

WINTER/SPRING 2025 PROGRAMS & ACTIVITIES



📍 MAIN BUILDING: 377 East 145 Street, Bronx, NY 10454

☎ 718.993.2789

📍 Second Location: 332 East 149 Street 8th fl, Bronx, NY 10451

☎ 718.942.9815

@mercycenterbronx

@mercy_center_bronx

✉ info@MercyCenterBronx.org

🌐 www.MercyCenterBronx.org



**Scan me!
Escanéame!
Scannez-moi!**



ADULT EDUCATION & WORKFORCE DEVELOPMENT

Pages 2-4

HRA APPROVED



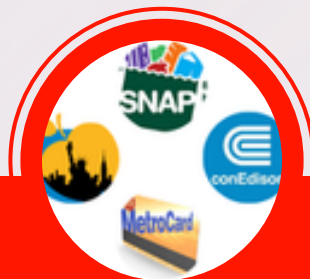
IMMIGRATION & ASYLUM SEEKER PROGRAMS

Pages 4-5



FAMILY & YOUTH PROGRAMS

Pages 5-7



SOCIAL SERVICES

Page 5



WORKSHOPS & ACTIVITIES

Pages 7-8



ESPAÑOL

Páginas 8-12





English for Speakers of Other Languages (ESOL) Classes *In-person*

Basic ESOL: Learn and improve your English language skills.

ESOL for Hospitality and Healthcare Workers: Learn basic conversational English with a focus on the language you need for success working in customer service, food service, or accommodation; and/or to prepare yourself to work with patients in a healthcare setting.



✓ HOW TO REGISTER? Come to our registration sessions in person at 377 East 145 Street (between Willis & Third Ave)

✓ WHEN TO REGISTER?	Monday, January 13	10:00am-1:00pm	
	Tuesday, January 14	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Wednesday, January 15	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Thursday, January 16	10:00am-1:00pm	
	Friday, January 17	10:00am-1:00pm	
	Tuesday, January 21	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Wednesday, January 22	10:00am-1:00pm	
	Thursday, January 23	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Friday, January 24	10:00am-1:00pm	
Saturday, January 25	10:00am-2:00pm		



English for Speakers of Other Languages (ESOL) Classes *In-person*

✓ HOW TO REGISTER? Come to our registration sessions in person at 377 East 145 Street (between Willis & Third Ave)

✓ WHEN TO REGISTER?	Tuesday, April 22	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Wednesday, April 23	10:00am-1:00pm	
	Thursday, April 24	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Friday, April 25	10:00am-1:00pm	
	Saturday, April 26	10:00am-2:00pm	

✓ WHAT DO YOU NEED? Basic reading and writing skills. Please bring to registration:

- \$40 book deposit
- ID with a NYC address or ID/passport from your country
- Proof of NYC address (utility bill, rent bill, phone bill, etc.)
- Asylum seekers who do not have the above should bring asylum documents

✓ WHAT ARE THE CLASS SCHEDULES? Morning, evening, and Saturday classes available. Exact schedules will be announced during registrations.



HSE (High School Equivalency) - in Spanish only

Our classes will give you what you need to improve your reading, writing, and math skills to earn your HSE diploma.

ABE (Adult Basic Education) - in English only

The Adult Basic Education Program supports individuals who need to improve their reading, writing, and math skills. Classes run from September through June.

HOW TO REGISTER? Come to our registration sessions in person at 377 East 145 Street (between Willis & Third Ave)

	WHEN TO REGISTER?	Monday, January 6	10:00am
		Tuesday, January 7	10:00am and 5:00pm
		Wednesday, January 8	10:00am
		Thursday, January 9	10:00am and 5:00pm
		Friday, January 10	10:00am

**WINTER
CYCLE
JAN TO APR**

**SPRING
CYCLE
APR TO JUN**

HOW TO REGISTER? Come to our registration sessions in person at 377 East 145 Street (between Willis & Third Ave)

	WHEN TO REGISTER?	Tuesday, April 22	10:00am and 5:00pm
		Wednesday, April 23	10:00am
		Thursday, April 24	10:00am and 5:00pm
		Friday, April 25	10:00am

WHAT DO YOU NEED? Complete a placement evaluation. Please **arrive 30 minutes before the test**, otherwise you will not be able to take the test.
Please bring: • ID with a NYC address or ID/passport from your country
• Proof of NYC address (utility bill, rent bill, phone bill, etc.)

