

# Directorio de Recursos

*el Aprendizaje de Sus Hijos*  
Condados de Hood River y Wasco



Septiembre 2015 a Agosto 2016

Clínica Dental Pediátrica Diseñado Para Sus Hijos

# La Autoridad Grande en Dientes Chicos

*Niños Felices, Sonrisas Saludables  
para toda la Vida*



## *Conocé a los Dentistas*



Dr. House, DDS FAAPD  
Pediatric Dentist



Dr. Wohlford, DMD FAAPD  
Pediatric Dentist



**1935 E. 19th Street, Suite 200  
The Dalles, OR 97058 541-296-8901**

**419 State Street, Suite 4  
Hood River, OR 97031 541-387-8688**

**[www.akidzdentalzone.com](http://www.akidzdentalzone.com)**

**El Especialista Dental Pediátrica Estreno De El Gorge**

# Directorio de Recursos

*el Aprendizaje de Sus Hijos*

Condados de Hood River y Wasco

Septiembre 2015 a Agosto 2016



**Programa de educación para padres de los condados de Hood River y Wasco**

**The Next Door**

(541) 386-6665 (bilingüe)

(541) 436-0319 (inglés)

1-855-308-2236

(Gratis si está llamando desde fuera de Hood River)

[www.nextdoorinc.org](http://www.nextdoorinc.org)



965 Tucker Road, Hood River, OR 97031 • (541) 386-6665  
318 W. 2nd Street, The Dalles, OR 97058 • (541) 296-8118

¡Le presentamos el directorio “El Aprendizaje de Sus Hijos”! Por favor disfrute de este directorio lleno de recursos. Descubrirá ideas y maneras nuevas para apoyar el desarrollo de sus hijos y fortalecer las relaciones con su familia. Nuestra visión es de un futuro donde los hijos son criados en un ambiente de apoyo y cuidados amorosos. Este fundamento resultará en un futuro exitoso tanto escolar como en la vida.

El directorio “El Aprendizaje de Sus Hijos” es parte del Programa de Educación para Padres en el Columbia Gorge de The Next Door. Es financiado principalmente por Oregon Parenting Education Collaborative que es una asociación del Collins Foundation, The Ford Family Foundation, Meyer Memorial Trust, The Oregon Community Foundation y la Universidad del Estado de Oregon.

El Distrito Escolar de Hood River y del Norte del Condado de Wasco aprueban “El Aprendizaje de Sus Hijos”.

**Estos símbolos a través del directorio indican el área primaria para cada recurso:**

**H** Condado de Hood River

**W** Condado de Wasco

**H W** Lista de Recursos Comunitarios de Servicios para Familias en Hood River y Wasco

Llamar al 541-436-0319 o por correo electrónico [Nancyp@nextdoorinc.org](mailto:Nancyp@nextdoorinc.org)

**Where your family is our family!**



**Visit our clinic:**  
Mon.-Fri. 7 a.m. - 5 p.m.  
**Acute Care Hours, Walk-ins Welcome:**  
Mon.-Fri. 5 p.m. - 7 p.m., Sat. 8 a.m. - 2 p.m.  
[www.columbiagorgefamilymedicine.com](http://www.columbiagorgefamilymedicine.com)

1750 12th Street  
Hood River, OR 97031  
(541) 386-5070



**G. WILLIKER'S**  
toy shoppe  
202 Oak St. Hood River Oregon (541) 387-2229



**Más recursos**

Comisión de Niños y Familias del Condado de Hood River  
 (541) 386-2500; [www.co.hood-river.or.us](http://www.co.hood-river.or.us)  
 (Para ver el Directorio de Servicios en español y otros sitios web, visite "Departments," después "Commission on Children & Families," después "Related Links")

**Paquete Gratis de Bienvenida al Nuevo Bebé**

La agencia The Next Door ofrece a padres que viven en Oregón un paquete gratis de información. Es sobre la crianza de los hijos, el desarrollo de lazos afectivos y el desarrollo infantil. También ofrece información sobre el cuidado de niños y otros recursos disponibles en los condados de Hood River y Wasco. Puede recibirlo por correo o se lo podemos entregar en persona. El paquete puede incluir: calendario del primer año de su bebé, primer libro del bebé, ejemplares de productos para el bebé, información sobre el cuidado de su recién nacido, una lista de recursos

**FORTALECIENDO FAMILIAS SERIES DE EDUCACION PARA PADRES**



Programa de desarrollo de habilidades para familias con hijos de 10-14 años de edad creando interacciones positivas, comunicación y disciplina efectiva.

Las familias aumentan las habilidades de comportamientos positivos a través de actividades interactivas divertidas.

Para más información comuníquese con: Belinda Ballah  
 541-387-6890, [Belinda.ballah@co.hood-river.or.us](mailto:Belinda.ballah@co.hood-river.or.us).

**Sears**  
**Hometown Store**



**Lawn & Garden  
 Appliances  
 Electronics  
 Mattresses and more...**



**All Major Brands**

**Save More with a Sears Card, Apply Today!**



**Craig & Colleen Cancilla  
 Locally Owned & Operated**

**Hood River**  
 1795 12<sup>th</sup> Street  
**541-386-2120**

**The Dalles**  
 116 E 2nd Street  
**541-296-6111**

en la comunidad y diversos folletos informativos. Servicios en español o inglés. Si está embarazada 10 semanas, o si su bebé tiene menos de, llame a: **Residentes del Condado de Hood River/Wasco Servicios para Familias** (541) 436-0320 [www.nextdoorinc.org](http://www.nextdoorinc.org)

## Únase a un Grupo de Juego

Únase a un grupo de juego y disfrute de observar a su hijo jugar y crecer con otros niños. Desarrolle amistades nuevas con otros padres, las cuales durarán toda la vida. Comparta con otros las alegrías y los desafíos de criar a sus hijos. ¡Es gratis! Es para padres y para quienes cuidan a los niños desde bebés hasta los de 5 años de edad. ¡Participantes nuevos son bienvenidos!

**Grupos de Juego de Servicios para Familias** (541) 439-0319; [www.nextdoorinc.org](http://www.nextdoorinc.org)

**Lunes**, 10:00-12:00

De acuerdo con el calendario escolar; en inglés Riverside Community Church, 4th State Street, Hood River

**Martes**, 10:30 a.m. a 12:30 p.m.

Dura todo el año; en inglés

Gimnasio del City Hall

140 SW Wa-Na-Pa Street, Cascade Locks

**Martes**, 9:00 a.m. - 10:30 a.m.

Hood River Alliance Church, 2650 W. Montello

Hood River

(541) 386-2816 (grupos de juego de acuerdo con el calendario escolar, si no hay clases no Habrá grupo de juego). A veces se juntarán en el verano en varios parques.

