

# CARE Program

## • NEWSLETTER •

Marzo 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 pueden 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 ítems 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 •

[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.

[Great Plates of Downtown Fort Collins](#) es una celebración de la comunidad gastronómica del centro de la ciudad y destaca los restaurantes que ofrecen cenas especiales de \$ 25. Se ejecutará del 1 al 14 de marzo de 2021.

#### [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!

## Otros Recursos de Asistencia de Comida

### En Focus:

- Recursos para la Salud Mental ●

[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.

### Tiene preguntas?

Contacte a Emma Chavez,  
Community Resources Coordinator a  
[emma.chavez@colostate.edu](mailto:emma.chavez@colostate.edu)

970-658-6158

### [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 clinica 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.

## Oportunidades de Voluntariado

### [The Power of Collective Support](#)

Esta campana creada por University Advancement permite que individuos puedan donar dinero a la Universidad.

### [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.

### ● Recursos para Niños ●

[Programas para niños listados por la ciudad de Fort Collins](#)

[Programas en el museo de Loveland](#)

[K-12 Programas de verano en CSU](#)

[Programas para niños en el Jardín de Spring Creek](#)

## Eventos Variados

### [Fort Collins School of Witchcraft and Wizardry](#)

(anteriormente Hogwarts Halloween) da la bienvenida a jóvenes de 5 a 14 años en una aventura mágica en una escuela virtual de brujería y hechicería. Te espera un mundo de misterio, juegos, manualidades y magia para brujas y magos.

### [Garden in a Box](#)

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.

### [Personal and Professional Development Trainings by ComPsych](#)

Disfruta de una serie de webinars de Desarrollo personal en 2021! Cada mes habrá temas diferentes dictados por expertos en el área de salud mental.

- **March 10** - Being Adaptive in An Ever-Changing World
- **March 24** - Becoming a Better Listener

### [The Gardens on Spring Creek](#)

Es un jardín botánico comunitario de Fort Collins; tiene varias clases en marzo, incluidos los programas para niños.

### [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 area, han creado una lista de recursos por temas, por favor visite la pagina de internet para ver mas.

### [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 line 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/Jovenes](#)

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.

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

[Recursos para el cuidado de niños](#)

## Eventos Variados

### [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.

### [Clases de primavera de Talent Development](#)

Talent Development (TD) ha lanzado su catálogo de clases para la primavera, por favor revise las clases que tienen y regístrese.

### [LCE Family Resources](#)

Por favor revise la lista de recursos para los residentes del Norte de Colorado.

### [Noches de información de empleos para jóvenes de 14-16](#)

The Larimer County Economic and Workforce Development's CareerRise esta conectando jóvenes de las edades de 14-18 (y sus familias) a una noche de información y oportunidades laborales para el verano.

### [Apoyando a niños y sus familias durante la pandemia](#)

Este training temprano es para ayudar a identificar señales, desarrollar resistencia y buscar apoyo, aunque existan limitaciones que la pandemia ha creado.

### [Línea de apoyo para profesores y educadores](#)

La línea de apoyo para estar bien es gratis para todos los educadores y empleados del estado, incluyendo profesores de escuelas y universidades de todo el estado.

### [Clases de bicicleta en mazo](#)

FC Bikes provee educación a personas de todas las edades y habilidades. Aprende más y regístrate en línea.

- DIRT (Dirty Imperative Repairs Trailside): Tuesday, Marzo 2, 6:15-7:45pm, online
- Cycling in Winter: Thursday, Marzo 4, 6-7:15pm, online
- Bicycle Friendly Driver: Tuesday, Marzo 9, 6-7:15pm, online

### [SummitStone abrió un nuevo centro de salud mental](#)

SummitStone Health Partners ha abierto un nuevo centro de salud mental/abuso de sustancias en Fort Collins llamado Garcia House. La nueva instalación para pacientes hospitalizados cuenta con 16 camas ubicada en 1008 Patton St. satisface una necesidad crucial en el condado de Larimer.

### [Partners presents NoCo Grocery Grab](#)

Este primer evento lleva la energía del clásico programa de televisión Supermarket Sweep en NoCo. Partners está rifando la oportunidad de ganar tres premios principales: hasta \$ 1000, \$ 750 o \$ 500 en compras en Lucky's Market. El 26 de marzo, los ganadores tendrán un tiempo limitado para agarrar todo lo que puedan (con algunos premios ocultos en el camino).

### [Online groups for children and teens](#)

Ayuda a niños y adolescentes a que brillen, hablan de recursos internos y externos, y desarrollaran habilidades interpersonales.

### [Marzo es el mes de la historia de la mujer](#)

Explore biografías y artículos de mujeres que han hecho historia.

### [Festival act. Human Rights](#)

ACT estará ofreciendo una plataforma para ver el festival en línea. Puedes acceder las películas desde tu computadora, teléfono o tu TV.



## 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.