	WHAT ARE THE CLASS SCHEDULES?	<u>HSE (High School Equivalency) Schedules</u>	
		Daytime Classes <i>In-person</i>	Evening Classes <i>Online</i>
		Monday, Tuesday & Wednesday 9:00am-1:30pm	Monday, Tuesday & Wednesday 6:00pm-9:00pm

ABE (Adult Basic Education) Schedules *In-person*
Monday, Tuesday, Wednesday, Thursday
9:00am-1:00pm



Workforce Class: Prepare to Work - in English only *Online*

Learn how to write cover letters, resumes, and conduct a job search.

✓ **HOW TO REGISTER?** If interested, call Mercy Center, 718-942-9815

✓ **WHEN TO REGISTER?** Call before any of the workshops.

✓ **WHAT ARE THE WORKSHOP SCHEDULES?** **Thursdays, 1:30pm-3:00pm**

January 30	Security Guard Training Programs & Positions
February 6	Educational Background & Local Vocational Programs
February 13	Documents for Work & Work History for Applications
February 20	Permit/Driver License Application Process & DMV Locations
February 27	Entry-Level, Temporary and Contract Worker Job Search
March 6	Conversations with a Manager and Application Requests
April 10	Resume Writing & Formatting
May 15	Construction Worker Training Programs & Positions
May 22	Warehouse & Shipment Position Job Search
May 29	Community College Program Applications & Document Translation

Workforce Workshops: Job Search Support - in English only *Online*

Are you looking for new employment? Join us to practice key steps to secure your next job position.

✓ **HOW TO REGISTER?** If interested, call Mercy Center, 718-942-9815

✓ **WHEN TO REGISTER?** Call before any of the workshops.

✓ **WHAT ARE THE WORKSHOP SCHEDULES?** **Tuesdays, 3:00pm to 4:30pm**

February 4	Job Search Support
March 4	Application Submission Assistance
April 1	Interview Practice
May 6	Restaurant Training Programs & Job Search
June 3	Healthcare Training Programs & Job Search



Immigration and Asylum Seeker Programs Opportunity Center for New Americans

Asylum Seeker Case Management

Are you a migrant or asylum seeker? Did you cross the US Border after January 1, 2022? Mercy Center can help you with information, services, resources, food pantry, half-fare MetroCards, NYC ID, clinic/health care, clothing, diapers, mental health, public benefits, and more.

✓ **CONTACT US!** Call 718-942-9815 for information about how to schedule an appointment.



Immigration and Asylum Seeker Programs Opportunity Center for New Americans

FREE Legal Immigration Assistance

- Applications for Asylum
- Applications for Naturalization (Citizenship)
- Applications for Certificate of Citizenship
- Applications for Employment Authorization
- DACA Renewal Applications (Deferred Action for Childhood Arrivals)
- Green Card Renewals
- Temporary Protected Status Applications (TPS)
- Requests for Fee Waiver/Reduced Fee
- T-Visa
- U-Visa
- VAWA Self-Petitions
- Adjustment of Status
- Change of Address/Change of Venue



CONTACT US! Call 718-942-9815 for information about how to schedule an appointment.



Social Services

NYC Benefits - Apply, Renew, Maintain your Benefits

Mercy Center is part of an initiative to connect eligible New Yorkers to public benefits, including: SNAP, Medicaid renewals, One Shot Deals, creating an Access HRA account, cash assistance, Con Edison payment assistance, Fair Fares, and more. If you have questions about what you may be eligible for or need assistance with your application or renewal of benefits, please call for a consultation.



CONTACT US! Call 718-993-2789 and ask for Lianis for a consultation.

Child Care, 3K & Pre-K Initiative

Mercy Center offers free support to eligible New Yorkers in the Bronx and East Harlem seeking safe and reliable child care. We can help you navigate the process, from eligibility screening to finding local child care, 3K, or Pre-K options.



CONTACT US! Call 718-993-2789 to schedule a free consultation or to get more information.



Family Programs: Familia Adelante & Family Skills

Familia Adelante/Family Forward

Familia Adelante/Family Forward (FA/FF) is a collaborative project that empowers families to establish and achieve short and long-term goals in the areas of economic stability, educational opportunities and family wellness. FA/FF uses the Whole Family approach and includes Mercy Center, the Qualitas of Life Foundation, Fiver Children's Foundation, and Maritza Puello, Mindfulness Meditation teacher.



CONTACT US! The next orientation for new families will be in the fall of 2025.