**Viernes**, 10:00 a 11:30 a.m.

De acuerdo con el calendario escolar; español e inglés Especialistas del desarrollo están disponibles El Centro de Intervención Temprana de Hood River 2405 Eastside Road, Pine Grove (541) 386-4919

**Grupo de Juego de The Dalles**

Para más información llame a Servicios para

Familias al 1-855-308-2236 10:30 a.m. a 12:00 p.m.

el segundo y cuarto viernes del mes en

Wonderworks, 206 Madison, The Dalles

# ROSAUERS

SUPERMARKETS

Quality • Service • Selection



**1867 12th St. • Hood River • 541-386-1119**  
Open Daily 6am - Midnight



Estamos aquí para usted en cada paso del camino.  
Es por eso que decimos que somos:  
**Su Compañero Financiero Para Toda La Vida.**



800.444.5858 | [www.pnwfcu.org](http://www.pnwfcu.org) | 1004 Pacific Ave, Hood River, OR

Make it a

# FAMILY NIGHT

## Pietro's Pizza®

### & Gallery of Games

- Party & Banquet Area • Dessert Sticks
- Fabulous Salad Bar • Party Packages Available
- Game Room • Big Screen TV • Lunch Specials



L to R: Ester Loredo, Lacey Bond (Asst. Mgr.), Michelle Ochsner (Mgr.), Vickie Farley (Asst. Mgr.)

**107 2nd Street • Hood River • 541-386-1606**  
Sun-Thur. 11 a.m. - 10 p.m. • Fri-Sat 11 a.m. - 11 p.m.

**W Madres de Niños Pre-escolares**  
 “MOPS” (grupo basado en la fe Cristiana)  
 Tercer Jueves de cada mes, 9:00 a 11:00 a.m.  
 Septiembre a Junio; en inglés  
 Iglesia Gateway, 1111 Dry Hollow Road, The Dalles  
 (541) 298-8531; www.gatewaypresbyterianchurch.com

**W La Mañana Libre para las Mamás**  
 (grupo basado en la fe Cristiana)  
 Segundo y cuarto Jueves de cada mes,  
 9:00 a 11:15 a.m.  
 Septiembre a mayo; en inglés  
 No hay cobro y se provee cuidado de niños  
 Iglesia de Calvery Baptist, 3350 Columbia View  
 Drive, The Dalles (541) 296-2711

## Hora de Cuentos en la biblioteca

Disfrute de la Hora de Cuentos en la Biblioteca  
**Biblioteca en Hood River**, 502 State Street  
 Hora de Cuentos Pre-escolares (se permiten todas edades)  
 Los Jueves 10:30 a.m.

**HOOD RIVER HOBBIES**  
 Your Source for All Hobbies in the Columbia Gorge

*from Our Family to Yours . . .*

Hobby Products  
 + RC Vehicles + Games  
 + Arts + Crafts  
 + Classes = **Family Fun!**

110 4th St. • Hood River  
 541-386-1223  
 www.hoodriverhobbies.com

f parkzone

**GORGE-US PHOTOGRAPHY**

CAPTURING LIFE'S PRECIOUS MOMENTS

GORGE-USPHOTO.COM | JEN@GORGE-USPHOTO.COM | 541.619.4123

**Kit de Bolsillo Lleno de Sentimientos**  
 estará disponible para revisar. Los paquetes contienen un DVD de Haga de la Paternidad un Placer, un folleto de padres, & un DVD de sugerencias para Nuevos Padres. Folletos para padres MPAP gratuitos disponibles en la librería. Kit de Bolsillo Lleno de Sentimientos es una excelente herramienta para la enseñanza de la literatura emocional de niños 2-8 años. Contiene libro de cuentos, Directorio de Recursos, cartas de sentimientos. Disponible por \$40 en www.pocketfulloffeelings.org

**H Biblioteca en Parkdale**  
 Centro Comunitario de Parkdale  
 7300 Clear Creek Road  
 Martes, Miércoles, y Jueves, 3:00 a 7:00 p.m.  
 Viernes y sábado, 10:00 a.m. a 2:00 p.m.

**H Biblioteca en Cascade Locks**  
 City Hall, 140 SW Wa-Na-Pa Street  
 Hora de cuentos, Sábado 1:00-1:30 p.m.

**W Biblioteca en The Dalles**, 722 Court Street  
 Se permiten todas edades a todos los programas  
**Para niños pequeños:**  
 Miércoles, 10:30 a 11:00 a.m.  
 Edades: bebés a 3 años de edad; cuentos, música, títeres, rimas  
**Para niños pre-escolares:** Viernes, 10:30 a 11:00 a.m.  
 Edades: 3 a 6 años; Cuentos, música, títeres, actividades

**W Wonderworks Children's Museum of the Gorge** – Salón Comunitario, 206 Madison Street, The Dalles Wonderworks es un museo divertido y un parque infantil y sala de juegos interactivos. Periódicamente se ofrece clases de música para niños /preescolares, clases de arte, y clases de ciencias

- El museo sirve principalmente a los niños de 0-6 años de edad , aunque también tienen actividades que niños mayores pueden disfrutar.
- Miércoles, 10:00 a.m – 4:30 p.m.

Viernes, 9:30 a.m. – 4:30 p.m.  
 Sabado, 9:30 a.m. – 1:00 p.m.  
 Entrada: \$5 por adulto o niño mas de 6 meses/ menos de 6 meses gratis. Gratis para miembros.  
 (541) 980-5922; info@wonderworkschildrensmuseum.org www.wonderworkschildrensmuseum.org

Specializing in a personal, caring, and holistic approach to the prevention and treatment of dental issues in children



# LITTLE SHREDDERS DENTAL

Christopher A. Swisher DDS  
BOARD CERTIFIED PEDIATRIC DENTIST

In the Heights,  
behind the Shell Station  
1615 Woods Ct.  
Hood River, OR  
97031

BPA FREE!  
LATEX FREE!  
MERCURY FREE!  
GLUTEN FREE!  
PAIN FREE!



