

MAYO 2026

WellPower™  
**NextChapter**

Su vistazo mensual a nuestras noticias y eventos

**En esta edición:**

—

Excursiones y talleres  
de marzo

—

Nuevas clases y  
anuncios

—

Programa culinario

—

Resumen de los  
programas  
de empleo y de  
aprendizaje y  
bienestar

—

Cómo unirse a las  
clases en línea

—



# Día de los caídos

lunes 25 de mayo, 2026

NextChapter permanecerá

**ABIERTO**



**Información de contacto**

NextChapter (SiguienteCapítulo)  
lunes- viernes, 8:00 a.m. - 4:30 p.m.  
456 Bannock St., Denver, CO 80204  
(303) 504-1700

9:00 a.m. - 3:00 p.m.

**¡Inscríbese hoy mismo!**

(Consulte los detalles en la página 10)

## Excursiones de mayo

**ATENCIÓN:** Para proteger la privacidad de los participantes, por favor reúnanse en la cafetería y esperen al facilitador para las excursiones, en lugar de reunirse en la recepción.

Debido a la alta demanda de nuestras excelentes excursiones, por favor sólo inscríbese a **2 excursiones por mes**. Puede unirse a las listas de espera de otros eventos.

### **La Expo de monedas en Denver 1 de mayo (viernes)**

**1:00 – 4:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Descubra una amplia selección de monedas poco comunes e históricas, dinero y metal precioso, mientras explora el arte, la historia y la artesanía que hay detrás de la numismática.

**Facilitado por: Pedro**

## Más excursiones:

### **Pasando por la acera a Parlor Doughnuts**

**4 de mayo (lunes)**

**9:00 a.m. – 12:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Explorar, comer y jugar.

**Facilitado por: Hunter**

### **Programas de terapia asistida con animales de Colorado**

**4 y 11 de mayo (lunes)**

**9:00 a.m. – 12:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Conocerá conejos, cobayas, hurones, ratas, gatos, gallinas, burros, cabras, alpacas y caballos miniatura. Podrá realizar una visita guiada y, si lo desea, pasar un rato tranquilo con cada animal.

**Facilitado por: Alyssa**

### **Jardines Botánicos**

**5 de mayo (martes)**

**1:00 – 3:00 p. m.**

**5 plazas disponibles**

**Facilitado por: Alyssa**

## Excursiones de mayo

### **Red Rocks**

**5 de mayo (martes)**

**1:00 – 3:30 p.m.**

**10 plazas disponibles**

Disfrute de un poco de ejercicio moderado entre las rocas y camine por el anfiteatro para visitar el Salón de la Fama, recién remodelado. Le recomendamos que use calzado cómodo.

**Facilitado por: Steph y Jessica**

### **Pacific Ocean Marketplace y tienda de segunda mano**

**6 de mayo (miércoles)**

**1:00 – 3:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

**Facilitado por: Alyssa**

## **Más excursiones:**

### **Aqua Golf**

**8 de mayo (viernes)**

**1:00 – 4:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Disfrute de una excursión divertida y activa que incluye minigolf y un campo único de prácticas acuáticas, donde podrá participar en competencias amistosas, mejorar sus habilidades y pasar un rato al aire libre en un ambiente recreativo y relajado.

**Facilitado por: Pedro**



Crédito de la foto: NextChapter  
Estudiante de fotografía Rachel Enkey

## Excursiones de mayo

### Visite Castle Rock

**11 de mayo (lunes)**

**1:00 – 4:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Un pueblo tan cercano, pero que parece tan lejano.

**Facilitado por: Hunter**

### Grupo de cine

**12 de mayo (martes)**

**12:30 – 4:00 p.m.**

La película se elegirá cuando se acerque la fecha

**10 plazas disponibles**

**Facilitado por: Stephanie y Jessica**

### Jardines Botánicos

**13 de mayo (miércoles)**

**1:00 – 3:00 p. m.**

**5 plazas disponibles**

(Ball Arena no ofrece visitas guiadas en estos momentos debido a las eliminatorias)

**Facilitado por: Alyssa**

## Más excursiones:

### Museo de Arte de Denver

**14 de mayo (jueves)**

**9:45 a.m. – 12:00 p.m.**

**10 plazas disponibles**

Visita el Museo de Arte de Denver y recorre las distintas exposiciones por su cuenta.