Parenting Skills Classes

Learn to understand children's behavior; develop your child's self-esteem; deal with conflicts and misbehavior; improve communication and discipline; develop responsibility. Certificate awarded upon successful completion.

✓ **HOW TO REGISTER?** The person taking the class should call Mercy Center to schedule an intake appointment.

✓ **WHEN TO REGISTER?** **Winter Cycle:** Call 718-993-2789 *after January 6, 2025*
Spring Cycle: Call 718-993-2789 *after March 3, 2025*

✓ **WHAT ARE THE REQUIREMENTS?** Minimum age: 22 years old
Participant is not registered until book fee of \$25 has been paid.

✓ WHAT ARE THE CLASS SCHEDULES?	Winter Cycle <i>Online</i>	Spring Cycle <i>In-person</i>
	<u>In English</u> Tuesdays, 10:00am-12:00pm January 21-March 11	<u>In English</u> Tuesdays, 10:00am-12:00pm March 25-May 13
	<u>In Spanish</u> Wednesdays, 6:00pm-8:00pm January 22-March 12	<u>In Spanish</u> Wednesdays, 6:00pm-8:00pm March 26-May 14

Abriendo Puertas/Opening Doors - in Spanish only *Online*

An 8-session parenting and leadership class for parents with children ages 0-5. Topics include: how to be your child's first teacher; communication; development in ages and stages; the importance of literature and bilingualism; physical and emotional health; developing family goals; rights and obligations in the education system.

✓ **HOW TO REGISTER?** The person taking the class should call Mercy Center to schedule a registration appointment.

✓ **WHEN TO REGISTER?** **Winter Cycle:** Call 718-993-2789 *after January 6, 2025*
Spring Cycle: Call 718-993-2789 *after March 3, 2025*

✓ WHAT ARE THE CLASS SCHEDULES?	Winter Cycle <i>Online</i>	Spring Cycle <i>Online</i>
	Mondays, 10:00am-12:00pm January 27-March 24	Mondays, 10:00am-12:00pm April 28-June 23

Anger Management Classes - in Spanish only *Online*

A 10-session course designed to improve anger awareness and provide skills and techniques for appropriate expression of anger. Certificate awarded upon successful completion.

✓ **HOW TO REGISTER?** The person taking the class should call Mayra Sanchez-Estupiñan at 929-603-4587 to schedule a phone intake appointment.

✓ **WHEN TO REGISTER?** Beginning February 3, 2025

✓ **WHAT ARE THE REQUIREMENTS?** Minimum age: 22 years old
Participant is not registered until materials fee of \$10 has been paid.

✓ **WHAT ARE THE CLASS SCHEDULES?** Fridays, 6:00pm-8:00pm
March 7-May 16



Children and Youth Activities

Dance to Unite *In-person*

Dance to Unite uses dance and guided conversations about values as a vehicle to teach and celebrate cultural diversity. This program is committed to creating positive experiences for children to develop understanding, acceptance, respect and compassion for all cultures. For children in grades 1-7



✓ **WHEN TO REGISTER?** Call Nathalie Soto, 718-993-2789, after January 6, 2025 to register.

✓ **WHAT ARE THE SCHEDULES?** Fridays, 4:00-5:30pm (two 45-minute sessions, by age group)

Volunteer Opportunities for High School & College Students

We are looking for enthusiastic young women and men interested in serving as mentors and for one-on-one tutoring for the fall semester.

✓ **HOW TO VOLUNTEER?** If interested, contact Nathalie Soto by phone or email, 718-993-2789, nsoto@mercycenterbronx.org



Personal Development, Workshops & Activities

Capacitar: Stress Management - for Women only *Online*

Workshops that support healing and transformation of pain and stress in oneself, one's family, and the community. You can come to any or all of the sessions.



✓ **WHEN TO REGISTER?** Call Mayra Sanchez-Estupiñan, 929-603-4587, beginning February 3, 2025

✓ WHAT ARE THE SCHEDULES?	All sessions 8:30am-9:45am	Monday, March 10	Monday, March 17
		Tuesday, March 11	Tuesday, March 18

Nutrition and Health Workshop Series - In Spanish only *In-person*

Presented in collaboration with Cornell University Cooperative Extension New York City. Learn strategies on how to provide your family with healthy meals & snacks and make the best use of your food budget!

✓ **HOW TO REGISTER?** Call Richard Sanchez, 718-993-2789, after January 13th for more information.