- Early interceptive orthodontics
- Affiliated with Providence of Hood River
- In-office general and oral sedation available
- Conveniently located in the Hood River Heights



Call to make an appointment!

**(541) 490-4993**

info@littleshreddersdental.com  
www.littleshreddersdental.com

## Participe en Clases para Padres

**H W** “Años Increíbles” hace niños increíbles (2-8 años)

Se ofrecen estas clases dos veces al año. Paternidad Ahora: dura 12 semanas, de los principios de Septiembre a los principios de diciembre. La serie de primavera de Años Increíbles corre de febrero a mayo. Aprenda a motivar a sus hijos y a fijar límites. Aprenda diferentes métodos de disciplina positiva y ayude a sus hijos a prepararse para tener éxito en la escuela. Bolsillo lleno de sentimientos, emociones, y aprendizaje académico, enseñanza de persistencia y la importancia del desarrollo cerebral y sus funciones también será cubierto. Infórmese de los últimos descubrimientos sobre la paternidad mientras comparte las alegrías y desafíos con otros padres, abuelos y cuidadores de niños desde los recién nacidos hasta los 8 años de edad. Hay clases en español e inglés en los condados de Hood River y Wasco.

- Cena gratis para las familias.
- Cuidado de niños gratis para niños desde los 6 meses a los 11 años de edad.
- Las clases se llevan a cabo en las tardes, duran 2 horas, y duran 12 semanas.
- Profesionales de educación y del cuidado de la niñez temprana podrán contar esta serie de clases como parte de sus horas de entrenamiento con el State Child Care Division. Para los padres sustitutos temporales, esta serie cuenta como parte de sus horas de entrenamiento con DHS.
- Se requiere registrarse. Registración por familia es \$20 por la serie de clases de 7 semanas y \$25 por la serie de 12 semanas. Hay ayuda disponible para cubrir el costo.

Esta serie es ofrecida en el verano en The Dalles.



**Now accepting Fall Registration for 2016!**

- State Certified
- Ages 3-6
- Open Monday-Friday, 7:20 am - 5:20 pm
- Pre-School and Extended care
- 3/16 Teacher/Student ratio

**Call: 541-308-0900**

Or on the web: [www.smartpants.biz](http://www.smartpants.biz)

### **H W** “Abriendo Puertas”

Abriendo puertas es un programa de liderazgo de 10 sesiones. Es para padres que tienen niños desde los recién nacidos hasta los cinco años de edad. Este programa se basa en las experiencias de la vida real de sus participantes. Los facilitadores presentan el material en una forma interactiva y divertida. Incorporan dichos populares, música, historias y juegos. Al final de las sesiones, los padres notarán un aumento en: la confianza sobre la crianza de los niños; conocimiento de y acceso a los servicios disponibles de salud y otros servicios; apoyo social y conexiones sociales en la comunidad; y conocimiento acerca del desarrollo de los niños. Estas clases se ofrecen de parte de Mid-Columbia Children’s Council (Head Start). Hay clases en español e inglés en los condados de Hood River y Wasco.

- Fechas, horarios, y locaciones serán anunciado
- Las clases son gratis.
- Para más información, favor de llamar a Mid-Columbia Children’s Council contacto Joel Pelayo al (541) 386-2010 ext 211 o al correo electrónico [joelpelayo@mccheadstart.org](mailto:joelpelayo@mccheadstart.org) O contactar a Gabriel Muro al (541) 490-6429 o llamar al (541) 399-7030

### **H W** Los Niños que están en Medio en el Proceso del Divorcio

Esta clase es para padres que se están divorciando o separando. Descubra formas nuevas de tratar las situaciones más comunes y difíciles que hacen que los hijos tengan conflictos de lealtad entre la madre y el padre. Aprenda a bajar el estrés y el conflicto, resolver cómo sobrellevar los sentimientos fuertes, y comunicarse mejor.

- La clase se da en una sesión de 2 horas
- Cuesta \$20 la clase; No se provee cuidado de niños
- Se requiere registrarse
- Disponible en Hood River y The Dalles, en Inglés y Español

**Hood River:** Cuarto Martes de cada mes 6:00 – 8:00 The Next Door, 965 Tucker Rd., Hood River

**The Dalles:** Segundo Martes de cada mes 6:00 – 8:30 The Next Door, 318 W. 2nd St, The Dalles

**Clase en Español:** Tercer Miércoles de cada mes 6:00 – 8:00 p.m. The Next Door, 965 Tucker Rd, Hood River

*Comprehensive Eye Exams  
for all ages*



**Indian Creek  
Family Eye Care**

*"Patient care is our focus."*

1700 12th St, Ste A, Hood River  
(541) 386-1700 • www.icfec.com

**TREATMENT SERVICES:  
Mid-Columbia Center for Living**



Quality, Confidential Behavioral Health for adults,  
children, youth and families

- Substance Use Disorder Education and Treatment
- Mental health counseling & specialized programs
- Psychiatric consultation and treatment services
- Developmental Disabilities service coordination



1610 Woods Ct.      419 E. 7th St.  
Hood River      The Dalles  
541-386-2620      541-296-5452

**Bilingual Spanish-speaking  
Staff & Counselors**

**810 13th St. • Hood River • Across from Hospital**

NORTHWEST  
**PEDIATRICS**  
& ADOLESCENT MEDICINE

**7 Day Availability  
Urgent Care On Call;  
Mon-Fri until 10 pm, Sat-Sun by appt.**

**Michele Beaman, MD • Corinda Hankins, MD • Rich Martin, D.O., MPH**

**541-386-2300 • nwpediatrics.com**



## Kid's Club is Now Certified

Great news for parents seeking a safe, secure and supervised environment for childcare. The Kid's Club at Water's Edge is now a full-time certified childcare center.

We care for children from 3 months to 12 years old and provide much more than just a childcare service. Here, kids enjoy an array of fun activities, including games, arts and crafts and stories.

And parents enjoy the peace of mind knowing our staff members' No. 1 priority is ensuring the safety and happiness of their child. Next time you are in need of child care, call the Kid's Club certified childcare center.

