

ABRIL 2024 GRUPOS DE PREVENCIÓN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>1</p> <p>VIRTUAL: 11:00 a.m. - 12:00 p.m. Educación entrada libre 5:00 - 6:00 p.m. Educación entrada libre</p>	<p>2</p> <p>12:00-3:00 p.m. **Horario de apoyo educativo entrada libre** Grupos en el Campus Dahlia ★ 2:00-3:00p.m. Planificación del retiro de invierno 3:00-5:00 p.m. Arte y juegos de mesa 4:00-5:00 p.m. Grupo de apoyo a familiares y cuidadores</p>	<p>3</p> <p>12:00 p.m. **Experiencia de juego en Enchanted Grounds** VIRTUAL 3:00 - 4:00 p.m. Como ser adulto en rehabilitación Psi</p>	<p>4</p> <p>2:30 - 4:30 p.m. **Mutiny Information Café**</p>	<p>5</p> <p>No hay grupos</p>
<p>8</p> <p>Retiro de invierno VIRTUAL: 11:00 a.m. - 12:00 p.m. Educación entrada libre 5:00 - 6:00 p.m. Educación entrada libre</p>	<p>9</p> <p>Retiro de invierno 12:00-3:00 p.m. **Horario de apoyo educativo entrada libre** 4:00-5:00 p.m. Grupo de apoyo a familiares y cuidadores</p>	<p>10</p> <p>Retiro de invierno VIRTUAL 3:00 - 4:00 p.m. Como ser adulto en rehabilitación Psi</p>	<p>11</p> <p>No hay grupos</p>	<p>12</p> <p>No hay grupos</p>
<p>15</p> <p>VIRTUAL: 11:00 a.m. - 12:00 p.m. Educación entrada libre 5:00 - 6:00 p.m. Educación entrada libre</p>	<p>16</p> <p>12:00-3:00 p.m. **Grupo de apoyo a familiares y cuidadores** Grupos en el Campus Dahlia ★ 2:00-5:00 p.m. Arte y juegos de mesa 4:00-5:00 p.m. Grupo de apoyo a familiares y cuidadores</p>	<p>17</p> <p>12:00 p.m. **Excursión al cine** VIRTUAL 3:00 - 4:00 p.m. Como ser adulto en rehabilitación Psi</p>	<p>18</p> <p>2:30 - 4:30 p.m. **Daboba**</p>	<p>19</p> <p>No hay grupos</p>
<p>22</p> <p>VIRTUAL: 11:00 a.m. - 12:00 p.m. Educación entrada libre 5:00 - 6:00 p.m. Educación entrada libre</p>	<p>23</p> <p>12:00-3:00 p.m. **Grupo de apoyo a familiares y cuidadores** Grupos en el Campus Dahlia ★ 2:00-5:00 p.m. Arte y juegos de mesa 4:00-5:00 p.m. Grupo de apoyo a familiares y cuidadores</p>	<p>24</p> <p>11:00 a.m. **Club de la cultura en Kona Hawaiian BBQ** VIRTUAL 3:00 - 4:00 p.m. Como ser adulto en rehabilitación Psi</p>	<p>25</p> <p>2:30 - 4:30 p.m. **The Molecule Effect**</p>	<p>26</p> <p>No hay grupos</p>
<p>29</p> <p>VIRTUAL: 11:00 a.m. - 12:00 p.m. Educación entrada libre 5:00 - 6:00 p.m. Educación entrada libre</p>	<p>30</p> <p>12:00-3:00 p.m. **Grupo de apoyo a familiares y cuidadores** Grupos en el Campus Dahlia ★ 2:00-5:00 p.m. Arte y juegos de mesa 4:00-5:00 p.m. Grupo de apoyo a familiares y cuidadores</p>	<p>May 1</p> <p>12:00 p.m. **Comics y Batidos** VIRTUAL 3:00 - 4:00 p.m. Como ser adulto en rehabilitación Psi</p>	<p>May 2</p> <p>2:30 - 4:30 p.m. **Jardines botánicos de Denver**</p>	

