

Monthly Newsletter

Bloomfield Department of Health & Human Services (BDHHS)

In This Issue:

What's Going on in Public Health?

UV Safety Awareness Month

CDC: COVID-19 Vaccine

Union County Information

What's Going on in Public Health?

What has the Health Department Been Up To?

Here's What You Need to Know:

The Bloomfield Department of Health & Human Services Is Holding FREE COVID-19 Vaccine Clinics

The BDHHS is partnering with local faith and community organizations to bring the Johnson & Johnson/Janssen (J&J) COVID-19 vaccines to residents. All clinics are free of cost and open to all aged 18+. There are no residency requirements. There is no need to bring ID, proof of legal citizenship status or health insurance. Look for upcoming clinics on our Instagram and Twitter accounts!

BDHHS COVID-19 clinics last month:

- Thursday, June 10 and Thursday, June 17 from 5:30-8pm at Manna Food Depot at Park United Methodist Church in Bloomfield.
- Saturday, June 19 from 12:30-3:30pm at Sacred Heart Church in Bloomfield.
- Monday, June 21 from 11am-3pm at the Bloomfield Public Library.

Are You or Someone You Know Homebound and Need a Free COVID-19 Vaccine?

The BDHHS Nursing Division is administering the Johnson & Johnson/Janssen (J&J) COVID-19 vaccine to people aged 18 or older who are homebound. If you need more information or would like to be placed on our homebound roster, please call the Nursing Division at **(973)-680-4058**.



July is Ultraviolet (UV) Light Safety Awareness Month

UV Light and Your Health



UV light is an invisible type of radiation that comes from the sun and from artificial sources like tanning beds and sunlamps. UV rays can damage skin cells. Damage from UV rays can cause sunburn, vision issues, premature aging of the skin, and skin cancer. Being outside is a good way to be active, reduce stress, and get vitamin D. You can work and play outside while protecting your skin from UV rays. Protecting your skin from the sun is important all year long, not only in summer.

Did You Know?

There are 3 types of UV rays: UVA, UVB, and UVC. UVA rays can get to the middle layer of your skin and cause skin cells to age. UVB rays reach the outer layer of your skin and lead to skin cancers. You can protect yourself from UVA and UVB rays with sunscreen and other measures.

UVC rays from the sun do not reach the earth's surface because it is blocked by the ozone layer in the atmosphere. So you can only be exposed to UVC rays from artificial sources like lamps and lasers.

Sun protection is important no matter what shade you are!

All people, including those with darker skin colors, get skin cancer. Even if you never get sunburn, you can still get skin cancer. When people of color get skin cancer, it is often found at a late stage because of disparities in access to care. Treatment is more difficult when cancer is found at a later stage. You can find skin cancer early. Check your own skin and have someone like your hair stylist check the back of your head. If you see something like a dark spot or sore, say something to your doctor. You can reduce your risk of skin cancer by protecting your skin from the sun. Visit [AAD.org](https://www.aad.org) for more information.



Protect Your Skin

- **Apply sunscreen with SPF 30 or higher.** Apply to all skin not covered by clothing.
- **Stay in the shade.** If there is no shade, create your own with an umbrella or hat.
- **Avoid being in the sun.** Especially when the sun's rays are strongest from 10am - 4pm.
- **Dress to protect yourself.** Wear long-sleeves, a hat, and sunglasses with UV protection.
- **Check your skin regularly.** If you notice new or suspicious spots on your skin, talk to a healthcare provider.



For More Information Visit:

https://www.cdc.gov/cancer/skin/basic_info/sun-safety.htm

How do I know which sources of COVID-19 vaccine information are accurate?

- Before considering vaccine information on the internet, check that the information comes from a credible source (.gov, .org, .edu).
- Governmental and collegiate -web content is based on peer-reviewed science.

Who is eligible for the vaccine next?

