

# CARE Program

## • NEWSLETTER •

Abril 2021

### Recursos de Asistencia para Alimentos en CSU

#### Despensa Movil de alimentos: Rams Against Hunger (RAH)

**Donde:** Lory Student Center Theater

**Cuando:**

- Lunes & Martes – Cerrado
- Miércoles: 4 – 7 pm
- Jueves: 4 – 7 pm
- Viernes: 9 am – 12 pm



Todos los miembros de la comunidad de CSU (estudiantes, facultad, & personal) son bienvenidos. Por favor lleve su identificación de CSU y mantenga la distancia social y siga los protocolos para ayudar a prevenir la propagación del COVID-19.

#### RamRide Food Ops: Aplicacion

RamRide Food Ops distribuye cajas de alimentos gratis de la despensa móvil para estudiantes, profesores y personal quienes no pueden venir al campus o no pueden recoger comida de la despensa móvil. Los estudiantes, profesores y el personal puedes escoger hasta 2 viernes al mes y recibir sus cajas entre las 2 y 4 de la tarde.

#### RAH Despensas Rápidas para Obtener comida

RAH ofrece una selección limitada de ítemes de comida rápida para miembros de la comunidad de CSU en los siguientes lugares:

- **Lory Student Center**- level 200 - ASCSU Plaza-side entrance
- **University Housing** – Aggie Village Family Apartments
- **Aggie Village Family Center** – 501 West Prospect St, Building 24
- **University Housing** - University Village Center Apart. 1600 West Plum, Building 24.

Por favor “swipe” su identificación de CSU para obtener acceso a las Pocket Pantries

#### Beneficios de SNAP

Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP) Este programa conocido como las estampillas de comida, es un programa federal que ayuda a individuals a obtener access a beneficios de comida CSU le puede ayuar a aplicar for SNAP remotamente! Contactese [Help4Rams@colostate.edu](mailto:Help4Rams@colostate.edu) o llame al 970-491-8051.

### • Que hay de Nuevo •

#### Centro de CSU para Mindfulness

trabajan intencional y colectivamente para crear condiciones que inspiran a la transformación Mente/cuerpo personal y de la comunidad. ¡Ofrecen clases GRATIS los lunes de meditación y los miércoles prácticas para dormir mejor!

[FITlife Evento de Bienestar de salud y financiero](#) este año el evento se llama Despierta Primavera, y sucederá del 6-8 de abril. Revisa la lista de clases y regístrate por las que sean de tu interes.

[Money Matters 2021](#) esta serie de clases financieras son una colaboracion de varias agencias financieras y las bibliotecas con el objetivo de proveer educación personal financiera para los residentes del Norte de Colorado.

#### Clínica Legal gratis y virtual

participantes pueden tener una cita corta con un abogado por teléfono. Este es un servicio gratis para aquellos que requieran de un abogado.

[Mes de la herencia Apida](#) se celebrara a los Asian Pacific Islander Desi American individuos, revisa el enlace para encontrar más información y ver la lista de eventos.

## Otros Recursos de Asistencia de Comida

### En Focus:

- Recursos para la Salud Mental ●

**SilverCloud** Es una plataforma virtual de apoyo sobre temas de conducta y salud mental, SilverCloud contiene varios programas acerca de la salud mental como: stress, depresión, ansiedad e insomnio.

**ComPsych** está disponible las 24 horas, 800-497-9133 para servicios de crisis mental y para obtener referencia a un consejero. Cada empleado es elegible a 6 sesiones gratis de consejería, por cada problema cada año.

**Healthinfosource.com** el lugar donde podrás encontrar información y recursos de salud mental y el uso de sustancias en el condado de Larimer County, Colorado.

**Summitstone** estarán ofreciendo sus servicios de forma virtual y de tele terapia, revise su página de internet para aprender como contactarse con ellos. También puede aprender más acerca de su programa de apoyo emocional llamado [Colorado Spirit](#).

**Health District of Northern Colorado** esta ofreciendo servicios virtuales a sus clientes. Algunos servicios continuaran sin ninguna modificación, chequea la página de internet para más información.

