

En esta edición:

El centro de recursos reinventado

¡El evento Jeopardy ha sido rediseñado! Ahora se conoce como el evento Game Show

El apoyo entre pares con el programa Zero Suicide de WellPower ahora es cada semana

Prácticas de formación profesional

Nuestro primer evento benéfico para la comunidad

Karaoke comunitario: ¡Cante, baile y diviértase!

Seleccione su estilo: ¡un impulso mensual para el cuidado personal!

Fechas importantes y días festivos de esta temporada

Trabajadores vocacionales del mes

NextChapter (Siguiendo capítulo)

The Resource Center (Centro de Recursos)

1075 Galapago St, Denver, CO 80204
(303) 504-6800 Teléfono
(303) 892-5591 fax

NextChapter (Siguiendo capítulo)

456 Bannock St. Denver, CO 80204
Teléfono principal: (303) 504-1700

La orientación se realiza únicamente a través del terapeuta o del gestor de casos.

PRIMAVERA 2026

¿Qué novedades hay en el Centro de Recursos?



Próximos eventos

Martes de smoothies

El primer martes del mes, de 1:30 - 2:30 p.m.

- 3 de marzo, 7 de abril, 5 de mayo

Seleccione su estilo

El segundo martes de cada mes, de 7:30 a 10:00 a.m. y 11:30 a.m. a 2:15 p.m.

- 10 de marzo, 14 de abril, 12 de mayo

Día del evento Game Show

El tercer martes de cada mes, de 1:00 a 2:30 p.m.

- 17 de marzo, 21 de abril, 19 de mayo

Helado Social

El cuarto martes de cada mes, de 1:00 - 1:45 p.m.

- 24 de marzo, 28 de abril, 26 de mayo



Hemos reinventado el Centro de Recursos

Nuevo horario de servicio del Centro de Recursos

El Centro de Recursos abrirá sus puertas a las 7:00 a. m. a todos los miembros de la comunidad que sean elegibles. Anteriormente ofrecíamos un horario para niños y familias, separado del horario para adultos, ahora serán un mismo horario para todos. Todos los miembros de la comunidad que sean elegibles podrán acceder a servicios de atención sin cita previa, suministro de alimentos, servicio de almuerzo, Shopette y grupos/eventos durante el horario de atención de 7:00 a. m. a 3:00 p. m.

Horario semanal de servicio

- **Lunes – 7:00 a.m. – 3:00 p.m.**
- **Martes – 7:00 a.m. – 3:00 p.m.**
- **Miércoles – 7:00 a.m. – 3:00 p.m.**
- **Jueves – 7:00 a.m. – 1:00 p.m.**
- **Viernes – 7:00 a.m. – 3:00 p.m.**

Nuevo horario de servicio de la Shopette

El horario semanal de la Shopette se ampliará 10 horas más. Anteriormente ofrecíamos un horario en la Shopette para niños y familias, separado del horario para adultos, ahora serán un mismo horario para todos. Consulte el nuevo horario de la Shopette.

Horario de semanal de servicio

- **Lunes – 8:00 – 10:30 a.m. y 12:00 – 2:30 p.m.**
- **Martes – 8:00 – 10:30 a.m. y 12:00 – 2:30 p.m.**
- **Miércoles – 8:00 – 10:30 a.m. y 12:00 – 2:30 p.m.**
- **Jueves – 8:00 a.m. – 12:30 p.m.**
- **Viernes – 8:00 – 10:30 a.m. y 12:00 – 2:30 p.m.**

Acerca de WellPower: Sabemos que la búsqueda de vivir, sentirse y estar bien es diferente para cada persona. En WellPower, impulsamos la búsqueda del bienestar apoyando y promoviendo la conexión vital entre la salud mental de una persona y el bienestar general. Nuestros servicios, reconocidos a nivel nacional, ayudan a los niños, familias y adultos de la comunidad de Denver a crear un camino hacia una vida más feliz y saludable.



Hemos reinventado el Centro de Recursos

Nuevo programa de suministro de alimentos

La operación actual del Banco de alimentos de cada viernes se transformará en un Mercado diario. El Mercado le ofrecerá una variedad de alimentos durante la semana, con una selección diferente cada día. Los participantes podrán acceder al Mercado diario, todos los días durante el horario de servicio (consulte el nuevo horario de suministro de alimentos). Con este cambio al horario y al acceso, se amplía el acceso de alimentos a 23 horas por semana para todos los miembros de la comunidad.