**Facilitado por: Kiara y Jessica**

### T.REX 3D

**15 de mayo (viernes)**

**1:00 – 4:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Dé un paso hacia la era de los dinosaurios con una experiencia en pantalla gigante que da vida al T. rex mediante imágenes generadas por computación y descubrimientos paleontológicos, ofreciendouna visión inmersiva de uno de los depredadores más icónicos de la historia.

**Facilitado por: Pedro**

## Excursiones de mayo

### **Caminata por la montaña y almuerzo**

**18 de mayo (lunes)**

**9:30 a.m. – 3:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Una caminata de pocos kilómetros (aproximadamente 4) y consumo de algunas calorías.

**Facilitado por: Hunter**

### **Museo Clyfford Still**

**19 de mayo (martes)**

**9:50 – 11:45 a.m.**

**10 plazas disponibles**

La exposición, Still in Sound presenta cinco obras abstractas de diferentes artistas inspiradas en el sonido. Se trata de una exploración artística de cómo el sonido evoca respuestas intuitivas, recuerdos y emociones. Se dará prioridad a los estudiantes de arte y música.

**Facilitado por: Kiara y Jessica**

### **Más excursiones:**

#### **Arte y picnic**

**20 de mayo (miércoles)**

**9:45 a.m. – 12:30 p.m.**

**5 plazas disponibles**

Picnic en el parque

Washington mientras creamos obras de arte.

**Facilitado por: Kiara y Bri**

#### **Escribir un diario y crear**

**vínculos en los Jardines**

**Botánicos de Denver**

**20 de mayo (miércoles)**

**10:00 a.m. – 2:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

**Facilitado por: Alyssa**



Crédito de la foto: NextChapter  
Estudiante de fotografía Michael Carr

## Tallares de mayo

### **Taller de cocina con Candice**

**4 y 18 de mayo (lunes)**

**2:00 - 4:00 p.m.**

**Sally's Kitchen**

**5 plazas disponibles**

Cocinando con Candice es un espacio donde podrás descubrir la cocina acompañada de música, en un entorno de cocina profesional, con una gran variedad de recetas y aprendiendo las diferencias entre todo tipo de técnicas. Únete a una clase de cocina divertida y apta para principiantes, con conocimientos prácticos que podrá aplicar en su vida diaria.

**Facilitado por: Candice**

### **Taller de bienestar**

**6 de mayo (miercoles)**

**12:30 - 2:45 p.m.**

**Sally's Café**

Un momento para promover una vida más saludable destacando la importancia de las 8 dimensiones del bienestar.

**Facilitado por: Jessica y Kathy**

## Más tallares:

### **Meditación artística (en línea)**

**7 de mayo (jueves)**

**2:00 - 3:00 p.m.**

Actividad artística para practicar habilidades de afrontamiento y creatividad. Es necesario contar con papel, lápiz y material para colorear.

**Facilitado por: Kiara**

### **Taller de relojes**

**11 de mayo (lunes)**

**10:30 - 11:30 a.m.**

¿Le interesan los relojes de mano y otros mecanismos de medir el tiempo? Hablaremos sobre diferentes tipos de relojes incluyendo los relojes de cuerda. Se pueden realizar algunas reparaciones menores. manual.

**Facilitado por: Hunter**

## **Tallares de mayo**

**Baño de sonido y yoga**

**12 de mayo (martes)**

**1:00 – 2:00 p.m.**

**4 plazas disponibles**

**Sala 234**

**Facilitado por: Alyssa**

**Documental con Steph**

**12 y 26 de mayo (martes)**

**9:00 – 11:00 a.m.**

**Sala de meditación**

**8 plazas disponibles**

Venga y disfrute de documentales motivadores y de conversaciones interesantes.

