



cape cod children's place

BOLETIM INFORMATIVO

Para famílias e cuidadores de crianças

Contate a prefeitura de sua cidade para mais informações sobre votação antecipada e ausência nas urnas:

Barnstable 508-862-4956
town.barnstable.ma.us

Bourne 508-759-0600
townofbourne.com

Brewster 508-896-3701
brewster-ma.gov

Chatham 508-945-5100
chatham-ma.gov

Dennis 508-394-8300
town.dennis.ma.us

Eastham 508-240-5900
eastham-ma.gov

Falmouth 508-495-7360
falmouthma.gov

Harwich 508-430-7514
harwich-ma.gov

Orleans 508-240-3700
town.orleans.ma.us

Mashpee 508-539-1400
mashpee.ma.gov

Provincetown 508-487-7000
provincetown-ma.gov

Sandwich 508-888-0340
sandwichmass.org

Truro 508-349-7004
truro-ma.gov

Yarmouth 508-398-2231
yarmouth.ma.us

Wellfleet 508-349-0300
wellfleet-ma.gov

Cada Voto Conta

O outono é sempre uma estação movimentada. Um novo ano escolar está começando, os horários de trabalho estão mudando e, ao nosso redor, vemos sinais de que o verão está acabando. À medida que os meses frios se aproximam, esperamos pelo início do outono, o qual é tão apreciado aqui no Cape.

Neste outono, também estamos no meio de uma importante época eleitoral. Após as primárias estaduais em 3 de setembro, teremos nove semanas até a eleição geral em 5 de novembro.

Nossas vidas provavelmente estarão bem ocupadas, cheias de compromissos e obrigações durante esse período. Até mesmo, cansados de ver e ouvir anúncios políticos e promoções de candidaturas e problemas.

Em momentos em que nos sentimos sobrecarregados, nos perguntamos se nosso voto realmente importa. A resposta é sim, todo voto conta. Os resultados das eleições afetarão nossas vidas, as vidas de nossos filhos, a saúde e o bem-estar de nossa comunidade.

Se não votarmos, estamos permitindo que outros tomem decisões por nós que nos impactarão. Se não votarmos, estaremos ensinando nossos filhos que não é im-

portante se posicionar, participar, usar nossa voz em questões que importam para nós.

Alguns anos atrás, uma das bolsas estaduais que administramos na Cape Cod Children's Place foi uma bolsa que ajudava os pais a pagar as mensalidades pré-escolares de seus filhos, foi cortada inesperadamente no meio do inverno, devido a déficits no orçamento estadual. A perda desses fundos teve um grande impacto nas famílias.

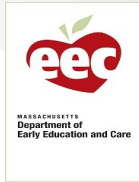
Convidamos os pais para uma reunião, onde explicamos a razão pela qual eles estavam perdendo aquele subsídio importante, e distribuimos os contatos de nossos legisladores estaduais para que os pais pudessem contatá-los diretamente. Uma jovem mãe solteira fez algumas perguntas na reunião. Depois, ela veio e se desculpou por não ter sido informada. "Ninguém na minha família nunca votou", ela explicou.

Penso naquela mãe em todas as épocas eleitorais, ocasião que voto. Espero que ela tenha continuado a buscar informações e a advogar por si mesma e por seus filhos. Espero que ela tenha se tornado uma eleitora alistada.

Elizabeth Aldred

Nesta edição:

Doações e Conselhos	2
Atividades para a Família	3
Educação & Apoio Familiar	4
Utilidade Pública	5
Diversão no Verão	6
Cape Cod Children's Place News	7
Contatos	8



Doações & Conselhos Comunitários



Conselhos da Primeira Infância & Engajamento Comunitário

Nossos conselhos de primeira infância e outros grupos comunitários nos mantêm conectados às necessidades das famílias que atendemos.