ABRIL 2024 GRUPOS DE TERAPIA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 VIRTUAL: 4:00-5:45 p.m. <u>Dungeons & Dragons & Feelz</u>	3 VIRTUAL: 4:30 -5:30 p.m. <u>El arte de darse cuenta</u>	4 4:30 - 5:30 p.m. <u>**Café comunitario Word Works**</u>	5
8	9 VIRTUAL: 4:00-5:45 p.m. <u>Dungeons & Dragons & Feelz</u>	10 VIRTUAL: 4:30 -5:30 p.m. <u>El arte de darse cuenta</u>	11 VIRTUAL: 2:00pm - 3:00 p.m. <u>Gestión de casos sin cita previa</u> 3:30-4:30 p.m. <u>Compartir y cuidar</u> 4:30 - 5:30 p.m. <u>**Café comunitario Word Works**</u>	12
15	16 VIRTUAL: 4:00-5:45 p.m. <u>Dungeons & Dragons & Feelz</u>	17 VIRTUAL: 4:30 -5:30 p.m. <u>El arte de darse cuenta</u>	18 VIRTUAL: 3:30-4:30 p.m. <u>Compartir y cuidar</u> 4:30 - 5:30 p.m. <u>**Café comunitario Word Works**</u>	19
22	23 VIRTUAL: 4:00-5:45 p.m. <u>Dungeons & Dragons & Feelz</u>	24 VIRTUAL: 4:30 -5:30 p.m. <u>El arte de darse cuenta</u>	25 VIRTUAL: 2:00pm - 3:00 p.m. <u>Gestión de casos sin cita previa</u> 3:30-4:30 p.m. <u>Compartir y cuidar</u> 4:30 - 5:30 p.m. <u>**Café comunitario Word Works**</u>	26
29	30 VIRTUAL: 4:00-5:45 p.m. <u>Dungeons & Dragons & Feelz</u>	May 1 VIRTUAL: 4:30 -5:30 p.m. <u>El arte de darse cuenta</u>	May 2 4:30 - 5:30 p.m. <u>**Café comunitario Word Works**</u>	

Información de contacto

Dirección: 1610 N. Emerson St. Denver, CO 80218 (1 bloque al norte de Colfax)

Teléfono: (303) 504-3988

Email: emersonst@wellpower.org

Acerca de las clases y los grupos

Las clases son gratuitas y abiertas al público (de 15 a 26 años), salvo que se indique lo contrario en la descripción. Los lunes y viernes no hay grupos

Por favor toma nota:

- Si el título de un grupo está **en letra de color coral en el calendario mensual (no en las descripciones), es un grupo VIRTUAL**. Todos los demás grupos son PRESENCIALES
- ****Estrellado**** = Actividad fuera de las instalaciones; debe confirmar su asistencia con antelación para firmar nuestra carta de bienvenida/renuncia, proporcionar un contacto de emergencia y traer un documento de identidad.
- **Subrayado**= Grupos de terapia (es decir, ya debe ver a un terapeuta en WellPower)

Descripción de clases y grupos

Grupos terapéuticos:

Dungeons & Dragons & Feelz: Te encuentras en una tumba fría, débilmente iluminada por la luz de una antorcha. Un aire frío persiste en la habitación, las telarañas y el polvo antiguo cubren la mayoría de las superficies. Este es un lugar que el tiempo ha olvidado. Te sentirías asustado si estuvieras aquí sólo, pero tienes a tus amigos. Compañeros de aventura que se han puesto a prueba contra los monstruos y la magia. Este es un **grupo cerrado** donde practicamos el apoyo, las habilidades sociales y las discusiones sobre emociones. Si tiene preguntas o interés llame a Matt Lescroart a 303-504-3992 o envía un correo a matt.lescroart@wellpower.org.

El arte de darse cuenta: ¿Alguna vez has sentido que no te das cuenta de lo que ocurre a tu alrededor o incluso dentro de ti mismo? Únete a nosotros en el Arte de darse cuenta. En este grupo, vamos a enseñar habilidades en torno a estar presentes y atentos mediante la conexión con la naturaleza, la práctica de la creatividad, y estar bien conectados con nosotros mismos así como con el mundo que nos rodea. Si tienes preguntas sobre el grupo, ponte en contacto con Briana en briana.heller@wellpower.org.

Compartir y cuidar: ¿Tienes un comportamiento o un hábito que quieres cambiar? El grupo compartir y cuidar es un lugar donde puedes COMPARTIR tus experiencias sobre el cambio de comportamientos que te impiden avanzar. También tendrás la oportunidad de CUIDAR a otros en su camino hacia un cambio positivo. Este grupo es para mayores de 18 años. Si tienes preguntas o deseas participar en el grupo, por favor comunícate con Roberta Robinson al 303-504-3995 o en roberta.robinson@wellpower.org.