**Facilitado por: Stephanie**

**Sesión de orientación sobre el mercado de arte del festival Pride**

**13 de mayo (miércoles)**

**10:00 – 11:00 a.m.**

**Sala 114**

¡El Festival Pride se celebra en junio! Es una oportunidad para compartir su arte y conectar con la comunidad. Es necesario asistir a una sesión informativa para que se incluyan sus obras. Hay sesiones individuales disponibles.

**Facilitado por: Kiara**

**Más talleres:**

**Anillos hechos con cucharas**

**19 de mayo (martes)**

Pongase en contacto con Alyssa para programar una hora para hacer los anillos con cucharas.

**Facilitado por: Alyssa**

**Taller de lectura de poesía**  
**21 de mayo (jueves)**

**9:00 – 10:00 a.m.**

Un taller mensual en el que empezaremos a leer y a reflexionar acerca de Save me an orange. Se trata de una colección de poemas de Hayley Grace. Solo como muestra: "Fuiste traído a este mundo para vivir. No es demasiado tarde para empezar ahora". – Save me an orange.

**Facilitado por: Hunter**

## Tallares de mayo

### **Pensamiento crítico con IA 21 de mayo (jueves)**

**9:30 – 10:50 a.m.**

**7 plazas disponibles**

**Sala de computación 210**

Evaluación de la precisión, el sesgo y el uso ético de los contenidos generados por IA.

**Facilitado por: Steph M., Pedro y Alyssa**

### **Relieve con lámina 27 de mayo (miércoles)**

**10:00 a.m. – 12:00 p.m.**

**5 plazas disponibles**

**Estudio de arte**

**Facilitado por: Kiara**



Crédito de la foto: NextChapter  
Estudiante de fotografía Rachel Enkey

## Más talleres:

### **Sesión de orientación sobre el mercado de arte del festival Pride (en línea)**

**28 de mayo (jueves)**

**2:00 – 3:00 p.m.**

¡El Festival Pride se celebra en junio! Es una oportunidad para compartir su arte y conectar con la comunidad. Es necesario asistir a una sesión informativa para que se incluyan sus obras. Hay sesiones individuales disponibles.

**Facilitado por: Kiara  
(en línea)**



Crédito de la foto: NextChapter  
Estudiante de fotografía Michael Carr

# Nuevas clases y anuncios

## **Caminar por el bienestar**

**Los lunes de 11:00 – 11:45 a.m.** Nos reuniremos en la recepción a las 11:00 a.m. para dar un paseo saludable por el vecindario. Por favor, lleve ropa y calzado cómodo. Saldremos a caminar a más tardar a las 11:05 a.m. Facilitado por: Jessica and Stephanie

## **Gramática del inglés**

### **Los lunes de 2:00 – 3:00 p.m. en la sala 126**

Aprenda gramática del inglés con un profesional que fue escritor. Este curso de gramática del inglés se ha diseñado como una oferta de formación general y de apoyo educativo. No se trata de una clase académica rígida, ya que sirve como punto de partida para que los adultos recuperen la confianza en sus capacidades cognitivas, mejoren su integración en la comunidad, se preparen para seguir una formación profesional y perfeccionen sus habilidades de redacción.

## **Deliciosos batidos**

### **Los lunes de 3:00 – 3:50 p.m. en Sally's Café**

Aprenda a preparar y degustar deliciosos batidos saludables.

**Facilitado por: Ray**

## **¡Próximo sorteo para pasear a caballo!**

¡Prepárense para recorrer los senderos! Nos complace anunciar una oportunidad especial para los miembros de nuestra comunidad: una serie de paseos a caballo en las instalaciones de YMCA/Jackson Stables durante el mes de junio. Debido al gran interés y a la disponibilidad limitada, seleccionaremos a los participantes mediante un sorteo. Estos son los detalles que deben conocer:

### **El sorteo**

- **Cuándo:** jueves, 7 de mayo
- **Dónde:** durante el Foro Comunitario
- **Detalles:** realizaremos un sorteo para asignar las plazas disponibles para las tres fechas de junio.
- **Límite de peso por jinete:** 230 libras por persona.