Para informações sobre os grupos abaixo acesse o nosso website, nossa rede social e por email info@capecodchildrensplace.com

*

Na parte oriental e extrema do Cape Early Childhood Advisory Council

(Brewster a Provincetown; encontro a cada 3 meses)

21/oct, 18h-19h30

Monomoy Early Childhood Council

(Harwich e Chatham; encontro mensal)

Em Outubro (TBD)

Mid-Cape Early Childhood Council

(Barnstable, Yarmouth, Dennis)

Encontro a cada 3 meses)

23/9, 16/12; 18h-19h

Cape & Islands Early Learning Network

(Cape Cod, Nantucket, Martha's Vineyard Encontro em meses alternativos)

26/9 e 21/11, 13h-14h30

Captação de Recursos Ano Fiscal 2025 1 de julho de 2024 - 30 de junho de 2025

* * *

Agradecemos aos nossos atuais financiadores, nossos parceiros no fortalecimento das famílias do Cape e ilhas!

Cape Cod Healthcare Foundation

Cape & Islands United Way

Hawk Foundation

Federated Church of Orleans

Fred J. Brotherton Charitable Foundation

Lyndon Paul Lorusso Charitable Foundation

Michael H. Cole Charitable Giving Fund of the Cape Cod Foundation

RIZE MA Foundation

Spark Foundation

Municípios de Bourne, Brewster, Chatham, Dennis, Eastham, Falmouth, Harwich, Orleans, Provincetown, Truro, Wellfleet

Children's Trust:

Fortalecendo todas as famílias em todos os lugares (SAFE)

MA Department of Early Education and Care:
Coordinated Family and Community Engagement (CFCE)
Parent Child Plus (PC+)

Child Stabilization Fund for Early Learning Centers
Early Education and Out of School Time
Children's Investment Fund

MA Department of Public Health:
FIRST (Apoio às famílias em recuperação) Together
State Opioid Response Prevention in Early Childhood

Barnstable County American Rescue Plan Act (ARPA)
MA Attorney General's Maternal Health Equity grant
District Attorney Cape & Islands
MA Grand Chapter of Widows Sons.

*

Agradecemos ao Seamen's Bank pelo contínuo apoio ao longo de décadas.!



Atividades para a Família



Ligue 508-240-3310 ou acesse capecodchildrensplace.com para informações sobre as atividades gratuitas para as crianças e famílias. Os programas listados abaixo e os programas de educação e apoio familiar listados na próxima página são todos fornecidos sem custo para as famílias participantes.

Programação de Outono

A inscrição é necessária para todos os programas; ligue CCCP no 508-240-3310.