**Reservations are strongly encouraged.**  
**Note: We have space for kids under 5!**  
**Now open on Saturdays, 8am - 4pm.**  
**To schedule, please, call 541.506.5786.**



551 Lone Pine Blvd, The Dalles  
 Kid's Club is a service of Mid-Columbia Medical Center.

# KidSense

pediatric therapy center

**Physical, Occupational,  
 Massage and Speech Therapy**

**“Get Integrated”**

- **Sensory • Behavior • Motor**
- **Social • Communication**
  - **Attention • Visual**
  - **Auditory • Feeding**

**315 Oak Street, Ste. 200  
 Hood River • 541.386.0009**

**[www.kidsense.biz](http://www.kidsense.biz)**

## Embarazada pregnant?

Usted tiene opciones que afirman la vida! Obtenga la información

# GRATIS

- Prueba de embarazo
- Recursos comunitarios
- Apoyo y consejería de embarazo
- Educacion para padres
- Recursos para embarazos y para niños hasta los 24 meses de edad

*Se habla español*

**Columbia Gorge  
 Pregnancy  
 Resource Center**  
 (541) 386-1050 in Hood River  
 (541) 296-0650 in The Dalles

[columbiagorgeprc.org](http://columbiagorgeprc.org)



Se requiere registrarse por medio de The Next Door (a las familias que no van a asistir a la clase por medio de la corte). Para más información o para registrarse en español, llame al (541) 399-7030.

Nota: Esta clase también se ofrece por medio de la corte. Si va a asistir por medio de la corte, necesita registrarse de antemano por medio de la corte, y no por medio de The Next Door. Llame al Distrito Judicial de la Corte del Juzgado 7 (Clases en Hood River llame al (541)387-6902. Wasco, Sherman, Gilliam, y condados de Wheeler llame al (541)506-2707).

Para información sobre clases de educación para padres llame a The Next Door (541)436-0319 o al 1-800-308-2236.

## Tome en Cuenta más Clases de la Comunidad

**DivorceCare (faith based series) is not in the Spanish Guide**

### H HAPA - Hombres Auto-responsables para Parar el Abuso

La misión de HAPA es acabar con el abuso y la violencia familiar. Se logra por acabar con todo el comportamiento de control en las relaciones domésticas que provocan la violencia física, psicológica y sexual. Sirve a los hombres que hablan español de los condados de Hood River, Wasco y Klickitat quienes han dañado a sus esposas y familias por usar el control, el abuso o la violencia. HAPA ayuda a los participantes acabar con la conducta abusiva y aprender cómo construir confianza con su pareja, además de sanarse de los efectos de la violencia y el abuso. Todos los servicios son confidenciales. En español.

- Lleva por lo menos 48 semanas para completar el programa que incluye certificado.
- Participantes nuevos pueden empezar las sesiones en cualquier semana.
- Las sesiones son cada Viernes de 6:00 a 8:00 p.m.



## Swindells Resource Center of the Columbia Gorge

Serving families of children with special needs



Swindells Resource Center of Providence Child Center supports parents and caregivers of children who have special needs, developmental delays or disabilities. We provide resources, information and education to communities throughout Oregon and southwest Washington.

#### Swindells services:

- Speakers and community education events
- Resource libraries
- Parent resource groups and classes
- Support and referral services
- My Child's Life Care Notebook and Organizer

#### Contact Swindells:

830 N.E. 47th Ave.  
Portland, OR 97213  
800-833-8899 ext 52429  
swindells@providence.org

For details on current events, please visit  
[www.ProvidenceOregon.org/swindells](http://www.ProvidenceOregon.org/swindells)

Swindells Resource Center is  
a part of Providence Child Center

- Las sesiones se dan en la oficina de The Next Door, 965 Tucker Road, Hood River.
- La evaluación al principio cuesta \$65.00 y cada clase cuesta \$45.00.
- Se requiere registrarse. Llame a Joél Pelayo al (541)399-7030 o a Toña Sánchez al (541)490-1881, Nuestra Comunidad Sana, The Next Door.

**Domestic Violence Offender Treatment in English – not in Spanish**

Recursos/Socios Para Padres  
 Centro de Recurso de Salud Planetree  
 Junto con nuestro personal bien informado, esto es lo que encontraría en el Centro de Recursos de Salud Planetree todo gratis:

- Estaciones de búsqueda de Internet
- Público Wi -Fi
- E - referencia
- Información por correo
- Libros y revistas de Salud
- Multimedia: CD, DVD , videos
- controles de presión arterial gratuito
- Tarjetas gratis para rentar libros
- Nuestras Revistas y Boletines actuales
- Búsqueda de Gale en la Biblioteca
- Cátedra de Salud
- Recursos de la Comunidad 211
- Se Habla Español

200 E 4th St, The Dalles, OR 97058  
 Telefono: (541) 296-8444  
 Horas: Martes-Viernes, 10am-5pm  
 La conexión de visitas al hogar (HVC)

**PLANETREE HEALTH RESOURCE CENTER**  
*Your Health Information Connection*




- Health books and magazines
- Parenting and pregnancy resources
- Reference question assistance
- Public computer access
- Free public Wi-Fi
- Blood pressure checks

**MCMC** | PLANETREE HEALTH RESOURCE CENTER  
MID-COLUMBIA MEDICAL CENTER

200 East 4th St., The Dalles 541.296.8444 [www.mcmc.net/library](http://www.mcmc.net/library)



**Medical—Dental—Educación para  
 Prevención y Comportamiento**

**100 profesionales agradecidos sirviendo a  
 10,000 pacientes y creciendo,  
 una persona entera a la vez.**

**Júntese con la Comunidad  
 Call (541) 386-6380**

**1040 Webber Street  
 The Dalles, OR 97058  
 849 Pacific Avenue  
 Hood River, OR 97031**

**Cuidado de Salud  
 para la Familia Entera  
 WWW.ONECOMMUNITYHEALTH.ORG**

**(HVC) es un recurso comunitario para todas las familias con niños de las edades 0-21.**

Los servicios ofrecidos por medio de HVC son gratuitos y voluntarios, y vanean de ayuda para conseguir un portabebe, a recibir visitas a casa semanalmente y entrenamiento para padres. Para saber mas, por favor llame al: 541-386-1115 para el condado de Hood River o 541-506-2600 para el condado de Wasco, Sherman, y Gilliam

### **Asistencia para asiento de coche - Safe Kids Columbia Gorge**

Proporciona seguridad de asiento de coche, bicicleta y en agua en el Columbia Gorge. Para obtener más información o Para concertar una cita para obtener un asiento de coche revisado por un técnico en seguridad de niños pasajeros certificado ir a [safekidscolumbiagorge.com](http://safekidscolumbiagorge.com)