## **Las excursiones**

Tenemos tres fechas programadas para los paseos a caballo. Los grupos seleccionados saldrán de NextChapter a las 8:00 a. m. y volverán aproximadamente a las 5:00 p. m.

- **Martes, 2 de junio**
- **Martes, 16 de junio**
- **Martes, 30 de junio**

### **Plazas disponibles**

Hay cinco plazas disponibles para cada fecha. ¡No pierda la oportunidad de disfrutar del hermoso paisaje a caballo! Asegúrese de asistir al Foro comunitario el 7 de mayo para participar en el sorteo. Debe estar presente para participar en el sorteo.



# Quién es quién en NextChapter



**Uriah Martinez** es asistente administrativa en NextChapter, y se unió al equipo a mediados de marzo. Esto le interesó por su profunda curiosidad acerca de las personas, la cultura y la comunidad, una curiosidad que se formó al crecer en un entorno en el que frecuentemente se sentía aislada. Para Uriah, es muy gratificante apoyar a los alumnos de formación profesional y formar parte de su trayectoria profesional; valora las oportunidades de contribuir al crecimiento a través de WellPower, al tiempo que aprende de las experiencias de los demás.

Para Uriah, el bienestar significa pasar tiempo en la naturaleza y disfrutar de momentos valiosos con su familia y amigos. Le gusta disfrutar de las actividades al aire libre que ofrece Colorado y explorar la variada oferta gastronómica de Denver, entre sus lugares favoritos se encuentra Omar Khayyam, en el sur de Denver. Levantarse temprano, las lunestañas, los libros, la comida sabrosa y el verano son algunas de sus pasiones; Uriah aporta consideración, curiosidad y atención tanto a su trabajo como a su relación con la comunidad.

**Ed Yeada** se inspira en el trabajo junto a otras personas que se encuentran en el camino de la recuperación, encontrando fuerza en el crecimiento compartido, especialmente en los días difíciles. Trabaja como asistente administrativo desde 2002, aportando más de 23 años de experiencia y una presencia constante a la comunidad de NextChapter. Durante toda su vida adulta, Ed ha mostrado un profundo interés por la salud, el bienestar físico y el crecimiento psicológico y espiritual, un camino que le llevó a San Francisco a los 18 años, en 1967. Su recuperación se basa tanto en una extensa terapia personal como en años de estudio y práctica independientes.

Lector y aprendiz de toda la vida, a Ed le gusta explorar muchos temas, con un interés particular por la historia y la actualidad. Ed, que se describe a sí mismo como un ave nocturna a la que le gustan los dulces y el invierno, valora la reflexión, el aprendizaje y el bienestar, elementos que siguen favoreciendo tanto su crecimiento personal como sus valiosas contribuciones en NextChapter.



## Registered ServSafe Proctor & Certified ServSafe Instructor

### ServSafe® Food Handler Program

- Únase a NextChapter para obtener la certificación de parte de un instructor certificado y un supervisor registrado por ServSafe y la asociación nacional de restaurantes.
- Ofrecemos formación tanto para la certificación de 3 años (manipulador de alimentos) como para la licencia de 5 años (gestor de protección de alimentos).
- Ofrecemos clases los martes de 2:00 a 3:30 p.m. para manipuladores de alimentos y los viernes de 2:00 a 3:30 p. m. para gerentes.
- Ofrecemos el programa ServSafe, formación ServSafe, clases ServSafe y pruebas ServSafe.
- Póngase en contacto con la coordinadora de proyectos vocacionales/instructora/examinadora y gerente Candice Vigil al **(303) 504-1765** o por email en [candice.vigil@wellpower.org](mailto:candice.vigil@wellpower.org)



## Programa de formación culinaria



La formación culinaria ofrece 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 NextChapter. La formación ofrece a los participantes la oportunidad de ver cómo funciona una entidad de servicios alimentarios y explorar diferentes áreas de trabajo que podrían estar interesados en desempeñar dentro de la comunidad.