Descripción de clases y grupos

Grupos terapéuticos:

Grupo de apoyo a familiares y cuidadores

Día / Hora / Lugar: Todos los martes, 4:00pm - 5:00pm, en persona en la Clínica Wellshire / Dickenson ubicado en: 4141 E Dickenson Place, Denver, CO 80222.

Descripción: Este grupo abierto y **gratuito** proporciona un espacio para que los miembros de la familia (mayores de 18 años) se conecten con otros que están apoyando a una persona joven que padece síntomas de salud mental, incluida la psicosis. Los temas semanales varían, pero pueden incluir psicoeducación, habilidades de comunicación, recursos comunitarios y/o debate sobre el bienestar familiar en un entorno de grupo de apoyo.

Para participar, envíe un correo electrónico a allie.morris@wellpower.org o a dennis.vega@wellpower.org. Actualmente, el grupo se imparte en inglés. Disponemos de servicios de interpretación y esperamos crear un grupo en español a medida que surja interés.

Gestión de casos sin cita previa

¿Necesitas ayuda con alguno de los siguientes temas?

- Solicitar/renovar prestaciones como Medicaid, SNAP, LEAP, etc.
- Aprender sobre diferentes opciones de vivienda asequible
- Obtener documentos vitales
- Conectarse a los recursos comunitarios

(Estos son algunos ejemplos con los que podemos ayudar) Para unirse a este grupo, o si tienes alguna pregunta, envía un correo electrónico a

caleb.kline@wellpower.org.

****Excursiones por la Comunidad**:**

****Café comunitario Word Works****

En persona en la Biblioteca Blair Caldwell en 2401 Welton St, Denver, CO 80205. El grupo se reunirá en la sala de juntas de la Fundación de Colorado Black Chamber of Commerce, que está a la derecha (luego a la izquierda por un pasillo) justo después de entrar en la biblioteca. Jim o Allie esperarán cerca de la entrada antes de que comience el grupo. Un lugar de encuentro semanal para los esfuerzos creativos de todas las variedades, con énfasis en la escritura creativa, la poesía y las obras de la palabra hablada. Este grupo se centra en la utilización de la escritura creativa y la expresión como un medio para explorar las complejidades de la vida y dar sentido a nuestras experiencias. La primera mitad de este grupo se centra en la creación, y la segunda mitad del grupo se centra en (opcional) compartir. Habrá materiales disponibles para escribir y hacer arte. Ven a tomar una taza de café o té y únete a nosotros! Envía un correo electrónico a jim.schnebly@wellpower.org o a allie.morris@wellpower.org si tienes alguna pregunta sobre el grupo o si quieres unirse.

Descripción de clases y grupos

Grupos de prevención:

Grupos en el Campus Dahlia

Nota Importante: Si vas a asistir a un grupo de prevención con Emerson St. por primera vez, por favor ponte en contacto con Sarah Shipman al (303) 504-3989 o Evan Klein al (303) 504-3984 una vez que llegues para que podamos encontrarte. Los que asisten por primera vez deben asistir a uno o dos "grupos para nuevos participantes" antes de asistir a una excursión con Emerson St., y toda la documentación debe estar firmada (por un padre o tutor si es menor de 18 años). Debido al cierre de nuestro edificio, los "grupos para nuevos participantes" aparecerán en *cursiva azul oscuro y con una estrella dorada al lado.* ★

Arte y juegos de mesa: ★

¿Te gustan los juegos? ¡Los tenemos! ¿Te gusta el arte? ¡Tenemos material de arte! Únete a nosotros en el campus Dahlia para un grupo de actividades mixtas, lo que más te apetezca. Decidiremos qué hacer basándonos en una decisión de grupo, pero sea cual sea la actividad ¡seguro que nos divertiremos!

Grupo de planificación del retiro de invierno: ★

¡De vuelta por demanda popular! Emerson St. se dirige a Winter Park durante 3 días y 2 noches, donde nos asociaremos con el National Sports Center (Centro Nacional de Deportes para Discapacitados) para una aventura de esquí y snowboard. El 8 de abril, nos dirigiremos a nuestra ubicación de Airbnb, donde vamos a disfrutar de una comida juntos y se instalarán en habitaciones con camas literas. El 9 de abril, saldremos a las pistas a las 8 de la mañana, donde cada participante se asociará con un entrenador para aprender a esquiar o a hacer snowboard. Volveremos a última hora de la tarde para descansar un poco, y al día siguiente nos dirigiremos a Fraser Hill para hacer tubing y luego volveremos a Emerson St. Todos los participantes deben ser mayores de 18 años. Si estás interesado en esta excursión, ***debes*** asistir al menos a 1 grupo de planificación en el mes de febrero, y a 2 más durante el mes de marzo. Se aplicarán otros requisitos. Por favor, envía un correo electrónico a ***ambos*** evan.klein@wellpower.org y a sarah.shipman@wellpower.org si tienes alguna pregunta—o puedes simplemente preséntarte a un grupo de planificación con tus preguntas.