Banco de alimentos → Mercado diario

- **Lunes – 8:00 a.m. – 2:00 p.m.**
- **Martes – 8:00 a.m. – 2:00 p.m.**
- **Miércoles – 8:00 a.m. – 2:00 p.m.**
- **Jueves – 8:00 a.m. – 1:00 p.m.**
- **Viernes – 8:00 a.m. – 2:00 p.m.**

Cajas de alimentos en caso de emergencia

El Centro de Recursos ya no ofrecerá cajas de alimentos en caso de emergencia con la solicitud del equipo clínico. Ahora, el Campus Dahlia para la Salud y el Bienestar ofrecerá las cajas de alimentos en caso de emergencia. Por favor, consulte con su equipo de atención sobre cómo obtener una caja de alimentos en caso de emergencia.

Servicio de almuerzo caliente

El Centro de Recursos ofrecerá almuerzos calientes de lunes a viernes, de 11:00 a. m. a 12:00 p. m. Los almuerzos son limitados y se servirán por orden de llegada.

- Los miembros del equipo clínico y los cuidadores que participan activamente en la prestación de servicios de las personas en el Centro de Recursos también pueden disfrutar de un almuerzo con estas personas en el edificio.

Artículos solicitados por el gestor de casos

- El Centro de Recursos **ya no** comprará colchones inflables ni los ofrecerá como una asignación única a los miembros elegibles de la comunidad con la solicitud del equipo clínico. La disponibilidad de colchones inflables se basará en las donaciones recibidas y se asignarán por orden de llegada en la Shopette.
- El Centro de Recursos **continuará** ofreciendo cajas de mudanza, sacos de dormir y equipo médico (equipo médico sujeto a la disponibilidad) como una asignación única a miembros de la comunidad elegibles con la solicitud del equipo clínico.
- Comuníquese con ResourceCenter@wellpower.org para realizar solicitudes.

El evento Jeopardy ha sido rediseñado! Ahora se conoce como el evento Game Show.

Aunque Jeopardy siempre es muy divertido, ¡esta vez vamos a darle un giro! ¿Qué le parecería unirse a nosotros para jugar a Charadas, La rueda de la fortuna y/o Pictionary? El centro de recursos ha ampliado este evento para ofrecer aún más variedad, energía y oportunidades de mostrar diferentes talentos. Prepare sus conocimientos de cultura general, dé rienda suelta a su talento artístico o saque a relucir su faceta de actor, porque esta reunión inspirada en los concursos televisivos "game shows" gira en torno a la diversión, la creatividad y la competición amistosa. ¡Estamos deseando disfrutar de estas actividades con usted!



El apoyo entre pares con el programa Zero Suicide de WellPower ahora es cada semana



Debido a la gran demanda, este grupo apoyo entre pares con el programa Zero Suicide de WellPower ahora se reunirá **todos los lunes de 12:00 - 1:00 p.m.** El objetivo de Zero Suicide es apoyar a las personas que luchan contra los pensamientos suicidas o las autolesiones. Si tiene alguna pregunta, hable con el personal.

Aquí tiene algunos ejemplos de cómo los compañeros de Zero Suicide pueden ayudarle si tiene pensamientos suicidas o de autolesión:

- Apoyo durante las fases de transición (salida del hospital, incorporación a la comunidad, cambio a otro proveedor de servicios, etc.).
- Ayuda para explorar los recursos comunitarios.
- Apoyo a través de un espacio seguro, no clínico y sin prejuicios durante su proceso de recuperación.
- Contactar con alguien que haya vivido la misma experiencia para que le acompañe a lo largo de su proceso de recuperación de la salud mental.

Panel de anuncios del centro de recursos

El centro de recursos ya cuenta con presencia en Internet.

Nuestro panel es donde podrá ver nuestro horario, los próximos eventos, nuestro menú semanal y también donde podrá descargarse nuestro boletín y calendario sin necesidad de entrar en nuestro edificio. Visítenos en línea en: wellpower.org/resource-center-dashboard

(También puede escanear este código QR)



Panel de control del Centro de recursos



Nuestro panel es un lugar excelente para decirnos cómo podemos mejorar nuestros programas, qué le gustaría que se hiciera más o menos y/o compartir sus ideas y opiniones con nosotros.

Bienvenido al panel de control del Centro de recursos

Aquí encontrará nuestro horario de clases, eventos, formas de comunicarse con el personal del Centro de Recursos, mensajes importantes y más.