- Segundas:** **Baby's First Year**, 11h-12h; 16/set-25/nov; Snow Library, Orleans; crianças até 1 ano
Busy Bees: Tiny Tot, 10h-11h; 23/set-7/out; na Meetinghouse Farm; crianças até 2 anos
Peaceful Babes Yoga, 13h30-14h030; 25/nov-16/dec; Snow Library, Orleans; crianças de 2 a 5 anos
Parenting Care Package, 10h-11; 28/out-25/nov; South Yarmouth Library; crianças até 1 ano
Tinkering, 10h-11h; 21/out-2/dec; local a ser anunciado; crianças entre 3 a 5 anos
Science Explorers, 14h-15h; 21/out-4/nov; Cotuit Federated Church; crianças entre 3 a 5 anos
Get Outside, 10h-11h; 16/set-30/set; trilhas em Dennis/Yarmouth; crianças entre 2 a 5 anos
- Terças:** **Story & Project**, 10h-11h; 24/out-26/nov; Dennis Public Library; crianças entre 2 a 5 anos
Afternoon Oceanographers, 13h30-14h30; 3/out-24/out; locais em Brewster, Dennis & Yarmouth; entre 3 a 5 anos
Infant Massage, 10h30-11h30; 24/set-22/out; Centerville Library; crianças até 1 ano
Eldredge Park Playgroup, 10h30-11h30; 17/set-15/out; Eldredge Park, Orleans; crianças até 5 anos
- Quartas:** **Ready-Set-Go**, 10h30-11h30; 25/set-13/nov; South Yarmouth Library; crianças entre 2 a 5 anos
Kids Movement Jamboree D-Y, 10h-11h; 11/set-30/out; Johnny Kelley Park, Dennis; entre 1 a 6 anos
Kids Movement Jamboree, 10h30-11h30; 6/nov-18/dec; Centerville Library; entre 1 a 6 anos
Generations: Music & Movement, 13h-14h; 6/nov-11/dec; Dennis Center for Active Living; crianças entre 1 a 5 anos
Little Naturalist, 13h-14h; 25/set-30/out; Long Pastures, Barnstable; crianças entre 2 a 6 anos
Afternoon Oceanographers: Lower Cape, 13h-14h, 2/out-30/out; Lower Cape Beaches; entre 3 a 5 anos
Harwich Circle Time, 10h30-11h30; 2/out-11/dec; Harwich Community Center; idades entre 2 a 5 anos.
- Quintas:** **Sensory Mud Kitchen**, 10h30-11h30; 19/set-24/out; Toy Library Outdoor Play Oasis; idades de 2 a 6 anos
Open Gym, 9h30-10h30; 10/out-21/nov; Harwich Community Center; crianças até 5 anos
Cuties in Carriers, 9h-10h; 10/out-7/nov; Harwich Conservation Trust; crianças até 1 ano
Pre-K Explorers, 10h30-11h30; 10/out-7/nov; Harwich Conservation Trust; crianças entre 3 a 5 anos
ArtStart, 13h30-14h30; 31/out-21/nov; Dot-to-Dot Workshop, Harwich; crianças entre 3 a 6 anos
- Sextas-feiras:** **Fun on the Farm**, 10h30-11h30; 20/set - 4/out; em várias fazendas; entre 1 a 6 anos
Toddler Town, 10h-11h; 27/set-8/nov; Brewster Ladies' Library; entre 15 meses -2.9 anos
Sensory Playgroup, 10h30-11h30; 1/nov-20/dec; Eastham Public Library; idades entre 2 a 5 anos
Books, Balls & Blocks, 10h30-11h30; 18/out-8/nov; Wellfleet Library; crianças entre 1 e 4 anos



Apoio & Educação Familiar



A Cape Cod Children's Place oferece programas de educação e consultas de apoio familiar gratuitos. Ligue 508-240-3310.

www.capecodchildrensplace.com; no Facebook e Instagram.Website

ParentChild+ é um programa gratuito de educação de aprendizagem precoce com visita domiciliar oferecido em inglês, espanhol ou português. Somos gratos pelo ótimo retorno da nossa comunidade, pois as vagas para o PC+ deste outono já estão preenchidas. No entanto, a lista de espera está oficialmente aberta para o próximo grupo que começará no outono de 2025. Se você tiver um filho que completará entre 18 a 30 meses em setembro de 2025, entre em contato conosco para solicitar uma vaga na lista de espera. Para mais informações envie um email para Marly Pereda mpereda@capecodchildrensplace.com.

Educação Familiar, Palestras & Apoio

*

Educação Parental

Construindo Famílias Saudáveis: às quartas, 18h-19h30, 25/set-30/out virtual, com Cindy Horgan

Disciplina Positiva: em espanhol: às quintas, 18h-19h30 17/out-21/nov, híbrido (virtual & na M.E. Small Elementary)

Disciplina Positiva: em português: às quartas, 18h-19h30 30/out-4/dec, híbrido (virtual & na M.E. Small Elementary)

*

Palestras

O Poder da Oratória: 18h-19h, às terças: 5/nov, 12/nov, 19/nov; virtual, com Jennifer Watson

Criando Meninos Saudáveis: 18h-19h30, às quartas, 6/nov; virtual

Treinamento no uso do banheiro : 18h-19h30, às quartas, 13/nov; virtual

Technicool/Mantendo as crianças seguras na internet: 18h-19h30, às quartas, 20/nov; virtual