Como ser adulto en rehabilitación Psi: Como parte del equipo de rehabilitación Psi, Nekeata y Dennis ayudan a las personas con sus objetivos de empleo y educación. ¡Así que si necesitas ayuda para encontrar/mantener un trabajo, explorar opciones escolares, ayuda con los deberes, o cualquier otra cosa, entonces deberías pasar por aquí! Si tienes alguna pregunta, por favor ponte en contacto con Dennis Vega en el 303-873-3628 en dennis.vega@wellpower.org.

Horario de apoyo educativo entrada libre:

VIRTUAL: Lunes (cada semana): 11:00 - 12:00 y 5:00 p.m. - 6:00 p.m.

****Los Martes (cada semana): 12:00 - 3:00 p.m. en la Unión estudiantil Tivoli en el campus Auraria****

Tienes preguntas sobre la universidad, la preparatoria o el GED? Asiste durante el horario de apoyo educativo para cualquier necesidad académica. Si necesitas ayuda para averiguar cosas como la ayuda financiera, la selección de clases, los recursos del campus/comunidad, los requisitos de graduación, las opciones de la escuela preparatoria, técnicas de estudio, exploración de carreras, u otras necesidades académicas relacionadas ... ¡Este es el lugar para ti! Por favor, ponte en contacto con Dennis Vega en 303-873-3628 o dennis.vega@wellpower.org para recibir el enlace de la reunión virtual o para ponerse en contacto antes de reunirse en persona en Tivoli.

Descripción de clases y grupos

Grupos de prevención:

****Excursiones por la comunidad**:**

Por favor, envía un correo electrónico a sarah.shipman@wellpower.org y evan.klein@wellpower.org si deseas asistir a una excursión lo antes posible, a más tardar 5 días antes de la excursión. Nota Importante: Si vas a asistir a un grupo de prevención con Emerson St. por primera vez, por favor ponte en contacto con Sarah Shipman al (303) 504-3989 o Evan Klein al (303) 504-3984 una vez que llegues para que podamos encontrarte. Los que asisten por primera vez deben asistir a uno o dos "grupos para nuevos participantes" antes de asistir a una excursión con Emerson St., y toda la documentación debe estar firmada (por un padre o tutor si es menor de 18 años). Debido al cierre de nuestro edificio, los "grupos para nuevos participantes" aparecerán en cursiva azul oscuro y con una estrella dorada al lado.

¡NUEVO! Empezando en abril, los participantes de Emerson St se reunirán en el lugar que se indica en el calendario en vez de hacerlo en Emerson St para las excursiones de los jueves. Consulte la descripción de cada excursión para encontrar la ubicación. Si tienes alguna pregunta, póngase en contacto con Sarah Shipman en sarah.shipman@wellpower.org o con Evan Klein en evan.klein@wellpower.org.

****Enchanted Grounds**:** ¡Ponte a jugar mientras disfrutamos de diferentes opciones de café, refrescos y té! Enchanted Grounds ofrece juegos, rompecabezas, una pequeña selección de cómics y un impresionante equipo de jardineros que te ayudarán a sentirte como en casa. Nos reuniremos en Emerson St y conduciremos juntos para explorar un nuevo lugar para disfrutar de deliciosas bebidas y fabulosos juegos!

****Mutiny Information Café**:** Mutiny Information Café es una cafetería, librería y tienda de cómics "todo en uno". Durante este grupo nos reuniremos en el café para disfrutar de una bebida y algunos aperitivos, mientras pasamos el tiempo hojeando y socializando. La tienda tiene nuevos cómics semanales y una multitud de ediciones pasadas con lo nuevo y lo viejo para elegir. Mutiny information cuenta con una colección siempre cambiante de ejemplares principales clásicos de Marvel, DC, Image y, al parecer, están ampliando su selección de libros de manga y kits de Gunpla. **Por favor toma nota: no proporcionaremos transporte para esta salida. Deberás organizar tu propio transporte de ida y vuelta. Nos reuniremos en la tienda a las 2:30pm. La dirección es 2 S. Broadway, Denver, CO 80209..**

****Excursión al cine**:** Echas de menos los grupos de cine? ¡Nosotros sí, nosotros sí! Durante este grupo, Emerson se dirigirá a un cine para ver una película seleccionada antes del grupo. Emerson pagará el costo del boleto-si quieres concesiones, por favor planea traer tu propio dinero. La hora de regreso a Emerson dependerá de la película seleccionada por el grupo. Debes enviar un correo electrónico a sarah.shipman@wellpower.org y evan.klein@wellpower.org antes del viernes 12 de abril para confirmar tu asistencia a esta excursión.