Mensajes importantes

Hoja informativa

Eventos especiales

Calendario mensual

Contáctenos

Mensajes importantes

El **menú semanal del almuerzo** en el Centro de Recursos es:

- **Lunes:** Muslos de pollo con hierbas, puré de papas, pan de maíz
- **Martes:** Pollo al pesto con verduras, ensalada de remolacha y maíz al vapor
- **Miércoles:** Gulash de ternera, calabacín salteado, guisantes al vapor
- **Jueves:** Sándwiches de ensalada de pollo
- **Viernes:** Sándwiches de pavo y queso

Recordatorio: El barrido de calles se realiza la primera semana del mes (de abril a noviembre) en el Centro de Recursos. El estacionamiento en la calle puede ser limitado durante este periodo.

Prácticas de formación profesional

El programa de formación profesional del Centro de Recursos ofrece experiencia laboral a las personas de WellPower que desean aprender un oficio o una habilidad profesional. El objetivo es ayudarles a adquirir habilidades y experiencias laborales que les permitan encontrar un empleo estable en sus comunidades.

Debido al gran número de solicitudes recibidas, no todos los candidatos serán seleccionados para una entrevista.

Cada programa ofrece nueve meses de formación práctica para facilitar la búsqueda de un empleo estable en un mercado laboral competitivo. El programa de formación profesional de WellPower ofrece los siguientes puestos:

- Personal de bienvenida en la puerta
- Administrativo
- Servicio al cliente
- Inventario

Si le interesa:

Por favor, escanee el código:



o vaya a:

<https://job-boards.greenhouse.io/vocationaltraineeexperience>



Nuestro primer evento benéfico para la comunidad

El 9 de diciembre de 2025, muchos miembros de nuestra comunidad se reunieron para compartir sus increíbles talentos y devolver algo a la comunidad. Se crearon más de 1200 artículos, entre los que se incluían camisetas, pendientes, peines y llaveros de resina, collares, gorros y bufandas de punto, y pulseras. Gracias a todos los talentosos miembros de la comunidad que compartieron sus habilidades y a todos los que se unieron a nosotros en este evento.



Arte y manualidades

El grupo de arte y manualidades es de los más longevos, es una oportunidad para mostrar su creatividad y explorar nuevas formas de dar vida a sus ideas. En el pasado, los proyectos han incluido la fabricación de velas, proyectos de joyería, camisas teñidas y mucho más. Esta clase es semanal **los martes de 8:00 a 10:00 a.m.**



Karaoke comunitario: ¡Cante, baile y diviértase!

Le animamos a que se una a nuestro evento de karaoke comunitario, en el que todos son bienvenidos, sin necesidad de tener habilidades para cantar o bailar. Este evento se centra en divertirse, relajarse y celebrar juntos el buen ambiente. Tanto si le gusta cantar a todo pulmón sus canciones favoritas, bailar al ritmo de la música o simplemente animar a sus amigos, este es su lugar.

Le espera un ambiente acogedor y sin prejuicios, lleno de risas, música y muchas oportunidades para subir al escenario (¡no quedarse en su asiento y bailar!). Con un público que le animará, esta es la oportunidad perfecta para probar algo nuevo y disfrutar de una tarde de puro entretenimiento.

Venga tal y como es: cante a pleno pulmón, baile libremente y disfrute del espíritu comunitario.



La Salud Mental Importa

Venga y explore diferentes temas relacionados con la salud mental, tales como los diagnósticos, los síntomas, las habilidades de afrontamiento y mucho más. Esta clase esta dirigida por una terapeuta licenciada, Mikaeyla Hammond. El objetivo es ofrecer un espacio para la educación y la discusión sobre temas específicos de salud mental.

Cada mes se explorará un tema diferente, con sesiones **dos veces al mes, el segundo y cuarto martes de cada mes, de 12:00 a 1:00 p.m.**

BINGO regular y BINGO salvaje

¡Únase a nosotros para jugar al BINGO regular, un gran clásico que ofrece fantásticos premios y aún mejor compañía! Es la forma perfecta de relajarse, socializar y poner a prueba su suerte.

¿ Se siente con ganas de aventura? No se pierda el BINGO salvaje, una versión divertida del juego tradicional que se celebra una vez al mes, con nuevos y divertidos patrones y la oportunidad de ganar un premio aún mayor gracias a nuestro billete dorado ¡(3 victorias durante ese día equivalen a un premio de nivel de regalo)!

- **El BINGO regular es todos los miércoles a las 9:30 - 11:00 a.m. y 12:30 - 2:00 p.m.**
- **El BINGO salvaje solo se celebra el último viernes del mes y es de 9:30 a.m. a 11:00 a.m.**

Seleccione su estilo: ¡Un impulso mensual para el autocuidado!