✓ **WHAT ARE THE SCHEDULES?** Fridays, 10:00am-12:00pm
8 sessions beginning January 24, 2025

Tax Workshop - In Spanish only *Online*

Learn the importance and benefits of doing your taxes. Presented by Qualitas via Zoom, in Spanish only.

✓ **HOW TO REGISTER?** Call Mercy Center, 718-993-2789, after January 21st to register.

✓ **WHAT ARE THE SCHEDULES?** Wednesday, February 5, 2025 at 6:00pm

Tenants' Rights Workshop *Online*

Overview of basic tenants' rights.

✓ **HOW TO REGISTER?** Call Mercy Center, 718-993-2789, after February 3rd for more information.

International Women's Day *In-person*

Learn women's basic rights and celebrate your day! Bring an item representing women from your home country. Bilingual.

✓ **HOW TO REGISTER?** Contact Mercy Center, 718-993-2789, after February 18th to register.

✓ **WHAT ARE THE SCHEDULES?** Friday, March 7, 2025 at 1:15pm

Living Mercy *Online*

Celebrate and reflect with us about the spirit and work of Mercy. Bilingual.

✓ **HOW TO REGISTER?** Call Mercy Center to register with your name, phone number, and email address.

✓ **WHEN TO REGISTER?** Contact Mercy Center, 718-993-27898, after March 3rd for more information.

✓ **WHAT ARE THE SCHEDULES?** Monday, March 17, 2025 at 12:30pm



Educación de Adultos y Preparación para el Trabajo

HSE (Equivalente de High School) - sólo en español *Presencial y En línea*

Nuestras clases le brindarán lo que necesita para mejorar sus habilidades de lectura, escritura y matemáticas para obtener su diploma HSE.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** En persona en la 377 East 145 Street (entre Tercera Avenida y Willis)

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?**

Ciclo del Invierno - Enero a Abril

Lunes, 6 de enero	10:00am
Martes, 7 de enero	10:00am & 5:00pm
Miércoles, 8 de enero	10:00am
Jueves, 9 de enero	10:00am & 5:00pm
Viernes, 10 de enero	10:00am

Ciclo de la Primavera - Abril a Junio

Martes, 22 de abril	10:00am & 5:00pm
Miércoles, 23 de abril	10:00am
Jueves, 24 de abril	10:00am & 5:00pm
Viernes, 25 de abril	10:00am

✓ **¿QUÉ NECESITA?** Completar una evaluación de nivel. Por favor, **llegue 30 minutos antes del examen**, de lo contrario no podrá tomar el examen.
Por favor traiga: • ID de la Ciudad de Nueva York o ID/pasaporte de su país
• Prueba de dirección de NYC (factura de teléfono, etc.)

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE CLASES?**

Clases de Día *Presencial*
los lunes, martes y miércoles
9:00am-1:30pm

Clases en la Tarde *En línea*
los lunes, martes y miércoles
6:00pm-9:00pm



Educación de Adultos y Preparación para el Trabajo

Inglés Como Segundo Idioma *Presencial*

Aprenda inglés conversacional básico, con un enfoque en el lenguaje que necesita para tener éxito trabajando en asistencia al cliente, servicio de comida, y acomodación.

Aprenda inglés conversacional básico y prepárese para poder trabajar con pacientes en el área de cuidado de la salud.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** En persona en la 377 East 145 Street (entre Tercera Avenida y Willis)

✓ ¿CUÁNDO REGISTRARSE?	Lunes, 13 de enero	10:00am-1:00pm	
	Martes, 14 de enero	10:00am-1:00pm	6:00pm-8:00pm
	Miércoles, 15 de enero	10:00am-1:00pm	6:00pm-8:00pm
	Jueves, 16 de enero	10:00am-1:00pm	
	Viernes, 17 de enero	10:00am-1:00pm	
	Martes, 21 de enero	10:00am-1:00pm	6:00pm-8:00pm
	Miércoles, 22 de enero	10:00am-1:00pm	
	Jueves, 23 de enero	10:00am-1:00pm	6:00pm-8:00pm
	Viernes, 24 de enero	10:00am-1:00pm	
	Sábado, 25 de enero	10:00am-2:00pm	

CICLO DEL INVIERNO
ENERO-ABRIL

CICLO DE PRIMAVERA
ABRIL-JUNIO

Inglés Como Segundo Idioma *Presencial*

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** En persona en la 377 East 145 Street (entre Tercera y Willis)