## **Disfrute los Servicios de Educación Comunitaria y de Parques y Recreación**

La alberca de Hood River, 1601 May Avenue  
Clases de natación y alberca infantil para niños (0-2) gratis acompañados por un adulto que ya pagó entrada Los Miércoles y Viernes la natación es solo \$1. Miércoles, 1:00 p.m.- 5:00 p.m.  
Viernes, 6:30 p.m.- 8:00 p.m.  
(541) 386-1303; [www.hoodriverparksandrec.org](http://www.hoodriverparksandrec.org)

### **W Catálogo de Programas Disponibles de Parques y Recreación del Norte del Condado de Wasco**

(541) 296-9533; [www.nwprd.org](http://www.nwprd.org)

*"Usted puede contar con nosotros!"*



**Ray Schultens**  
MOTORS

**Ven con nosotros primero para ver GRANDES OFERTAS en nuevos usados vehiculos de calidad para tu familia.**



**2400 W 6th St, The Dalles • 541-296-6191**

## **W Centro Aquatico del Norte del Condado de Wasco**

**Estará abierto el día conmemorativo hasta el Día del Trabajador**

Bebes- 2 años de edad del parque libre / splash gratis a todos 9 a.m.-9 p.m. .  
602 West 2nd St., The Dalles  
[www.nwprd.org](http://www.nwprd.org)  
(541) 296-9533

### **W Parques Locales**

Cascade Locks Marine Park

Cascade Locks Port

Childrens Park-Hazel St & 9th st

Hood River Waterfront Park- 650 Portway Ave.

Jackson Park- 13th & May St

Toll Bridge Park- Toll Bridge Road Mt. Hood Parkdale, 97041

Wilson Park- 2nd & May St

Oak Grove Park- Portland Dr & Country Club Rd.

Port Marina Park- Portway Ave (West of Hood River Bridge)

**SEGURO DE VIDA FLEXIBLE.**



American Family Life Insurance Company ofrece MyLife, con cobertura que puede cambiar según cambie su vida. Es una forma nueva y asequible de proteger a su familia. Sueña con todo, seguro.



**Jeanne Sreenan Agency**  
American Star Excellence  
In Customer Experience  
1108 13th Street 318 W. 2nd Street  
Hood River The Dalles  
541-387-5433 541-298-5444



**AMERICAN FAMILY INSURANCE**  
Insure carefully, dream fearlessly.

American Family Life Insurance Company  
6000 American Parkway, Madison, WI 53783 008544 - Rev. 3/15 ©2015  
Formulario de póliza ICC13-97 UL  
Formulario de póliza L-97 UL (solamente AZ, ND, SD)



## **W Parques Locales**

Sorosis Park- 350 E Scenic Dr

Thompson Park- 602 W. 2nd St

City Park- Union & E 5th St

River Front Park-abierto el dia memorial- Oct. 31

River Front Trail- 9 mile trail, discovery center to Lone Pine area.

(Encontrar el mapa en [www.nwprd.org](http://www.nwprd.org))

Firehouse Park- 555 Wasco Dr

Howe Park- E. 14th St & Riverview St

Pocket Park- Klindts Cove

Lewis and Clark Festival Park - West 1st Street

## **Programas y Agencias para Padres y Niños**

“Big Brothers Big Sisters del Columbia Gorge”

Como un programa de The Next Door, Big Brothers Big Sisters (BBBS) del Columbia Gorge busca cambiar las vidas de los niños para mejor, y para siempre. Nuestros mentores voluntarios (“Bigs”) trabajan uno-a-uno con los niños (“Littles”) edades 6-14 para fomentar la confianza, desarrollar habilidades y divertirse. Después de un minucioso proceso de selección, Bigs se emparejan profesionalmente con Littles con los que comparten intereses comunes y personalidades compatibles. Una vez emparejados, Bigs y Littles comparten alrededor de ocho horas por mes juntos por un mínimo de un año. Actividades varían, pero incluyen a menudo ir en excursiones, cocinar la cena juntos, viajes a la sala de cine, y proyectos de arte. No hay costo alguno para el Little o sus familias, y los coordinadores de los partidos BBBS están ahí para apoyar al partido en cada paso del camino con llamadas telefónicas mensuales, trimestrales eventos divertidos, ideas excursión, y más.

**A child in foster care needs your voice.**

*Become a CASA Volunteer.*



**CASA** Fall, Winter & Spring Trainings.

Court Appointed Special Advocates  
FOR CHILDREN

COLUMBIA GORGE CASA

More information at  
[www.gorgecasa.org](http://www.gorgecasa.org)  
or (541) 386-3468

## **Recursos para Padres por Internet**

[www.GorgeKids.com](http://www.GorgeKids.com): recursos y actividades en el Columbia Gorge para padres e hijos (solo en inglés)

[www.nextdoorinc.org](http://www.nextdoorinc.org): el directorio “El aprendizaje de sus hijos”, Familias Primero y Servicios para Nuevos Padres (español e inglés)

[www.211info.org](http://www.211info.org): recursos disponibles en el Gorge y por todo Oregon (español e inglés)

[www.babybluesconnection.org](http://www.babybluesconnection.org): recursos para la depresión prenatal o posparto (español e inglés)

[www.zerotothree.org](http://www.zerotothree.org): para el desarrollo saludable de bebés y niños pequeños (solo en inglés)

[www.mychildwithoutlimits.org](http://www.mychildwithoutlimits.org): para padres de hijos con retrasos en su desarrollo (solo en inglés)

[www.familyworksinc.com](http://www.familyworksinc.com): “Parenting Wisely” curso a través del Internet (\$30) (solo en inglés)

[www.fathers.com](http://www.fathers.com): Centro nacional para papás (solo en inglés)

[www.joinvroom.org](http://www.joinvroom.org) – Actividades para el desarrollo del cerebro

[www.bornlearning.org](http://www.bornlearning.org): haga los momentos de la vida de cada día en una oportunidad de aprendizaje (español e inglés)

[www.extension.iastate.edu](http://www.extension.iastate.edu): información del desarrollo de niños desde los recién nacidos hasta los 11 años de edad e ideas para actividades (solo en inglés)

[www.truceteachers.org](http://www.truceteachers.org): actividades educativas para niños (solo en inglés)

[www.asqoregon.com](http://www.asqoregon.com): lista de verificación de “edades y etapas” del desarrollo para los niños desde los recién nacidos hasta los 6 años de edad (español e inglés)

[www.text4baby.org](http://www.text4baby.org): envía tres mensajes de texto gratis por semana antes y después de que nazca el bebé (español e inglés)

# ¿Está enfermo o lesionado y es después de las 5pm?

Use esta guía, para obtener cuidado para lesiones y enfermedades leves.