**Connections** está disponible gratuitamente llamando al 970-221-5551, 9 am a 4 pm, de Lunes a Viernes.

Especialistas de Salud mental del programa Connections Health District of Northern Colorado, están disponibles para responder a sus preguntas, darle referencias para ver especialistas y proveerle apoyo mediante tele terapia.

**COVID Connect** C.O.V.I.D. Connect provides resources for coping during COVID-19

**Teacher/Educator well-being support line** The Well-Being Support Line is a free service for all educators and school employees including ECE, K-12 programs and higher education across Colorado.

### [El Banco de comidas del condado de Larimer](#)

**Fort Collins** – 1301 Blue Spruce Dr  
Martes – Sábado: 10 am – 3 pm  
**Loveland** – 2600 N Lincoln Ave  
Martes – Sábado: 10 am – 3 pm

### [El Distrito Escolar de las Escuelas de Poudre](#)

PSD ofrece desayunos y almuerzos **Gratis** a todos los estudiantes de 18 años o menos, visite su página Web para ver los horarios y lugares.

### [The Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children \(WIC\)](#)

Colorado WIC está abierto y atiende a clientes, aunque muchas clínicas brindan servicios de forma remota. Contactese con su clínica local para ver opciones

### [Hunger Free Colorado](#)

Línea directa de recursos alimenticios: 855-855-4626.

### [United Way of Larimer County](#)

Visite esta página para obtener una lista completa de recursos en Larimer County, incluyendo asistencia en comida y salud.

### [SERVE 6.8](#)

SERVE 6.8 proporciona alimentos y suministros a través de su trabajo conjunto con las iglesias para llegar a ciudades y vecindarios.

### ● Recursos para Niños ●

#### [Kids and Youth programs activities, listed by City of Fort Collins](#)

#### [Loveland Museum Educational Programs](#)

#### [K-12 Summer Programs at CSU](#)

#### [Gardens on Spring Creek Programs for kids](#)

#### [Poudre School District Mental Health Services](#)

#### [Dungeons and Dragons for teens virtual game](#)

#### [Design a Mask Event](#)

#### [Earth Day Fort Collins Celebration](#)

#### [Northern Colorado Children Festival Drive-thru](#)

#### [Healthy Kids Run Series 2021](#)

#### [Free family Scavengers hunts in Fort Collins](#)

## Eventos Variados

[Social Media: Conexión vs. Aislamiento](#) se presentará este training para padres y educadores.

[Jardín en la caja](#) Los kits incluyen de 15 a 30 plantas de inicio, una guía completa de plantas y cuidados y de uno a tres mapas de plantas por número. Independientemente de su experiencia, puede ahorrar agua y embellecer su paisaje con estos asequibles jardines.

[Taller sobre Plantas Nativas en CO.](#) Es un taller en línea, gratuito para aquellos interesados en las plantas nativas de Colorado.

[Evaluación gratuita de la salud](#), proporcionada por 9health conozca como esta su salud hoy!

[Personal and Professional Development Trainings by CompPsych](#) Disfruta de una serie de talleres de Desarrollo personal en 2021! Cada mes habrá temas diferentes dictados por expertos en el área de salud mental.

- **Abril 14** – Conocimiento de la Salud mental para Líderes
- **Abril 22** – Comunicación Efectiva

[Night Skies](#) evento virtual gratis acerca de los objetos y relaciones que tu puedes ver en el cielo de la noche, proporcionado por el museo de descubrimiento de Fort Collins.

[Programa Healthy Homes](#) La ciudad de Fort Collins ofrece una lista de recursos de cómo crear que su hogar sea saludable y seguro. Complete este cuestionario sobre su casa y reciba un set de recomendaciones personales de cómo puede reducir la exposición de aires contaminados dentro de su hogar.

[Colorado Employee Assistance Program C-SEAP](#) C-SEAP está ofreciendo varias clases y entrenamientos, revise la lista en su página de internet.