✓ ¿CUÁNDO REGISTRARSE?	Martes, 22 de abril	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Miércoles, 23 de abril	10:00am-1:00pm	
	Jueves, 24 de abril	10:00am-1:00pm	6:00-8:00pm
	Viernes, 25 de abril	10:00am-1:00pm	
	Sábado, 26 de abril	10:00am-2:00pm	

- ✓ **¿QUÉ NECESITA?** Saber leer y escribir de forma básica. Por favor, traiga:
- \$40 de depósito para los libros
 - ID de la Ciudad de Nueva York o ID/pasaporte de su país
 - Prueba de dirección de NYC (factura de luz, factura de teléfono, etc.)
 - Solicitantes de asilo que no tienen lo de arriba deben traer sus documentos de asilo

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE CLASES?** Hay clases en la mañana, en la tarde, y los sábados. Los horarios exactos se anunciarán durante las inscripciones.



Servicios para Inmigrantes

Asistencia Legal de Inmigración GRATUITA

- Solicitudes de Asilo
- Solicitudes de Naturalización (Ciudadanía)
- Solicitudes de Certificado de Ciudadanía
- Solicitudes de Permiso de Trabajo
- Solicitudes de Renovación de DACA (Acción Diferida para los Llegados en la Infancia)
- Renovaciones de la Tarjeta de Residencia (Green Card)
- Solicitudes de Estatus de Protección Temporal (TPS)
- Solicitudes de Exención de Tarifa/Tarifa Reducida
- Visa-T
- Visa-U
- Auto-Peticiones de VAWA
- Ajuste de Estatus
- Cambio de Dirección/Cambio de Corte

Gestión de Casos para Nuevos Migrantes

¿Es migrante o solicitante de asilo? ¿Cruzó la frontera de los EE.UU. después del 1 de enero de 2022? Mercy Center puede ayudarle con información, servicios, recursos, dispensa de alimentos, tarjetas MetroCard de mitad de tarifa, identificación de NYC, clínica/ atención médica, ropa, pañales, salud mental, beneficios públicos y más.



CONTÁCTENOS

Llame al 718-942-9815 para obtener información sobre cómo programar una cita.



Servicios Sociales

NYCBenefits - Aplique, Renueve, Mantenga sus Beneficios

Mercy Center es parte de una iniciativa para conectar a los Neoyorquinos elegibles con los beneficios públicos, que incluyen: SNAP (cupones de alimento), renovando Medicaid, creando una cuenta de Access HRA, asistencia de emergencia (One Shot Deal), asistencia de pagos a Con Edison, MetroCard de medio precio, y más. Llámenos si tiene preguntas sobre elegibilidad o necesita ayuda con su solicitud o renovación de beneficios.



¿CÓMO REGISTRARSE?

Llame a Mercy Center, 718-993-2789, para pedir una consulta con Lianis.

Child Care, 3K & Pre-K Initiative

Mercy Center ofrece apoyo gratuito a neoyorquinos elegibles en el Bronx y East Harlem buscando cuidado seguro y confiable. Podemos ayudarle a navegar el proceso, desde la verificación de elegibilidad hasta la búsqueda de opciones locales de cuidado infantil, 3K o Pre-K.



¿CÓMO REGISTRARSE?

Llame a Mercy Center, 718-993-2789, para agendar una consulta gratuita o para obtener más información.



Habilidades Familiares

Familia Adelante

Familia Adelante/Family Forward es un proyecto colaborativo que fortalece a familias ayudándoles a establecer y alcanzar metas a corto y largo plazo en las áreas de la estabilidad económica, las oportunidades de educación y el bienestar de la familia. Familia Adelante utiliza El Enfoque Integral de la Familia, e incluye Mercy Center, la Fundación Qualitas of Life, la Fundación por Niños Fiver, y Maritza Puello, profesora de Meditación de Atención Plena.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** La próxima orientación para nuevas familias será en el otoño del 2025.

Abriendo Puertas *En línea*

Una clase de capacitación y liderazgo para madres y padres con hijos de 0-5 años. Temas incluyen: como ser el primer maestro de su niño/niña; comunicación; aspectos claves de desarrollo en edad y etapas; la importancia de literatura y bilingüismo; y más!

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** La persona que va a tomar el curso debe llamar 718-993-2789 para una cita de registración.