*

Grupos de Apoio

Conversa Paterna: 18h30-19h30, mensal, às terças 10/set, 8/out, 12/nov, 10/dec; virtual, com Paul Melville

Pai em recuperação: 18h, às terças com Danny Rodrigues às 2ª e 4ª terças-feiras do mês Participe do grupo de apoio às 1ª e 3ª terças-feiras do mês Inscreva-se CapeDadsGroups@gmail.com ou 774-722-3305

A estrada menos viajada: 12h-13h, mensal, às terças 10/set, 8/out, 12/nov, 10/dec; virtual; apoio para famílias com crianças com diagnóstico médico complexo; com Laura Will e Mary Wilson

FIRST Steps Together

Apoio às Famílias em Recuperação

Filial na 23G White's Path, Yarmouth

Contate **Christina Russell, LICSW**

Diretora do Projeto 774-722-3305

crussell@capecodchildrensplace.com

Para informações sobre os seguintes serviços ou para encaminhamento:

Programa comunitário de visita domiciliar, atendendo famílias impactadas pelo uso de substâncias que têm filhos pequenos (independentemente dos arranjos de cuidado e custódia) ou que estejam esperando um filho

Uma equipe de funcionários com experiência de vida, atendendo todo o Cape Cod.

Coaching individualizado e de recuperação para pais

Grupos de apoio informativo e aulas para pais sobre traumas, presencial e virtualmente

Apoio do Department of Children and Families

Intervenções baseadas em evidências para aumentar a resiliência parental, apego seguro, suporte de recuperação, conhecimento do desenvolvimento; e para formar conexões comunitárias.



Children's Trust

A missão da *Children's Trust* é de erradicar o abuso infantil em Massachusetts. Saiba mais sobre os programas no childrenstrustma.org. Acesse childrenstrustma.findhelp.com para conectar-se com os serviços disponíveis em sua região.

Intervenção Precoce

508-418-5540 ou kdc.org/early-intervention. Apoio ao desenvolvimento para crianças até anos.

A Baby Center

508-771-8157 ou ababycenter.org. Cadeirinhas, carrinhos, banheiras, cadeirinhas de balanço, vestuário, fraldas, lenços umedecidos, fórmula e demais itens para o bebê.

Family Pantry of Cape Cod

508-432-6519 thefamilypantry.com Ligue ou acesse o website para informações e horário de atendimento para cestas básicas e vestuário na Family Pantry em Harwich. Fale com Karen no **508-240-3310** para ser adicionado a lista mensal referente a retirada de cestas básicas em Cape Cod.

Outer Cape WIC

Outer Cape WIC fornece alimentos saudáveis gratuitos, apoio ao aleitamento materno e informações nutricionais para famílias elegíveis. Local: Cape Cod Children's Place, nas 2ª e 4ª quartas-feiras do mês.

Para agendamentos e informações, ligue **508-240-0853** ou **508-240-3310**.

Clínica Dentária Móvel

Ligue 508-827-6725 ou mande um email para smiles@mobiledentalhygiene.com para saber quando a Mobile Dental Clinic virá a Cape Cod Children's Place para fornecer tratamento dentário infantil. A Masshealth é aceita para pacientes pediátricos.

Informações de Utilidade Pública

Ajudando Nossas Mulheres

508-487-4357

Ajudando Nossas Mulheres (HOW) é o centro de recurso confiável para mulheres que vivem com problemas de saúde crônicos ou graves em cidades localizadas na parte extrema da região do Cape, de Eastham a Provincetown.

A H.O.W tem filiais em duas localidades: 34 Conwell St. em Provincetown e na Ann Maguire Women's Wellness Center na Main Street Mercantile, 3 Main Street em Eastham. Ligue ou acesse nosso website para informações sobre grupos de apoio, serviços e demais recursos.

Cape Cod Foster Closet

508-514-7125 capecodfostercloset.org. Roupas, calçados, artigos para bebês, materiais escolares e muito mais para famílias de acolhimento, adoção e cuidadores, menores de 18 anos.

