



Servicios de NSD en el Ayuntamiento por Cita Previa Solamente:
Lun - Vie: 8 am - 5 pm

602 534-4444

nsd@phoenix.gov

[Haga clic aquí para Recursos para Covid-19](#)

Seguridad Acuática y Prevención de Ahogo

Pronto estaremos en pleno verano y la época de natación así que, ahora es el momento para mantener la vigilancia en cuanto a la seguridad en el agua. Puede suceder muy rápido. El ahogamiento sigue siendo una de las causas principales de muerte para niños entre las edades de 1 a 4 años. Incidentes de ahogo que no resultan en una fatalidad son trágicos y a menudo resultan en daño cerebral permanente.

¡Conozca los Peligros!

Medidas de seguridad acuática que salvan vidas incluyen:

- Nunca deje desatendido a un niño en o cerca del agua, incluyendo bañeras, cubetas de agua, etc.
- Aprenda RCP (CPR en inglés) y siempre mantenga cerca su teléfono celular
- Aprenda a nadar y enséñele a su hijo/a a nadar
- Asegúrese de tener barricadas apropiadas alrededor de su piscina con portones de auto cierre y cerrojo de cierre automático

Hay clases de natación disponibles en algunas piscinas públicas de la Municipalidad de Phoenix. www.phoenix.gov/parks/pools/programs

Los segundos cuentan cuando se necesita RCP (CPR en inglés). Certifíquese por medio de American Red Cross, vea www.redcross.org/local/arizona/take-a-class para clases. ¡Usted también puede salvar una vida!

Todas las piscinas, spas y jacuzzi en la Municipalidad de Phoenix deben tener un cerco exterior y para la mayoría de las piscinas también se requiere una barrera interior. Para más información vea www.phoenix.gov/pdd/topics-a-to-z/pool-barriers

Para reportar una piscina verde o estancada visite: www.phoenix.gov/nsd/programs/compliance

Para más pistas sobre la seguridad del verano visite www.phoenix.gov/summer

NSD Rincon de Cocina

Lasaña Fácil

—Compartida por Diana Gómes,
Inspectora 1 de Conservación del Vecindario

Ingredientes:

Salsa para Pasta -Salsa comprada o hecha en casa (si va a usar una salsa para espaguetis comprada, busque una baja en azúcar. Rao's es una buena opción. Prego también tiene una salsa sin azúcar)

Ravioli (Fresco o congelado, si está congelado no es necesario descongelarlo)

Queso Mozzarella rallado

Verduras Frescas Salteadas – (pimientos (bell pepper), cebolla, calabacín, hongos, cualquier verdura de preferencia)
Opcional: carne (pollo molido o salchicha de pavo para mantener la receta saludable y liviana)



Método:

Si elije agregar carne a la receta, dore la carne en un sartén y pásala a un plato una vez cocinada.
Agregar una Cucharada de aceite de oliva a un sartén y cocine sus verduras durante 5-6 minutos o hasta que queden en su punto.
Cubrir el fondo de un molde para hornear con la salsa, ravioli, verduras, carne y queso rallado. Siga formando capas en el molde.
Tapar con una tapadera apta para el horno o con papel aluminio. Hornear ente 25-30 minutos a 350 grados.

Talleres virtuales para propietarios e inquilinos

Abril 15, 2021 5:30 to 7 pm

Julio 15, 2021 5:30 to 7 pm

[Haga clic aquí para más información](#)

Dar de Manera Saludable



La primavera está a la vuelta de la esquina en el Valle del Sol, lo cual significa que el buen tiempo está casi aquí. Esto trae barbacoas y actividades al aire libre como caminatas y disfrutar de los parques municipales.

A medida que más personas están afuera disfrutando del buen tiempo, las bellas puestas del sol no son lo único que ven; las personas carentes de hogar también son más visibles en nuestra comunidad cuando el clima se pone agradable y los días duran más.

Conectar a las personas a los servicios y ayudar a ponerle fin a su carencia de hogar son las metas principales de Healthy Giving Council (HGC por sus siglas en inglés). A medida que vemos a más personas a quienes les faltan las necesidades básicas como son alimento y techo, es natural que las personas deseen ayudarles por medio de donar alimento, ropa y artículos de cuidado personal en las calles. El HGC trata de educar a los residentes bienintencionados a que den, pero de la forma que haga más impacto al crear cambios duraderos en las vidas de las personas.

“Dar en las calles” les da a las personas una comida para un día y de forma involuntaria, resulta en mantener a las personas alejadas de buscar servicios que podría ponerlos en el buen camino hacia un lugar donde vivir y así ponerle fin a su carencia de hogar. Por medio de cooperar con una organización sin fines lucrativos y donar los artículos que tanto se necesitan como agua, ropa, artículos de cuidado personal y zapatos a tal organización, las personas necesitadas irán allí y satisfarán sus necesidades, pero también harán conexiones humanas que pueden ayudarles a dejar las calles. A medida que el clima se va calentando, hay mucha necesidad de artículos esenciales, voluntarios y donaciones monetarias. Póngase en contacto con una agencia sin fines lucrativos por medio de visitar Givesmartaz.org/donate y cambie la dirección de la vida de alguien.



[Haga clic aquí para información](#)

Climatización

A medida que suben las temperaturas hacia el calor del verano, ahora es el momento para inspeccionar su sistema de aire acondicionado. Si su unidad sopla aire caliente, hace ruidos extraños, gotea líquido o tiene un olor desagradable, ¡quizá necesita ayuda con su aire acondicionado!

Puede llamar al Programa de Ayuda para Climatización de la Municipalidad de Phoenix (WAP por sus siglas en inglés) en el 602-534-4444, ext. 4 para ver si califica para recibir ayuda. Este programa les provee a los residentes de bajos a moderados ingresos en Phoenix subsidios para reparar sus unidades de aire acondicionado. Además de este servicio, el WAP también les ayuda a las familias a reducir sus facturas de servicios públicos al hacer que sus casas sean de más bajo consumo. Para más información sobre este programa o para comprobar si califica, visite: Neighborhood Services Housing Repair Programs.gov.

Para más información sobre este programa o para comprobar si califica, visite: [Neighborhood Services Housing Repair Programs \(phoenix.gov\)](http://Neighborhood Services Housing Repair Programs (phoenix.gov)) o llame 602-534-4444, ext. 4.