Descripción de clases y grupos

****Excursiones por la comunidad**:**

Por favor, envíe un correo electrónico a sarah.shipman@wellpower.org y evan.klein@wellpower.org si deseas asistir a una excursión lo antes posible, a más tardar 5 días antes de la excursión. Nota Importante: Si vas a asistir a un grupo de prevención con Emerson St. por primera vez, por favor ponte en contacto con Sarah Shipman al (303) 504-3989 o Evan Klein al (303) 504-3984 una vez que llegues para que podamos encontrarte. Los que asisten por primera vez deben asistir a uno o dos "grupos para nuevos participantes" antes de asistir a una excursión con Emerson St., y toda la documentación debe estar firmada (por un padre o tutor si es menor de 18 años). Debido al cierre de nuestro edificio, los "grupos para nuevos participantes" aparecerán en cursiva azul oscuro y con una estrella dorada al lado.

****Club cultural en Kona Hawaiian BBQ**:** Emerson Street se dirige a Kona Hawaiian BBQ para otra excursión del club cultural, esta vez podremos disfrutar de un sabor hawaiano. Kona Hawaiian BBQ es un restaurante rápido e informal conocido por sus auténticos platillos hawaianos y otras especialidades de las islas. Según sus propias palabras: "Nuestro objetivo es combinar la cultura y el espíritu 'Aloha' de Hawaii en nuestros restaurantes para traer el sabor de las islas con un servicio excepcional a un ambiente acogedor." **Nos reuniremos en Emerson St y proporcionaremos transporte al restaurante. Debes enviar un correo electrónico a sarah.shipman@wellpower.org y evan.klein@wellpower.org antes del viernes 19 de abril para asistir a este evento.**

****The Molecule Effect**:** Molecule Effect es una cafetería y espacio artístico ecléctico y acogedor:

"Para nosotros, se trata de una mezcla de productos seleccionados personalmente, basados en la calidad, la integridad y en lo delicioso que son. Combinamos esto con un personal estupendo y la cantidad justa de cosas que nos encantan, como el arte y nuestra cultura local. Si a esto le añadimos nuestro deseo de crear comunidad, se crea una gran química: "Molecule Effect"." **Por favor ten en cuenta que no proporcionaremos transporte para esta excursión. Debes organizar tu propio transporte de ida y vuelta a la cafetería. Nos reuniremos en el parque Wash a las 2:30pm. La dirección es 300 S. Logan St, Ste 100, Denver, CO 80209.**

****Comics y Batidos**:** ¡Únete a nosotros en una aventura llena de diversión! Durante este grupo, nos dirigiremos a Mile High Comics y pasaremos el tiempo examinando la selección de cómics. Cuando nos hayamos saciado de arte y literatura, nos dirigiremos a Littleman Ice cream para degustar algunos de los mejores batidos. No te pierdas esta emocionante expedición para explorar algunos de los lugares más divertidos y deliciosos de Denver! **Nos reuniremos en Emerson St y proporcionaremos transporte para esta excursión. Debes enviar un correo electrónico a sarah.shipman@wellpower.org y evan.klein@wellpower.org antes del viernes 26 de abril para asistir a esta excursión.**

****Jardines botánicos de Denver**:** Únete a nosotros para una excursión a los hermosos Jardines Botánicos de Denver, que presentan una amplia gama de jardines y colecciones en veinticuatro hectáreas. Los jardines reflejan una diversidad cada vez mayor de plantas procedentes de todos los rincones del mundo. Cubriremos los gastos de entrada y luego podrás explorar los jardines a tu ritmo. Puedes quedarte todo el tiempo que desees, ya que los jardines permanecerán abiertos hasta las 7pm. **Ten en cuenta que no proporcionamos transporte para esta excursión. Deberás organizar tu propio transporte de ida y vuelta a los jardines. Nos reuniremos en la entrada a las 2:30pm. La dirección es 1007 York St, Denver, CO 80206.**