# Preguntas frecuentes sobre el programa culinario

**P: ¿Con quién tengo que ponerme en contacto para obtener la remisión al programa culinaria?**

R: Candice Vigil al **(303) 504-1765** o [candice.vigil@wellpower.org](mailto:candice.vigil@wellpower.org).

**P: ¿Cómo se registran?**

R: Póngase en contacto con Candice Vigil, serán añadidos a la lista de espera, y el seguimiento se hará entre el personal de remisión, el candidato y Candice Vigil.

**P: ¿Cuanto tardará una persona en iniciar el programa una vez que haya sido remitida?**

R: La lista de espera es de seis meses a un año.

**P: ¿Cómo saben los remitidos el lugar que ocupan en la lista de espera?**

R: El personal de remisión o los candidatos pueden llamar a Candice Vigil para ver en qué lugar de la lista se encuentran. Se realizará una llamada 30 días antes de que el candidato entre en el programa.

**P: ¿Cualquiera puede unirse al programa?**

R: La persona debe estar recibiendo servicios a través de WellPower.

**P: ¿Es necesario que estén inscritos en la Educación NextChapter?**

R: Sí.

**P: ¿Por qué hay que esperar tanto para unirse?**

R: Debido a la popularidad del programa y a que la formación es de tipo práctico, estamos limitados en el número de estudiantes que podemos admitir.

**P: ¿Cómo se solicita?**

R: Todas las solicitudes se realizan en línea.



# Empleo con apoyo

**NextChapter** colaborará con usted para ayudarle a alcanzar sus objetivos laborales. Nuestro programa de empleo sigue el modelo de apoyo a la colocación individual (IPS por sus siglas en inglés) que se enfoca en sus fortalezas, destrezas, habilidades, intereses y cómo superar las barreras para ayudarle a alcanzar sus metas de empleo. Nuestro programa colabora con la división de rehabilitación vocacional (DVR por sus siglas en inglés) para ayudar a los participantes con servicios adicionales y apoyo para alcanzar sus metas de empleo.

Si le interesan los servicios de empleo con apoyo, póngase en contacto con:

**[Dalma.Farkas@wellpower.org](mailto:Dalma.Farkas@wellpower.org)**  
**[Maritza.Ovalles@wellpower.org](mailto:Maritza.Ovalles@wellpower.org)**



## Si le interesa:

- Encontrar y mantener un empleo competitivo a tiempo completo o parcial en la comunidad
- Crear un currículum vitae
- Escribir cartas de presentación eficaces
- Aprender a buscar y solicitar empleo por Internet
- Prepararse para las entrevistas de trabajo
- Aprender estrategias para mantener la estabilidad laboral

## El proceso de admisión implica:

- Una o dos citas por teléfono o vídeo para completar una solicitud y una evaluación vocacional.
- Proporcionar una copia electrónica de su identificación estatal con fotografía actual (no caducada), su historial de empleo y, si recibe prestaciones de la seguridad social (SS), proporcionar una copia electrónica de su carta mas reciente en la que se le conceden las prestaciones de la SS.
- Reunirse con su especialista de empleo (ES por sus siglas en inglés) al menos dos veces al mes para trabajar en alcanzar sus objetivos de empleo.
- Tener una tarjeta de la seguridad social y, sino es ciudadano de los Estados Unidos, presentar una copia de su tarjeta de autorización para trabajar en los Estados Unidos en vigor (no caducada).
- Después de encontrar un trabajo, seguir reuniéndose con el ES para lograr la estabilidad laboral y ser capaz de mantener un trabajo durante al menos tres a seis meses o más.