*¡Para emergencias de vida o muerte, llame al 911!*

- **Si ha establecido cuidado con un doctor, primero comuníquese con la oficina de su doctor, aunque sea después de las 5 pm.** La mayoría de las clínicas (o doctores) tienen un servicio de llamadas de guardia para después del horario regular. Vea a continuación el número de teléfono de las clínicas en el Gorge.



Si **no** ha establecido cuidado con un doctor o clínica, revise con las clínicas que aceptan pacientes sin previa cita durante su horario nocturno o de fin de semana. **Llame con anticipación para preguntar por el horario y las condiciones de pago.**

## The Dalles

Columbia Crest Family Medicine*	541.296.7677
Columbia Hills Family Medicine*	541.296.9151
One Community Health*	541.386.6380

## Maupin

Deschutes Rim Health Clinic*	541.395.2911
------------------------------	--------------

## Hood River

Columbia Gorge Family Medicine*	541.386.5070
Northwest Pediatrics and Adolescent Medicine*	541.386.2300
One Community Health*	541.386.6380
Providence Medical Group –* Hood River Family Medicine	541.387.1300
Providence Medical Group –* Hood River Internal Medicine	541.387.6125
Summit Family Medicine*	541.386.4220
Wilson Street Medical Clinic	541.436.4144

## White Salmon

North Shore Medical Group*	509.493.2133
----------------------------	--------------



\*Servicios disponibles en Español.

Ésta guía proporcionada por El Consejo de Salud de Columbia Gorge.

BBBS ayuda a los niños a alcanzar el éxito en la escuela, ayuda a evitar las conductas de riesgo, como meterse en peleas y tratando las drogas y alcohol, y les ayuda a mejorar su autoestima.

Condado de Hood River -

Justine Ziegler (541)490-9979

condado de Wasco - Kateel Muhs (541)296-8118 ext. 216

Español Para - Maria Eby (541)399-7289

**¿Desea visitas en casa o información sobre oportunidades pre-escolares para su hijo?**

**H W Servicios para Familias, un programa de The Next Door.** Ofrecen servicios de visitas en casa a familias en los condados de Hood River y Wasco que estén esperando o tengan un bebé desde recién nacido hasta los 3 meses de edad. Una visitadora de padres puede visitarlo en su hogar hasta que su hijo tenga 3 años de edad. Puede proveerle información y apoyo para ayudarle a criar bebés sanos y fuertes, enfrentar desafíos, preparar a sus hijos para la escuela y conseguir los recursos disponibles en la comunidad. Se ofrecen servicios en español e inglés. **Para ver si califica, llame a: Hood River, Servicios para Familias, (541) 436-0320**

**The Dalles, Servicios para Familias, (541) 296-8118, extensión 210**  
[www.nextdoorinc.org](http://www.nextdoorinc.org)

**H W Mid-Columbia Children's Council (MCCC)**

Esta agencia ofrece servicios familiares a mujeres embarazadas, bebés, niños pequeños, niños de edad pre-escolar, padres adolescentes, y familias. El programa de Early Head Start lleva a cabo visitas en el hogar a padres que están esperando un bebé (embarazadas) hasta la edad de 3 años. Head Start es un programa pre-escolar para niños de 3 a 5

años de edad. MCCC provee servicios de desarrollo infantil, preparación escolar, y apoyo familiar. Estos servicios se encuentran en los condados de Hood River, Wasco, Skamania, Klickitat y Jefferson. Se ofrecen servicios en español e inglés. Para ver si califica, llame al:

(541) 386-2010; [www.mcccheadstart.org](http://www.mcccheadstart.org)

**H W The Oregon Child Development Coalition**

(OCDC) provee servicios de Educación temprana para hijos de familias migrantes (Migrant Early Head Start, Migrant and Seasonal Head Start y Migrant Education Pre-School). Esta agencia prepara al niño para su desarrollo escolar y promueve oportunidades económicas para las familias. Los servicios se ofrecen a niños desde los recién nacidos hasta los 5 años de edad que vienen de familias de bajos ingresos y que sean trabajadores migrantes. Estos programas bilingües se centran en los temas del desarrollo infantil: la comunicación, lo socio-emocional, el físico y el cognitivo. Estos servicios se encuentran en Parkdale, Odell y The Dalles. Para ver si califica, llame al:

(541) 296-0100; [www.ocdc.net](http://www.ocdc.net)

**HORIZON CHRISTIAN SCHOOL** 

*The largest provider of private education in the Gorge!*

- Academic Excellence
- Music, Art, Sports, Leadership
- Biblical Integration
- State of the Art Campus
- Character Development
- Regionally Accredited

 Pre-Kindergarten — 12th Grade

700 Pacific Avenue • Hood River  
 (541) 387-3200 • [www.horizonchristianschool.org](http://www.horizonchristianschool.org)



It stands for  
 Community Bank, too.

Columbia Bank isn't just another bank. We're part of the neighborhood. Our employees live in the communities we serve. They're involved, truly involved, in helping make their communities better places to live and work. So take comfort in banking with a bank that's not only here to stay, but here to stay involved.

Columbia Bank—the Community Bank. Visit [columbiabank.com](http://columbiabank.com) or call 541.387.2444.

<b>THE DALLES</b>	<b>CHERRY HEIGHTS</b>	<b>HOOD RIVER</b>
316 E. 3rd St. The Dalles, OR	500 Cherry Heights Rd. The Dalles, OR	2650 Cascade Ave. Hood River, OR

 **Columbia Bank**  
 COLUMBIA STATE BANK

MEMBER  

**H W Centros de Salud de los Condados de Hood River y del Norte Central en The Dalles** ofrecen programas de visitas en casa por una enfermera. Las visitas están diseñadas para apoyar a mujeres embarazadas y padres de niños, desde los bebés hasta los de cinco años de edad. Los programas incluyen Bebés primero, Maternity Care for Moms, y CaCoon. Se enfocan en proveer educación y apoyo. También animan a visitas con su doctor. Comparten información sobre el desarrollo de su hijo y cómo construir una relación divertida y saludable entre usted y su hijo. Todos los programas ofrecen visitas en español e inglés.