- As of May 12, all New Jerseyans 12 years or older are eligible for a COVID-19 vaccine. Find more information at <https://covid19.nj.gov/> or call the Vaccine Call Center 1(855)568-0545 for assistance.
- You can get a vaccine regardless of your immigration or insurance status

Union County Information

WHERE CAN RESIDENTS REGISTER FOR THEIR VACCINE?

An appointment is required. Please visit ucnjvaccine.org to schedule your vaccine. Or, call 908-518-4307 for scheduling. You will receive follow-up instructions via text message or email.

Individuals can also register through NJ Vaccine Scheduling System (NJVSS) at <https://covidvaccine.nj.gov/>

Please be mindful that the registration processes take time to develop expanding program participants and every effort is made to implement vaccinations in an expeditious manner.

For more information on vaccination distribution and general COVID inquiries:
<https://covid19.nj.gov/faqs/nj-information> OR call 2-1-1 (24/7).

To schedule a COVID-19 test, vaccine or learn more information on prevention and protection please visit the Union County website listed below.

<https://ucnj.org/covid19/>



For any questions or other information, please contact us at:

(973) 680-4024

1 Municipal Plaza, Bloomfield, NJ 07003

Follow us on our Social Media accounts

[bloomfieldhdnj](https://www.instagram.com/bloomfieldhdnj)



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

Boletín Informativo Mensual

*Departamento de Salud de Bloomfield & Servicios Humanos
(BDHHS*)*

En esta publicación:

¿Qué hay de nuevo en Salud pública?

Mes de Concientización sobre la Seguridad contra los rayos ultravioleta (UV)

CDC: La vacuna del Covid19

Información del Condado de Union

¿Qué hay de nuevo en Salud Pública?

¿Qué ha estado haciendo el Departamento de Salud?

Esto es lo que necesitas saber:

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de de Bloomfield está ofreciendo clínicas gratuitas con la vacuna contra el COVID-19

El BDHHS en asociación con organizaciones religiosas y comunitarias locales, esta llevando a los residentes la vacuna contra el COVID-19 de Johnson & Johnson / Janssen (J&J). Las clínicas son gratuitas y están abiertas a todos los mayores de 18 años. No hay requisitos de residencia, ni se necesita identificación, prueba de ciudadanía legal o seguro médico.

¡Infórmese acerca de las próximas clínicas en nuestra cuenta de Instagram y Twitter!

Clínicas BDHHS COVID-19 llevadas a cabo el mes pasado:

- Jueves 10 y 17 de junio de 5: 30-8pm en Manna Food Depot en Park United Methodist Church en Bloomfield.
- Sábado 19 de junio de 12: 30-3: 30pm en Sacred Heart Church en Bloomfield.
- Lunes 21 de junio de 11 am a 3 pm en la Biblioteca Pública de Bloomfield.

¿Es usted o alguien que conoce en condiciones de confinamiento en el hogar y necesita una vacuna contra el COVID-19 gratuita?

La División de Enfermería del BDHHS está administrando la vacuna contra el COVID-19 de Johnson & Johnson / Janssen (J&J) a personas mayores de 18 años que no pueden salir de casa. Si necesita más información o le gustaría inscribirse en nuestra lista de residentes confinados en casa, llame a la División de Enfermería al **(973) -680-4058**.



Julio es el Mes de la Concientización sobre la seguridad contra los rayos Ultravioleta (UV)

Rayos UV y su salud



Los rayos ultravioleta son un tipo de radiación invisible que proviene del sol y fuentes artificiales como camas y lámparas solares. Estos afectan las células de la piel, causando daños tales como quemaduras solares, problemas de visión, cáncer y envejecimiento prematuro de la piel. Estar al aire libre es una buena manera de mantenerse activo, reducir el estrés y obtener vitamina D, sin embargo debe proteger su piel de los rayos UV. Proteger tu piel del sol es importante durante todo el año, no solo durante el verano.

¿Sabías qué?

