta de beneficios aceptada en la mayoría de las tiendas minoristas de alimentos y en algunos mercados de agricultores.

Scan the QR code to apply online

For assistance, Bergen County Board of Social Services:
201 - 368 - 4200



Office Of Concern Food Pantry At St. Cecilia's

Food Pantry | Distribución de alimentos

55 W Demarest Ave, Englewood, NJ 07631

201 - 568 - 1465



HEALTH EDUCATION

INFORMACIÓN SOBRE SALUD Y SANIDAD

Englewood Public Library

Provide resources that enhance and contribute to individual knowledge.

Proporcionar recursos que mejoren y contribuyan al conocimiento individual.

31 Engle St, Englewood, NJ 07631

201-568-2215



Greater Bergen Community Action Inc

Early Childhood Education and Adult Education & Training services for lower-income, older, and foreign-born individuals to help achieve greater success in the job market.

Servicios de Educación de la Primera Infancia y Educación de Adultos para personas de bajos ingresos, mayores y nacidas en el extranjero para ayudar.

392 Main St, Hackensack, NJ 07601

201-968-0200



EMOTIONAL SUPPORT

RECURSOS DE APOYO EMOCIONAL

Vantage

Services for children, adolescents, adults and elders with mental health, addiction, developmental and eldercare challenges.

Servicios para niños, adolescentes, adultos y ancianos con problemas de salud mental, adicciones, desarrollo y cuidado de personas mayores.

93 W Palisade Avenue Englewood, NJ 07631

201-567-0059



Center for Revitalizing Psychiatry

Mental health clinic providing care for all ages; medication management, group psychotherapy, individual or couples/marital counseling, or a more intensive level of therapy.

Clínica de salud mental para todas las edades; manejo de medicamentos, psicoterapia grupal, consejería individual o de pareja/marital, o un nivel más intensivo de terapia.

795 Main Street Hackensack, NJ 07601

201 - 380 - 2215 | 201 - 488 - 5161



HOUSING

VIVIENDA

5

Bergen County Department of Social Services Housing Authority

Housing opportunities for low income families and older adults.

Oportunidades de vivienda para familias de bajos ingresos y adultos mayores.

One Bergen County Plaza, 2nd floor Hackensack, NJ | 201-336-7600



North Hudson Community Action Corp.

Housing counseling services | Servicios de asesoramiento sobre vivienda

For more information, Scan the QR code!

201-210-0200



UTILITY ASSISTANCE

ASISTENCIA DE UTILIDAD (VIVIENDA)

Greater Bergen Community Action Inc

Home energy assistance programs help income-qualified individuals experiencing a financial challenge pay their energy bill and remain in their home.

Programas de asistencia de energía para el hogar ayudan a las personas con ingresos calificados que experimentan un desafío financiero a pagar su factura de energía y permanecer en su hogar.

392 Main St, Hackensack, NJ 07601 | 201-968-0200



NJ Energy Assistance

A variety of resources and applications available on website.

Una variedad de recursos y aplicaciones disponibles en el sitio web.

For more information, Scan the QR code!

1 - 800 - 510 - 3102



Low Income Home Energy Assistance (LIHEAP)

The Home Energy Assistance Program helps very low-income residents with their heating and cooling bills.

Ayuda a los residentes de muy bajos ingresos con sus facturas de calefacción y refrigeración

For more information, Scan the QR code!



WOMEN'S SHELTERS

RESOURCE FOR
DOMESTIC ABUSE

REFUGIOS PARA MUJERES

RECURSOS PARA EL
ABUSO DOMÉSTICO

Several Sources

Free services for women in crisis, mothers, children, and families.

Servicios gratuitos para mujeres en crisis, madres, niños y familias.

15 Engle Street, Suite 302 Englewood, NJ 07621

551-427-8056



Good Counsel

Homes for homeless pregnant women and their children. Offering compassionate care, shelter, education, and employment support.

Hogares para mujeres embarazadas sin hogar y sus hijos. Ofrecer atención compasiva, refugio, educación y apoyo laboral.

600 Meadowlands Parkway, Suite 251 Secaucus, NJ 07094

201-795-0637



Eva's Village

Care and support to individuals struggling with hunger, homelessness, substance use disorders and mental health issues.

Atención y apoyo a personas que luchan contra el hambre, la falta de vivienda, los trastornos por uso de sustancias y los problemas de salud mental.

393 Main Street Paterson, NJ 07521 | 973 - 523-6220



Center for Hope and Safety (Domestic Violence)

We give adult and child victims hope and safety, and the tools they need to rebuild their lives beyond domestic violence.

Apoyamos víctimas adultas y niñas esperanza y seguridad, y las herramientas que necesitan para reconstruir sus vidas más allá de la violencia doméstica.

12 Overlook Ave, Rochelle Park, NJ 07662 | 201-944-9600



MATERNAL AND FAMILY CENTER FOR MENTAL HEALTH

**CENTRO MATERNO Y
FAMILIAR DE SALUD
MENTAL**

CarePlus NJ

Mental health and addiction services

Servicios de salud mental y adicciones

For more information,
scan the QR code



Maternal Wraparound Program at Care Plus NJ

Voluntary substance abuse recovery support program | Programa para la recuperación del abuso de sustancias

Scan the QR code



MATERNAL HEALTHY LIVING PROGRAM

EDUCATIONAL PRESENTATIONS

PRESENTACIONES EDUCATIVAS

Prenatal Emotional Wellness PowerPoint

English

Scan the QR code



Presentación de Bienestar Emocional Prenatal

Español

Escanea el código QR



Prenatal Nutritional Wellness PowerPoint

English

Scan the QR code



Presentación de Bienestar Nutricional Prenatal

Español

Escanea el código QR



Prenatal Physical Wellness PowerPoint

English

Scan the QR code



Presentación de Bienestar Físico Prenatal

Español

Escanea el código QR



HOW TO SCAN THE QR CODES:

- Pull out a mobile device
- Open the camera app
- Focus your camera on the square image
- Wait for a link to pop up on your phone, & click
- The link will direct you to a website

CÓMO ESCANEAR LOS CÓDIGOS QR:

- Saca un dispositivo móvil
- Abre la aplicación de la cámara
- Enfoca tu cámara en la imagen cuadrada
- Espera a que aparezca un enlace en tu teléfono y haz clic
- El enlace te dirigirá a un sitio web

ENGLEWOOD HEALTH

SHIRVAN FAMILY LIVE WELL CENTER