**Centro de Salud del Condado de Hood River**  
(541) 386-1115; [www.co.hood-river.or.us](http://www.co.hood-river.or.us)  
**Centro de Salud del Norte Central en The Dalles**  
(541) 506-2600; [www.wshd.org](http://www.wshd.org)

### **Programas y Agencias para Padres y Niños ¿Es usted padre adolescente?**

**H W Programa para Padres Adolescentes de Hood River Valley High School** ayuda a que los padres adolescentes terminen sus estudios de la escuela secundaria mientras sus hijos están bajo cuidado certificado en la misma escuela. El personal del programa trabaja programa trabaja con los padres adolescentes para construir habilidades positivas de paternidad. Los padres de este programa pueden ganar créditos y también entrenarse para puestos en guarderías de niños.  
(541) 386-4500

**H W Centro Wahtonka en Discovery High School** es manejado por Mid-Columbia Children's Council. Provee apoyo para adolescentes embarazadas o padres adolescentes con niños hasta los 3 años de edad. También provee servicios de cuidado de niños de calidad durante el año escolar y visitas a casa en el verano. La infamación y actividades se enfocan en el desarrollo del niño, la interacción entre los padres e hijos, la salud y nutrición, y los recursos comunitarios. Se ofrecen servicios en español e inglés.  
(541) 506-3411; [www.mcccheadstart.org](http://www.mcccheadstart.org)

### **¿Tiene preguntas sobre su embarazo, la lactancia (dar pecho) o la salud de su bebé?**

**H W Programas del los Centros de Salud del los Condados de Hood River y del Norte Central en The Dalles (en español e inglés):**

**Maternity Care for Moms:** Una enfermera hace visitas a casa para ofrecerle asistencia y apoyo durante su embarazo. Esto es además de las visitas prenatales con su doctor. La enfermera le ofrece educación prenatal extra, acceso a servicios en la comunidad, y educación sobre la lactancia. Pueden pedir servicios llamando a:

**Hood River: (541) 387-7131;**

**Norte Central en The Dalles: (541) 506-2627**

**Bebés primero:** Una enfermera hace visitas a casa a familias con bebés y niños hasta los 5 años de edad para asegurar que su hijo se esté desarrollando de forma saludable mientras crece y aprende.

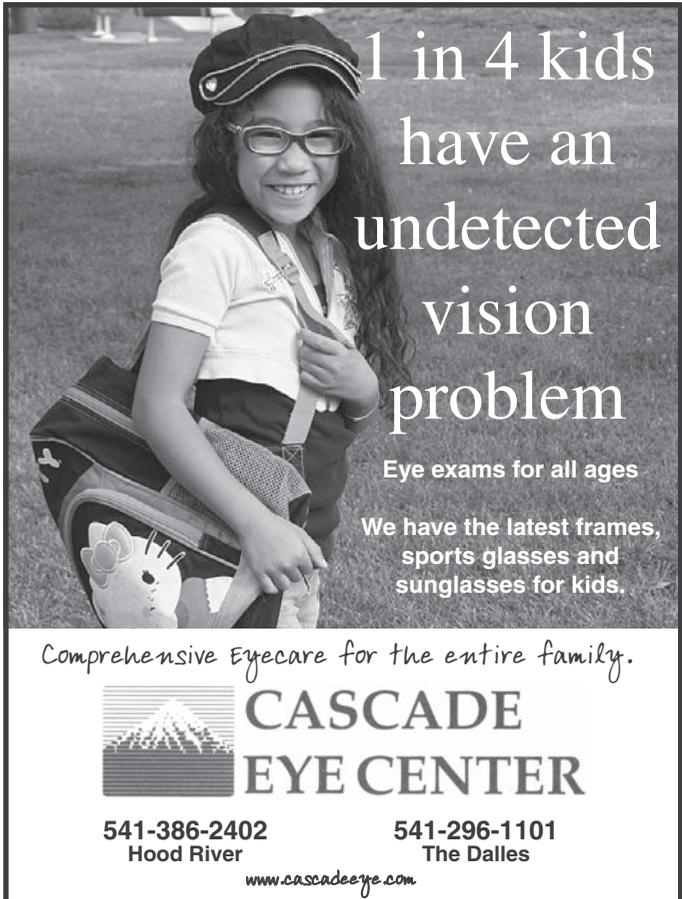
**Hood River: Ali Donnelly (541) 387-7119 or (541)387-7191;**

**Norte Central en The Dalles: (541) 506-2627**

**CaCoon:** Una enfermera provee servicios para familias de niños y adolescentes (desde los recién nacidos hasta los 21 años) quienes tienen o están en riesgo de tener necesidades de salud especiales.

**Hood River: Ali Donnelly (541) 387-7119;**

**Norte Central en The Dalles: (541) 506-2627**



1 in 4 kids  
have an  
undetected  
vision  
problem

Eye exams for all ages

We have the latest frames,  
sports glasses and  
sunglasses for kids.

Comprehensive Eyecare for the entire family.

**CASCADE  
EYE CENTER**

541-386-2402  
Hood River

541-296-1101  
The Dalles

[www.cascadeeye.com](http://www.cascadeeye.com)

**WIC (Mujeres, Bebés, y Niños):** Información y apoyo sobre la nutrición y programas educativos para mujeres embarazadas, bebés y niños hasta los 5 años de edad. Programa para asiento de seguridad infantil (entrenamiento y bajo costo para los asientos).

**Hood River: (541) 387-6882; Norte Central en The Dalles: (541) 506-2610**

**Apoyo para la Lactancia (dar pecho):**

Consejeros y educadores especializados en la lactancia están disponibles para WIC y programas de visitas a casa.

**Hood River: (541) 387-6344;  
Norte Central en The Dalles: (541) 506-2610**

**W Centro de Salud de Hood River:**

(541) 386-1115; [www.co.hood-river.or.us](http://www.co.hood-river.or.us)  
Centro de Salud de Norte Central en The Dalles:  
(541) 506-2600; [www.wshd.org](http://www.wshd.org)

**H W One Community Health:** Provee servicios de salud completos en español e inglés. Servicios prenatales y después del parto incluyen

apoyo y educación durante su embarazo, mientras esté dando pecho a su bebé, apoyo para recién nacidos, y educación. La Clínica ofrece descuentos a pacientes de bajos ingresos.