Hay 3 tipos de rayos UV: UVA, UVB y UVC. Los rayos UVA pueden llegar a la capa media de la piel y hacer que las células de la piel envejeczan. Los rayos UVB llegan a la capa externa de la piel y provocar cáncer de piel. Los rayos UVC del sol no llegan a la superficie de la tierra porque están bloqueados por la capa de ozono, por lo que la exposición a estos solo ocurre con el uso de fuentes artificiales como lámparas y láseres.

Para protegerse de los rayos UVA y UVB se debe usar protector solar y otras medidas como sombreros, y ropa con protección UV.

¡La protección solar es importante sin importar el tono de tu piel!

Todas las personas pueden padecer cáncer de piel. Incluso si no han tenido quemaduras solares, si nunca sufre una quemadura solar, puede contraer cáncer de piel. En ocasiones el cáncer de piel se detecta en una etapa tardía debido a falta de acceso a la atención. El tratamiento es más difícil cuando el cáncer se encuentra en una etapa avanzada. Revise con regularidad su piel y puede ayudarse de su estilista para revisar áreas difíciles de ver como la parte posterior de su cabeza. Si nota una lesión o mancha con cambio de color, tamaño y textura contacte de inmediato a su médico. Siempre proteja su piel para reducir el riesgo de cáncer. Visite para mayor información:

www.aad.org/public/diseases/skin-cancer/espanol



Proteja su piel



- **Aplique protector solar con SPF de 30 o mayor.** Aplicar sobre toda la piel que no esté cubierta con ropa.
- **Mantente a la sombra.** Si no hay sombra, cree la suya propia con un paraguas o un sombrero.
- **Evite exponerse al sol.** Especialmente cuando los rayos del sol son más fuertes de 10am a 4pm.
- **Vístase para protegerse.** Use mangas largas, sombrero y gafas de sol con protección UV.
- **Revise su piel con regularidad.** Si nota manchas nuevas o sospechosas en su piel, hable con su médico.

Para mayor información visite:

https://www.cdc.gov/spanish/cancer/skin/basic_info/sun-safety.htm

¿Cómo reconocer los recursos precisos acerca de la vacuna del COVID-19 ?

- Antes de considerar la información sobre vacunas en Internet, verifique que la información provenga de una fuente confiable (.gov, .org, .edu).
- Tenga en cuenta que el contenido gubernamental y universitario en la web se basa en ciencia revisada por pares.

¿Quiénes son elegibles para recibir la vacuna?

Desde el 12 de Mayo, todos los habitantes de Nueva Jersey mayores de 12 años son elegibles para la vacunación. Encuentre más información en

<https://covid19.nj.gov/es> o llame a la línea 1 (855) 568-0545 para obtener ayuda.

Union County Information

¿DÓNDE PUEDEN REGISTRARSE LOS RESIDENTES PARA SU VACUNA?

Se requiere cita previa. Visite ucnjvaccine.org

para programar su vacuna. O llame al 908-518-4307 para programar una cita. Recibirá instrucciones de seguimiento por mensaje de texto o correo electrónico.

Las personas también pueden registrarse a través de NJ Vaccine Sistema de programación (NJVSS) en <https://covidvaccine.nj.gov/es-ES/>

Tenga en cuenta que los procesos de registro pueden llevar tiempo tiempo para desarrollarse y se hace todo lo posible para agilizar las citas.

Para mayor información acerca de la vacunación y preguntas del COVID:

<https://covid19.nj.gov/faqs/nj-information>, o llame al 2-1-1 (24/7).

Para programar citas para el exámen del COVID-19, vacunación u obtener mayor información sobre prevención y protección, visite el sitio web del condado de Union:

<https://ucnj.org/covid19/>



For any questions or other information, please contact us at:

(973) 680-4024

1 Municipal Plaza, Bloomfield, NJ 07003

Síguenos en nuestras redes sociales

[bloomfieldhdnj](https://www.instagram.com/bloomfieldhdnj)



Public Health
Prevent. Promote. Protect.