Healthy Families

508-540-2968 healthimperatives.org Apoio familiar para pais de primeira viagem com até 26 anos.

WE CAN

508-430-8111 ou wecancenter.org. Filiais em Harwich Port e em Hyannis. A WE CAN oferece programas, apoio e serviços a fim de criar mudança positiva e duradoura em mulheres que estejam passando por transições na vida. Os serviços de apoio incluem: mentoria e empoderamento; trabalho e apoio profissional; empoderamento financeiro e muito mais.

Perinatal Wellness Alliance

The Cape & Islands Perinatal Wellness Alliance reuni-se virtualmente uma vez a cada 3 meses para discutir assuntos voltados a saúde mental perinatal. Email kerry@pwsupportcenter.org para informações e participação.

Homeless Prevention Council

508-255-9667 ou hccapecod.org. Ajuda moradores do leste a parte extrema do Cape com moradia e outras necessidades.

Auxílio Mensalidade

Ajuda a pagar os custos da educação

infantil está disponível em várias fontes a famílias, incluindo:

Bailey Boyd subsidies: para famílias dos municípios de Brewster, Dennis, Eastham, Harwich, Provincetown, Truro e Wellfleet. Inscrições no baileyboyd.com/childcare-programs-1.

Cape Cod Children's Place: acesse capecodchildrensplace.com ou ligue 508-240-3310 para informações e inscrições para o programa de bolsa infantil de Brewster, programa de subsídio infantil de Wellfleet, e para o Fundo de Emergência Infantil do Lower Cape. Outros municípios do Cape oferecem vários outros subsídios com diferentes critérios de elegibilidade para taxas da educação e cuidados infantil. Ligue para a prefeitura de sua cidade para informações sobre quais recursos estão disponíveis para você.

Monomoy Early Childhood Council

Apoio as famílias de Chatham e Harwich families; lgilmore@monomoy.edu.

Child Care Network

508-778-9470 ramal 203 or 888-540-2430 cacci.cc. Vouchers de educação e cuidados infantis financiados pelo estado.

OUTROS RECURSOS

Immigration Resource Center

na Community Action Committee of Cape Cod & Islands; ligue 508-771-1727 para informações, serviços e aconselhamento confidencial imigratório.

Lower Cape Outreach Council

508-240-0694 lcoutreach.org Recursos para moradores do leste a parte extrema do Cape, incluindo: Assistência financeira, cestas básicas, Katy's Korner, programa de microcrédito, Auxílio Wellfleet Shellfish Harvester Relief Fund.



Wellspring Project apoia a Educação Básica

The Cape Cod Children's Place Well-spring Project é uma iniciativa para apoiar educadores da primeira infância no desenvolvimento da resiliência e do bem-estar socioemocional de crianças pequenas e dos adultos que cuidam delas.

Esta iniciativa oferece ofertas gratuitas para provedores licenciados de educação infantil, incluindo o desenvolvimento profissional, ferramentas de triagem socioemocional, serviços de coaching colaborativo e trabalho com parceiros da comunidade.

Nossa atual parceira comunitária, Mary Wilson, fornece desenvolvimento profissional e orientação em torno de uma variedade de tópicos, incluindo música e movimento, atividades STEM, fantoches para aprendizagem socioemocional e muito mais.

Para informações mande um email para Melissa Alves
malves@capecodchildrensplace.com

Esta iniciativa é financiada pelo programa federal American Rescue Plan Act (ARPA) do Condado de Barnstable e pelo financiamento do SOR-PEC (Prevenção Estadual de Resposta a Opioides na Primeira Infância) do Departamento de Saúde Pública de Massachusetts.

Demais informações de apoio às famílias

Encontro IBC: 4 a 6 de outubro, Boston

Pacientes, sobreviventes, cuidadores, defensores e outros afetados direta ou indiretamente pelo câncer de mama inflamatório (IBC), uma forma rara e agressiva de câncer de mama, estão convidados para este evento. Para obter informações sobre a doença e o evento, visite theibcnetwork.org.