[CSU Engagement and Extension](#) La biblioteca de CSU, y los servicios Web han lanzado una página de internet donde los eventos virtuales del campus están listados.

[Programas y Clases de Larimer County Extension](#) CSU extensión y el condado de Larimer se han unido para ofrecer una lista de clases en una variedad de temas

[Larimer Child Care Connect](#) Chequea esta herramienta gratis que hará más fácil que las familias puedan encontrar opciones para el cuidado de niños y programas para después de la escuela. Padres pueden obtener una lista de programas locales que se acomodaran a las necesidades de cada familia.

[Larimer Recovery Collaborative](#) Este grupo de trabajo compuesto de organizaciones locales y gubernamentales del área, han creado una lista de recursos por temas, por favor visite la página de internet para ver más.

### [Fort Collins Winter Farmers Market](#)

**Cuando:** 2do & 4th sábado de 9 am – 1 pm, Noviembre 7 hasta Mayo 8  
**Donde:** Foothills Mall, 215 E Foothills Pkwy

### [Greeley Winter Farmers Market](#)

**Cuando:** 1st and 3rd Sábado de 9:00 am – 12:00, Noviembre hasta Abril  
**Donde:** Zoe's, 715 10th St

### [Virtual Farmers Market](#)

**Cuando:** Ordene en línea Sábados de 4:00 pm a Jueves a las 12:00  
**Donde:** entrega los sábados entre 12:00 a 4:00 pm o recoja los sábados de 12:00 a 2:00 pm

[Seminario para Padres/Jóvenes](#) Estas son sesiones de 1-hr. para aprender y discutir las 10 formas sabias (nos ayudaran a tomar buenas decisiones) y veremos los efectos e impactos de las sustancias toxicas en el cerebro de los niños. Esta sesión es para jóvenes de 7-17 años de edad y para sus cuidantes o padres. Enviaran el Zoom link después de haberse registrado.

[UCA School of Music, Theater and Dance](#) Tienen varios eventos virtuales durante el mes de marzo, por favor revise el calendario de eventos.

[Brainfuse](#) ¿Tiene niños con problemas para hacer sus tareas? Tutores en línea, un laboratorio de escritura, preparación para exámenes y más están disponibles mediante las bibliotecas públicas - Brainfuse:

- [Poudre River Public Library District \(FC\)](#)
- [Loveland Public Library](#)

[Recursos Familiares LCE](#) Por favor revise la lista de recursos disponibles para los residentes del Norte de Colorado.

[Recursos de ayuda para preparar sus taxes](#)

[Recursos para el cuidado de niños](#)

## Recursos Adicionales

### [Employee Assistance Program](#)

Por favor no dude en comunicarse con la coordinadora del programa Jan Pierce [jan.pierce@colostate.edu](mailto:jan.pierce@colostate.edu) La mejor forma es por email o por teléfono.

### [The Office of the Ombuds at CSU](#)

La oficina sirve como un recurso confidencial para asistir a los empleados de CSU a navegar conflictos o preocupaciones en el lugar de trabajo. Para programar una cita mande un email a Melissa Emerson at [Melissa.Emerson@colostate.edu](mailto:Melissa.Emerson@colostate.edu) o llame 970-491-1527.

### [Recursos sobre Vivienda](#)

Chequee la nueva y existente lista de recursos de vivienda, y más información de la comunidad durante este tiempo.

### [City of Fort Collins – Noticias de la Ciudad](#)

Revise el boletín más reciente de la ciudad con información de eventos virtuales y otras noticias importantes.

### [ComPsych](#)

Revise esta lista de recursos con temas desde recursos para Volver a la escuela hasta sobre el coronavirus y como navegar la vida en la casa durante este tiempo.

### [Kendall Reagan Nutrition Center](#)

Aprenda más sobre los programas y servicios disponibles para nuestro campus e intente la receta del mes.