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?** **Ciclo del Invierno:** Llame a partir del 6 de enero
Ciclo de la Primavera: Llame a partir del 3 de marzo

✓ ¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE CLASES?	Ciclo del Invierno <i>En línea</i> los lunes, 10:00am-12:00pm 27 de enero-24 de marzo	Ciclo de la Primavera <i>Presencial</i> los lunes, 10:00am-12:00pm 27 de enero-24 de marzo
--	--	---

Clases para Madres y Padres: "Padres Activos"

Exploramos temas como la comunicación, la auto-estima, la resolución de conflictos, la disciplina, y más. Todos que cumplen con los requisitos del curso reciben un certificado.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** La persona que va a tomar el curso debe llamar a Mercy Center para programar una entrevista.

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?** **Ciclo del Invierno:** Llame a partir del 6 de enero
Ciclo de la Primavera: Llame a partir del 3 de marzo

✓ **¿CUÁLES SON LOS REQUISITOS?** Edad mínima: 22 años y un correo electrónico activo
No esta inscrito hasta que pague los \$25 del libro

✓ ¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE CLASES?	Ciclo del Invierno <i>En línea</i> los miércoles, 6:00pm-8:00pm 22 de enero-12 de marzo	Ciclo de la Primavera <i>En línea</i> los miércoles, 6:00pm-8:00pm 26 de marzo-14 de mayo
--	--	--

Manejando la Ira (Anger Management) *En línea*

Un curso para abrir conciencia sobre la cólera. Se enseñan técnicas para expresar la cólera en maneras apropiadas. Todos que cumplen con los requisitos del curso reciben un certificado.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** La persona que va a tomar el curso debe llamar a Mayra Sanchez-Estupiñan, 929-603-4587, para programar una entrevista.

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?** A partir del 3 de febrero del 2025

✓ **¿CUÁLES SON LOS REQUISITOS?** Edad mínima: 22 años y un correo electrónico activo
No esta inscrito hasta que pague los \$10 de materiales.

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE CLASES?** los viernes, de 6:00pm a 8:00pm
7 de marzo-16 de mayo



Talleres, Actividades, y Desarrollo Personal

Capacitar: Manejo del Estrés - sólo para Mujeres *En línea*

Técnicas para sanar y transformar dolor y estrés en sí mismas, en sus familias, en su comunidad, en la sociedad. Puede asistir a cualquiera o a todas las sesiones. Sólo en español.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Mayra Sanchez-Estupiñán, 929-603-4587

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?** A partir del 3 de febrero del 2025

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE SESIONES?** Las sesiones son de el lunes, 10 de marzo el lunes, 17 de marzo
8:30am-9:45am el martes, 11 de marzo el martes, 18 de marzo

Nutrición y Salud: Serie de Talleres - sólo en español *Presencial*

Presentado en colaboración con Cornell University Cooperative Extension New York City
Aprenda estrategias sobre como darle a su familia comidas y meriendas saludables y maximizar su presupuesto de alimento.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Richard Sanchez, 718-993-2789, a partir del 13 de enero para más información.

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS DE SESIONES?** los viernes, 10:00am-12:00pm
8 sesiones comenzando el 24 de enero del 2025

Los Impuestos *En línea*

Aprenda la importancia y beneficios de hacer los impuestos. Presentado por Qualitas por Zoom; sólo en español

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Mercy Center a partir del 21 de enero para registrarse.

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS?** el miércoles, 5 de febrero del 2025 a las 6:00pm

Derechos de los Inquilinos *En línea*

Visión general de los derechos de los inquilinos. Bilingüe.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Mercy Center a partir del 3 de febrero para más información.

El Día Internacional de la Mujer *Presencial*

¡Aprenda los derechos básicos de la mujer y celebre su día! Traiga algo representando a las mujeres de su país. Bilingüe.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Mercy Center a partir del 18 de febrero para registrarse.

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS?** el viernes, 7 de marzo del 2025 a las 1:15pm

Viviendo la Misericordia *En línea*

Celebre y reflexione con nosotros sobre el espíritu y trabajo de la Misericordia. Bilingüe.

✓ **¿CÓMO REGISTRARSE?** Llame a Mercy Center para registrarse con su nombre, número de teléfono, y correo electrónico.

✓ **¿CUÁNDO REGISTRARSE?** Llame a Mercy Center a partir del 3 de marzo para registrarse.

✓ **¿CUÁLES SON LOS HORARIOS?** el lunes, 17 de marzo del 2025 a las 12:30pm