As sessões de encontro incluirão educação sobre IBC, saúde física e mental pessoal, palestrantes motivacionais e informações sobre recursos de apoio.

Este tipo de câncer de mama é chamado de "inflamatório" porque a mama geralmente parece inchada e vermelha, ou "inflamada". Consulte seu clínico geral ou ginecologista imediatamente se tiver inchaço, vermelhidão, mamilos retraídos e sensibilidade, dor ou coceira na mama.



Cape & Islands Perinatal Wellness Alliance

Contate Kerry McCarthy

kerry.mccarthy.miller@gmail.com para informações sobre as reuniões e eventos do grupo, atendendo provedores no Cape Cod, Nantucket e Martha's Vineyard.

Visão de Todos os Ângulos

6 e 7 de novembro

Esta conferência anual de apoio à família é patrocinada pela The Children's Trust. Acontecerá na Sheraton Framingham Hotel & Conference Center. Assiduidade será online ou via sessões virtuais. Informações e inscrição na childrenstrustma.org
Oradora Principal 6 de Nov.: Myisha R. Rodrigues sobre "Ousando abrir caminho para o autocuidado."
Oradora Principal 7 de Nov.: Flayna Fernandez "Como usar a narrativa para criar conexões significativas com as famílias."

Cape Cod Children's Place News



Empolgação e Antecipação

Já faz muito tempo que não preciso ir às compras escolares com meus filhos. Sinto falta da emoção e da antecipação que um novo ano letivo traz. Embora o ritmo do ano letivo seja constante, os detalhes mudam a cada ano – novos horários, professores, aulas e novos amigos. No nosso Centro de Educação e Cuidados Infantis, estamos preparando nossas salas de aula para receber novos e velhos amigos no dia 3 de setembro.

Ao mesmo tempo, o ritmo de todo o nosso trabalho com as famílias, feito por escolha, acaso ou circunstância, também continua. Oferecemos um programa de visita domiciliar disponível em quatro idiomas para promover a prontidão escolar equitativa, treinamento gratuito para provedores de educação e cuidados infantis com o intuito de promover uma cultura de resiliência, grupos de engajamento entre pais e filhos em 11 cidades, grupos de apoio personalizados, consultas familiares individuais, aulas de educação para pais disponíveis em três idiomas, um programa de apoio para famílias afetadas por transtornos por uso de substâncias e assistência para navegar por recursos comunitários adicionais.

Continuaremos a apoiar crianças e famílias para desenvolver resiliência, habilidades e pontos fortes para que possam sonhar alto e prosperar. Embarcaremos em um processo de planejamento estratégico da agência no início de 2025, equipados com as habilidades e o conhecimento que adquirimos ao longo do caminho. A Cape Cod Children's Place foi fundada por membros da comunidade para atender às necessidades da população. Estamos mais dedicados do que nunca a ouvir você sobre seus desafios, alegrias e esperanças para o nosso futuro. E à medida que nosso trabalho prossegue, ele poderá ser aprimorado por meio de sua participação.

Erin Sullivan, Executive Director

A Cape Cod Children's Place é beneficiário do evento Second Summer Cycle, que acontece no **domingo, 15 de setembro**. Ciclistas e voluntários são bem-vindos.

Se você participar de um dos dois, registre-se na equipe da Cape Cod Children's Place.

Inscrição para o ciclismo: <https://www.bikereg.com/second-summer-cycle-2024>

Há três percursos diferentes - 100, 60 e 33 milhas.