## Resumen de los servicios de aprendizaje y bienestar

NextChapter es un programa de rehabilitación psiquiátrica y educación con apoyo que ofrece a los adultos la oportunidad de participar en una variedad de clases y actividades o recibir apoyo individual para perseguir los objetivos de recuperación deseados. El programa está diseñado para fortalecer y ampliar los conocimientos de la persona sobre las prácticas físicas, intelectuales, emocionales y sociales que mejorarán su bienestar.

**Educación con apoyo comunitario** ayuda a las personas interesadas en cursar estudios o recibir formación en la comunidad, ofreciéndoles apoyo y ayudándoles a recorrer el proceso de principio a fin; identificando los puntos fuertes y los obstáculos, proporcionándoles apoyo a largo plazo mientras cursan estudios o un programa de formación, celebrando los éxitos y apoyándoles para que alcancen sus objetivos académicos.

**Clases de educación para adultos** se imparten para ayudar a desarrollar habilidades para la educación en la comunidad o la carrera profesional. Ofrecemos una variedad de clases de informática, lectura, matemáticas, español y escritura, así como tutoría en varias materias. También ayudamos con oportunidades de voluntariado tanto en casa como en la comunidad para explorar y prepararse para carreras profesionales.

**Música y arte escénica** ofrece a las personas la oportunidad de participar en una variedad de experiencias y grupos musicales para mejorar sus habilidades, su calidad de vida y practicar para actuaciones en casa y en la comunidad. Proporcionamos a personas de todos los niveles y capacidades un entorno que fomenta su propia expresión musical o interpretativa.

**Estudio de arte** proporciona a las personas materiales e instrucción, así como un estudio de arte espacioso y acogedor para crear muchas formas diferentes de arte visual. Ayudamos a los artistas a utilizar el arte como expresión creativa dentro del proceso de recuperación. Como puente hacia la comunidad, ayudamos a nuestros artistas a exponer y vender sus obras en distintos lugares de Denver.

**Ofertas de bienestar** ofrecerle a las personas la oportunidad de participar en una variedad de clases, grupos y experiencias para mejorar su propio bienestar físico, espiritual, social y comunitario. Disponemos de un gimnasio y un estudio para grupos, así como de varias excursiones semanales a gimnasios y clases de la comunidad. Ofrecemos excursiones frecuentes a eventos culturales, oportunidades para conectar con la naturaleza y explorar la comunidad. Otras clases y actividades que se pueden encontrar ayudan a las personas con la nutrición, presupuestos, habilidades para la vida, liderazgo o apoyo para una variedad de temas.



## Detalles/Preguntas frecuentes sobre cómo unirse a las clases en línea

- Los participantes deben formar parte de NextChapter para asistir y rellenar un formulario de consentimiento para servicios de telesalud
- Si le interesa unirse a NextChapter para asistir a las clases, póngase en contacto con su equipo de atención de WellPower para programar una orientación virtual.
- Para obtener más información sobre las clases, póngase en contacto con el profesor llamando al 303-504-1700 y solicitando que le deje un mensaje de voz o haciendo clic en su nombre y enviando un correo electrónico. Le devolveremos el mensaje lo antes posible

### PARA UNIRSE A CLASES EN LÍNEA EN EL PC:

- Haga clic en el nombre de la clase y en el horario que desea asistir
- Haga clic en "join on the web instead" o "join in this browser instead" o "use teams in Microsoft Edge" u otra variante, ya que las opciones varían en función de su navegador
- Si procede, permita el acceso al micrófono y a la cámara
  - Escriba el nombre deseado para la reunión y haga clic en "join now"

### PARA UNIRSE A CLASES EN LÍNEA DESDE EL MÓVIL:

- Instale la aplicación Teams (en App Store para iPhone o en Google Play Store para Android)
- Haga clic en el nombre de la clase que aparece arriba o únase a la reunión de Microsoft Teams si la invitación procede de un correo electrónico
- Permitir el acceso al micrófono y la cámara
- Desplácese hacia abajo y haga clic en "Join Meeting", o "Join as Guest"