**Hood River (541) 386-6380  
The Dalles: (541) 296-4610  
[www.onecommunityhealth.org](http://www.onecommunityhealth.org)**

**H W Certificadores del Plan de Salud de Oregon**

**One Community Health** The Dalles-541-296-4610  
Hood River-541-386-6380

**Revel Coy Aseguranza** The Dalles-541-296-1144  
**Departamento de Salud de Hood River**  
-541-386-1115

**Departamento de Salud del Centro del Norte**  
(Mujeres Embarazadas)- The Dalles-541-506-2620

**Pedriaticos**

**H Northwest Pediatría y Medicina del Adolescente** 810 13th St Hood River, OR (541) 386-2300

**W Columbia Hills Familia Medicina-** 1620 E 12th St The Dalles, OR (541) 296-9151

**Más Apoyo para la lactancia:**

**H Grupo de Apoyo de la Lactancia (en inglés)**  
Dos veces por semana en Riverside Community Church Llame a (541) 387-6344 o (541) 387-7131 para hora y localidad

**H Providence Hood River Memorial Hospital**  
(541) 387-6344

**W Mid-Columbia Medical Center** en The Dalles  
(541) 296-7210

**Apoyo Posparto en el Gorge:**

[www.postpartumconnections.com](http://www.postpartumconnections.com)  
Coordinadora de Apoyo regional CG Grace Parson:  
503-689-0653 se habla español

**H Madre Esperanza grupo de apoyo para madres embarazadas y posparto**

Miercoles a las 4:00p.m. empezando 2 de Septiembre en Riverside Community Church, Firsides Rm, 317 State St, Hood River, OR 97031  
Telefono:1-541-806-4546 (inglés)  
503-689-0653 (español)



**Bisnett**  
INSURANCE

For Personal, Commercial & Agricultural Insurance Products

Traci Marty Ginger

**Protecting Your Passion**  
in the Northwest for over 35 Years

508 CASCADE, HOOD RIVER, OR  
541.386.1161 • [www.Bisnett.com](http://www.Bisnett.com)

**¿Tiene dudas sobre el desarrollo, comportamiento o discapacidades de su hijo?**

**HW Intervención Temprana y Programa de Educación Temprana para Necesidades Especiales**

Llame si tiene alguna duda sobre el desarrollo de su bebé o niño pequeño. Dudas como: problemas con caminar, habla, visión, oído, comunicación con otros, jugar, aprendizaje o manejar situaciones nuevas. Cualquier persona puede referir a un niño para un análisis del desarrollo. Todos los servicios son gratis. Se ofrecen servicios en español e inglés.

**Hood River: (541) 386-4919**

**Wasco: (541) 296-1478**

**HW Centro Swindells** sirve a las familias del Mid-Columbia Gorge. Provee apoyo a familias de niños con necesidades especiales. Ofrece lo siguiente: una librería, libros, videos que proporcionan educación y perspectiva; eventos educativos de la comunidad; grupos de recursos para padres; clases; y un organizador y cuaderno de "My Child's Life Care." 1-800-833-8899 Ext. 52429; [www.providence.Oregon.org/swindells](http://www.providence.Oregon.org/swindells)

**HW Community Connections Network** evalúa y coordina servicios para niños y jóvenes con necesidades médicas, de desarrollo, educacionales o sociales complicadas. Los padres participan junto con médicos, enfermeras, educadores y representantes de agencias de servicios sociales. Se ofrecen servicios en español e inglés.

**Centro de Salud de Hood River:**

**(541) 386-1115; [www.co.hood-river.or.us](http://www.co.hood-river.or.us)**

**Centro de Salud de Norte Central en The Dalles:**

**(541) 506-2619; [www.wshd.org](http://www.wshd.org)**

**HW Mid-Columbia Center for Living** es un centro que provee varios servicios para adultos, niños y familias que están enfrentando asuntos de salud mental o emocional, discapacidades y adicciones. Los servicios incluyen ayuda para niños que están tratando con asuntos emocionales o mal comportamiento, depresión materna o clases para padres. Se ofrecen servicios en español e inglés, y descuentos a pacientes de bajos ingresos.

**Condado de Hood River: (541) 386-2620**

**Condado de Wasco: (541) 296-5452**

**[www.mccflorg](http://www.mccflorg)**

**¿Busca cuidado de niños?**

**HW Child Care Partners** ofrece referencias personalizadas gratis para conectar a las familias con programas de cuidado de niños y educación.

Apoyamos a familias y profesionales de educación de niños pequeños proporcionando recursos, educación y ayuda técnica para mejorar la calidad, la disponibilidad y el precio del cuidado.

Child Care Partners sirve a los condados de Gilliam, Hood River, Sherman, Wasco, y Wheeler.

Somos un programa del Columbia Gorge Community College. Se ofrecen servicios en español e inglés.

**(541) 506-6131 o 1-800-755-1143**

**Correo electrónico: [ccp@cgcc.cc.or.us](mailto:ccp@cgcc.cc.or.us); [cgcc.us/childcare](http://cgcc.us/childcare) Nos encuentra en Facebook**

**¿Tiene preocupaciones acerca de violencia familiar o abuso por parte de su pareja?**

**HW Helping Hands Against Violence** proporciona la esperanza, la seguridad y el apoyo a las sobrevivientes de violencia doméstica, asalto sexual, y acoso. Helping Hands ofrece un refugio de 6 habitaciones de treinta días, 24 horas línea de crisis, asesoría legal y de médico, grupo de apoyo, servicios de seguimiento y asistencia a los sobrevivientes y sus familias.

**Línea de crisis en el área de Hood River:**

**(541) 386-6603**

**Oficina: (541) 386-4808 ;**

**[www.helpinghandsoregon.com](http://www.helpinghandsoregon.com)**

**HW HAVEN ("Help Against Violent Encounters Now")**

ofrece servicios a víctimas y sobrevivientes de abuso doméstico, de noviazgo, juvenil, de violencia sexual y de acoso, a través de intervención, prevención y programas educativos.

HAVEN proporciona la línea de crisis las 24 horas, servicios de ayuda de emergencia y refugio, consejería individual o médica, asesoría legal, I&R, grupos de apoyo, educación y prevención, servicios bilingües y biculturales en español e inglés y entrenamiento para profesionales. HAVEN provee servicios principalmente a los condados de Wasco, Sherman, Gilliam, y Wheeler.

**Línea de crisis: 800-249-4789**

**Oficina: (541) 296-1662;**

**[www.HAVENthedalles.org](http://www.HAVENthedalles.org)**