¿Siente que necesita incorporar un poco más de autocuidado en su vida? ¿Tal vez sólo necesite algunos artículos de higiene? Únase a nosotros en el centro de recursos el segundo martes del mes para nuestro evento mensual Seleccione su estilo (Select Your Style). Este evento mensual le da la oportunidad de elegir hasta cinco (5) artículos de higiene, totalmente gratis.

Ya sea para reponer existencias o simplemente darse un capricho, Seleccione su estilo es una forma estupenda de priorizar su bienestar y sentirse bien.

¡Esperamos verle allí!

Próximas fechas de Seleccione su estilo:

- 10 de marzo
- 14 de abril
- 12 de mayo

Horarios:

- 7:30 - 10:00 a.m.
- 11:30 a.m. - 2:15 p.m.

Algunos ejemplos de artículos que hemos tenido en el pasado:

- Lentes de sol y para leer
- Maquillaje (cara y ojos)
- Jewelry
- Bolsas reutilizables
- Cuidado de las uñas y barba
- Tinte para el cabello/Accesorios
- Champú y gel de baño
- Productos para el cuidado de la piel
- Perfumes y colonias
- Artículos de afeitado
- Suministros de primeros auxilios
- Cepillos y peines para el cabello
- Pelucas y extensiones
- Fundas para teléfonos/tabletas



Fechas y fiestas importantes de esta primavera

20 de marzo: Ostara (wicca/paganismo)

Ostara es una antigua festividad pagana que celebra la llegada de la primavera. Tiene sus raíces en antiguas tradiciones paganas, en particular las de origen germánico y celta. Ostara recibe su nombre de la diosa germánica Eostre, cuyo nombre evoca el amanecer y la luz floreciente de la primavera, y encarna el ritmo cíclico del renacimiento de la naturaleza. En la época precristiana, las comunidades de toda Europa se reunían para honrar a Eostre y celebrar el equinoccio de primavera, que anunciaba el regreso del calor y la fertilidad a la tierra. **Para obtener más información, escanee el código QR de la derecha.**



31 de marzo: Día Internacional de la Visibilidad Transgénero (TDOV, por sus siglas en inglés)

Cada 31 de marzo se celebra en todo el mundo el Día de la Visibilidad Transgénero (TDOV, por sus siglas en inglés) para concienciar sobre la realidad de las personas transgénero. Se trata de un día para celebrar las vidas y contribuciones de las personas trans, así como para llamar la atención sobre los niveles desproporcionados de pobreza, discriminación y violencia a los que se enfrenta esta comunidad en comparación con la cisgénero (no transgénero). El TDOV internacional fue creado en 2010 por la activista transgénero Rachel Crandall. **Para obtener más información, escanee el código QR de la izquierda.**

22 de abril: Día de la Tierra

El Día de la Tierra se celebró por primera vez el 22 de abril de 1970, con la asistencia de aproximadamente 20 millones de personas en actos inaugurales celebrados en decenas de miles de lugares de todo Estados Unidos, entre ellos escuelas primarias y secundarias, universidades y centros comunitarios. El senador Gaylord Nelson fue el promotor de esta celebración, y realizó un llamamiento a los estudiantes para que lucharan por el medio ambiente con la misma energía que habían demostrado al oponerse a la guerra de Vietnam. En el vigésimo aniversario del primer evento, más de 200 millones de personas de 141 países participaron en las celebraciones del Día de la Tierra. Las celebraciones siguen creciendo. **Para obtener más información, escanee el código QR de la derecha.**



Fechas y fiestas importantes de esta primavera

Del 13 al 14 de abril: comienza el Yom Hashoah al atardecer (judío)

El Departamento de Estado de Estados Unidos organiza cada año un acto conmemorativo del Yom HaShoah, a menudo en colaboración con el cuerpo diplomático internacional en Washington D. C., para honrar la vida y la memoria de los seis millones de judíos asesinados durante el Holocausto y de las demás víctimas de la persecución nazi. El Yom HaShoah rinde también homenaje a los supervivientes de ese momento tan oscuro de la historia y a aquellos héroes que encontraron la fuerza para resistir la opresión nazi. **Para obtener más información, escanee el código QR de la derecha.**



1 de mayo: Día de Visakha Puja (budismo)

El Día de Visakha Puja o Día de Vesak es una de las festividades más importantes del budismo. En este día, los budistas se reúnen para conmemorar la vida del Señor Buda, venerar su pureza, su profunda sabiduría y su inmensa compasión por toda la humanidad y los seres vivos, y reflexionar sobre sus enseñanzas para aplicarlas como guía en sus vidas. El Día de Visakha Puja también conmemora tres acontecimientos significativos en la vida del Buda: su nacimiento, su iluminación y la consecución del nirvana, que tuvieron lugar el día 15 del sexto mes lunar. **Para obtener más información, escanee el código QR de la izquierda.**