### [CSU Young Professional Mentorship Program](#)

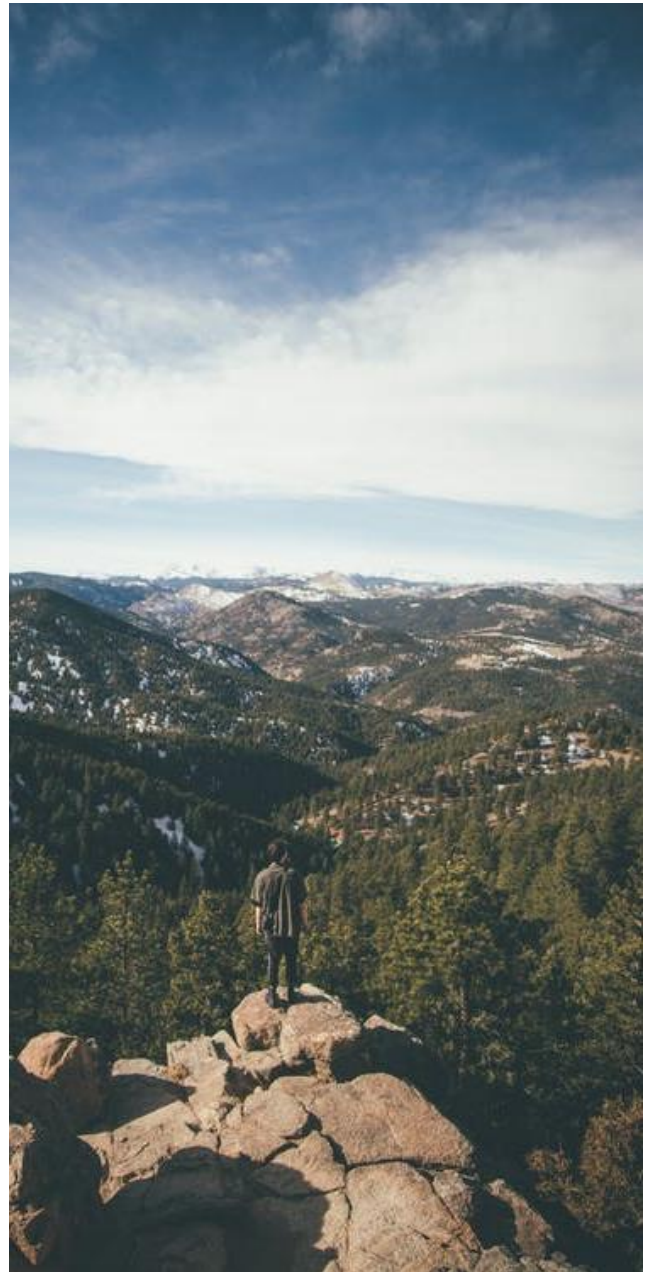
CSU Young Profesional (CSUYP) tiene la intención de proveer apoyo, recursos y oportunidades para cultivar conexiones, con profesionales jóvenes para ser líderes en nuestra comunidad.

### [Alumni Association](#)

Si usted es un ex alumno de CSU, le recomendamos visitar la página de la asociación de ex alumnos para aprender y participar de los eventos disponibles que ofrecen.

### [Office of the Vice-president for Diversity](#)

Visite la página de la Office of the Vice-president for Diversity quienes proveen liderazgo y educación para que la Universidad alcance una cultura de inclusión que prioriza la equidad de los individuos, y la organización en todos sus niveles.



## Oportunidades de Voluntariado

[The Power of Collective Support](#) Esta campaña creada por University Advancement permite que individuos puedan donar dinero a CSU.

[Help Colorado Now](#) Aprenda acerca de oportunidades de voluntariado o done dinero durante la pandemia

[United Way of Larimer County](#) Vea esta lista de oportunidades de voluntariado en el condado.

[Ciudad de Fort Collins](#) La ciudad está buscando voluntarios para ayudar a personas menos afortunadas, visite su página de internet para ver más.

### Have questions?

Reach out to Emma Chavez,  
Community Resources  
Coordinator at  
[emma.chavez@colostate.edu](mailto:emma.chavez@colostate.edu)

Want to sign up for the CARE  
Program Newsletter visit  
[www.care.colostate.edu](http://www.care.colostate.edu)