OU você poderá ser voluntário. Somos responsáveis pelo GRUPO 7 em Eastham e Wellfleet. Estaremos lá! E esperamos a sua participação conosco. Traga os seus amigos, família - Compartilhe-o com todos! Inscrição para o voluntariado:

<https://www.bikereg.com/second-summer-cycle-volunteering-2024#Register>

Acesse nosso boletim informativo no website; ou contatê-nos para receber o boletim informativo por email ou a versão impressa:

Cape Cod Children's Place, P.O. Box 1935, N. Eastham, MA 02651

www.capecodchildrensplace.com; info@capecodchildrensplace.com

Tel: 508-240-3310; Fax: 508-240-2352; encontre-nos no FaceBook e Instagram



NON PROFIT STD
U.S. POSTAGE PAID
ORLEANS, MA 02653
PERMIT NO. 54

cape cod children's place
P.O. Box 1935
10 Ballwic Road, off Nauset Road
N. Eastham, MA 02651
508.240.3310 telephone
800.871.9535 toll free
508.240.2352 fax
info@capecodchildrensplace.com
www.capecodchildrensplace.com
Veja este boletim informativo color-
ido on-line em nosso website.



CONTATOS E RECURSOS ÚTEIS PARA AS FAMÍLIAS

Nossos Guias de Recurso da Família estão disponíveis online no www.capecodchildrensplace.com em inglês, espanhol e português. Para solicitar uma cópia impressa, ligue para a Cape Cod Children's Place no 508-240-3310.



A Baby Center	508.771.8157	Artigos básicos para bebês e crianças com até 3 anos, moradoras do Cape e ilhas.
Al-anon /Alateen	508.394.4555	Oferece apoio à amigo , familiares e adolescentes que lidam com alcoolátras.
Cape Cod Family Resource Center	508-815-5100	Apoio à famílias: grupos. Atividades, aulas e eventos.
Cape & Island Breast Feeding Warm Line	888.890.2229	Serviços ao aleitamento materno e aulas para mães do Cape e ilhas.
Child Support Enforcement-Mass DOR	508.771.2414 x 3	Assistência para responsabilidades financeiras obrigatórias dos pais.
Consumer Credit Counseling	800.208.2227	Consolidação de débito e orçamento.
Dept. of Transitional Assistance	508.862.6600	Serviços e recursos para famílias de baixa renda e indivíduos.
Early Intervention	508-418-5540	
Fuel Assistance Program	508.746.6707	Ajuda emergencial de óleo de aquecimento residencial e gás natural.
Healthy Connections	508.255-1903	Encaminhamentos para planos de saúde gratuitos ou de baixo custo.
Homeless Prevention Council	508.255.9667	Serviços de aconselhamento, defesa, recursos e encaminhamentos.
Independence House	508.771.6507	Centro de Recurso de Cape Cod para Vítimas & Sobreviventes de Violência Doméstica e Sexual
Legal Services for Cape Cod & Islands	510-775-7020	Serviços jurídicos sem fins lucrativos.
Lower Cape Outreach Council	508.240.0694	Oferece assistência emergencial temporária às famílias e indivíduos da zona leste do Cape.
Mass APEAL	508.349.1173	Vestuário gratuito e informações sobre o <i>Serve New England Program</i> .
Monomoy Family Resource Center	508.430.7216	Ramal 4044: Informação, apoio, fraldas, vestuário, cestas básicas à famílias de Chatham e Harwich
Outer Cape Health Services:	800-667-5356	Oferece atendimento médico primário de alta qualidade em 8 localidades da zona leste a península
Women, Infants and Children's (WIC) Program	800-942-1007	Opções de alimentos saudáveis, encaminhamentos, educação nutricional e apoio ao aleitamento materno.
Parental Stress Line	800.632.8188	Linha direta 24 horas, confidencial, anônima e gratuita.
Provincetown Family Resource Center	800.871.9535	Oferece apoio, encaminhamentos e ajuda financeira através da John A. Henry Trust.
SNAP Supplemental Nutrition Assistance WE CAN	877-382-2363 508.430.8111	Ficha de inscrição e assistência ao programa vale-alimentação; WE CAN: Assistência à mulheres do Cape em processo de divórcio, mudança de carreira, desemprego, doença, aposentadoria.