25 de mayo – Día de los Caídos

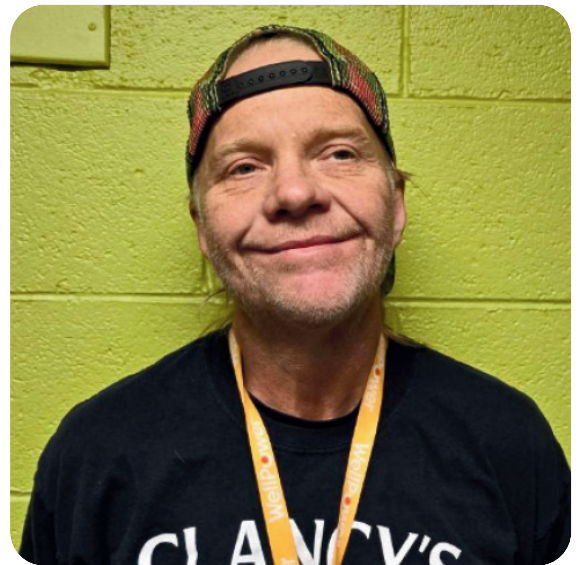
Los estadounidenses comenzaron a celebrar el Día de los Caídos en 1868 y el país lo estableció como festivo federal en 1971. Originalmente conocido como «Día de la Decoración», la festividad comenzó con la reunión de las comunidades para decorar las tumbas de quienes murieron durante el servicio. Tras la Guerra Civil, los estadounidenses de todo el país comenzaron a honrar a los soldados caídos en primavera, decorando sus tumbas con flores y recitando oraciones. Algunos registros muestran que los antiguos esclavos de Charleston (Carolina del Sur) organizaron las primeras conmemoraciones del Día de los Caídos en 1865. **Para obtener más información, escanee el código QR de la derecha.**



Trabajadores vocacionales del mes



SeeSee
Enero 2026
A la Izquierda



Tim
Febrero 2026
A la derecha



Bam
Marzo 2026
A la Izquierda

¿Preguntas o preocupaciones?

Por favor, póngase en contacto con nosotros en el Centro de Recursos:

- (303) 504-6800
- Resourcecenter@wellpower.org



WellPower™ NextChapter

Educación con apoyo comunitario

Nuestro programa de educación comunitaria ayuda a los estudiantes interesados en cursar estudios superiores en la comunidad. Nuestros asesores educativos acompañan a las personas durante el proceso educativo, desde el principio hasta el final, y también les ofrecen apoyo dentro del campus.

Educación general

Impartimos clases para desarrollar habilidades para la educación comunitaria, la búsqueda de empleo o el conocimiento general. Ofrecemos clases de informática, lectura, matemáticas, español y escritura, así como clases particulares de diversas asignaturas. También ayudamos a encontrar oportunidades de voluntariado, tanto internas como comunitarias, para explorar más a fondo y prepararse para una carrera profesional.

Empleo asistido

El empleo es un objetivo importante para las personas a las que servimos y es un factor clave en su recuperación. En NextChapter enseñamos habilidades profesionales, realizamos evaluaciones y conectamos a las empresas del área de Denver con empleados productivos y motivados.

Formación culinaria

Le ofrece a los alumnos la oportunidad de adquirir una valiosa formación remunerada en el puesto de trabajo mientras se preparan y sirven comidas nutritivas en el Sally's Café, un restaurante de Next Chapter. La formación ofrece a los participantes la oportunidad de ver cómo funciona una entidad de servicios alimentarios y de explorar diferentes áreas de trabajo que podrían estar interesados en desempeñar dentro de la comunidad.

Servicios de apoyo entre pares

NextChapter reconoce la importancia de las experiencias vividas y ofrece servicios de apoyo entre pares. Apoyo individual y grupal, clases y talleres dirigidos por pares y oportunidades de formación y empleo.

Programa artístico de NextChapter

El estudio de arte NextChapter ofrece a las personas una amplia gama de materiales e instrucción, así como un espacioso y acogedor estudio de arte para crear diversas obras de arte visual. Ayudamos a los artistas a expresarse creativamente como parte de su proceso de recuperación.

Salud y bienestar

Nos centramos en el bienestar y la recuperación integral de la persona. Esto incluye la salud física y la nutrición. Además de nuestro gimnasio y estudio, organizamos excursiones a centros recreativos, clases de nutrición, sesiones de meditación en grupo y otras actividades para promover un estilo de vida saludable.