

**CLAVE:** Grupos en color coral - Virtuales o híbridos  
Grupos en color negro - En persona

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2 <b>12:00 p.m.</b> Maratón de Amazing Digital Circus: almuerzo y juegos	3 <b>12:00 p.m.</b> *Olive Me Art Studio*-- <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	4 <b>No hay grupos</b>	5
8 <b>11:00 a.m.</b> *The Amazing Digital Circus, ¡ya en los cines!* <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	9 <b>1:00 p.m.</b> Estudio de arte libre <b>2:30 p.m.</b> ¡Switch It Up! Grupo de Nintendo Switch <b>3:30 p.m.</b> Grupo de musica	10 <b>12:00 p.m.</b> *Tallado en madera en el Denver Craft Club* -- <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	11 <b>2:00 p.m.</b> Ahora estás cocinando: tarta de Butterfinger <b>4:00 p.m.</b> Juegos de mesa	12
15 <b>2:00 p.m.</b> Documental y debate	16 <b>1:00 p.m.</b> Estudio de arte abierto con manualidades de Pride <b>3:00 p.m.</b> ¡Switch It Up! Grupo de Nintendo Switch	17 <b>12:00 p.m.</b> Ahora estás cocinando: Tacos para llevar <b>2:00 p.m.</b> Jeopardy de Pride	18 <b>8:00 a.m.</b> *Excursión diurna a Colorado Springs... ¡con halcones!*-- <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	19
22	23 <b>1:00 p.m.</b> *Pot Luck Pottery* -- <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	24 <b>12:00 p.m.</b> *Pirates Cove* -- <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	25 <b>2:00 p.m.</b> Ahora estas cocinando: Ceviche <b>4:00 p.m.</b> Juegos de mesa	26
29 <b>11:00 a.m.</b> *Experiencia de fondue en The Melting Pot* <i>Nos reuniremos en Dickenson</i>	30 <b>1:00 p.m.</b> Estudio de arte libre <b>2:30 p.m.</b> ¡Switch It Up! Grupo de Nintendo Switch <b>3:30 p.m.</b> Grupo de musica			

**CLAVE:** Grupos en color coral - Virtuales o híbridos  
Grupos en color negro - En persona

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3 <b>3:30 - 4:30 p.m.</b> Grupo de caminata de verano <b>4:00 - 4:45 p.m.</b> Charla con café - Virtual	4	5
8	9 <b>4:00 - 5:30 p.m.</b> Dungeons & Dragons & Feelz	10 <b>3:30 - 4:30 p.m.</b> Grupo de caminata de verano <b>4:00 - 4:45 p.m.</b> Charla con café - Virtual	11	12
15	16 <b>4:00 - 5:30 p.m.</b> Dungeons & Dragons & Feelz	17 <b>3:30 - 4:30 p.m.</b> Grupo de caminata de verano <b>4:00 - 4:45 p.m.</b> Charla con café - Virtual	18	19
22	23 <b>4:00 - 5:30 p.m.</b> Dungeons & Dragons & Feelz	24 <b>3:30 - 4:30 p.m.</b> Grupo de caminata de verano <b>4:00 - 4:45 p.m.</b> Charla con café - Virtual	25	26
28	29 <b>4:00 - 5:30 p.m.</b> Dungeons & Dragons & Feelz	30 <b>3:30 - 4:30 p.m.</b> Grupo de caminata de verano <b>4:00 - 4:45 p.m.</b> Charla con café - Virtual		

## Información de contacto

**Teléfono:** (303) 504-3988

**Preguntas generales:** [emersonst@wellpower.org](mailto:emersonst@wellpower.org)

**Grupos de prevención y excursiones:** [emersonprevention@wellpower.org](mailto:emersonprevention@wellpower.org)

**Dirección:** 4141 E. Dickenson Pl., Denver, CO 80222

**Acerca de Emerson St.** Emerson St. ofrece una comunidad de apoyo para adolescentes y adultos jóvenes, de 15 a 26 años, que buscan una conexión y pertenencia. Este lugar inclusivo y acogedor ofrece una variedad de actividades y servicios que ayudan a los jóvenes a mejorar su salud mental y su bienestar general.

### Acerca de este calendario

- Todos los grupos que aparecen en **color coral** son **virtuales** o **híbridos**.
- Todos los grupos que aparecen en **color negro** son **presenciales**.
- **\*Estrellado\*** = Excursiones fuera del centro. Los participantes deben confirmar su asistencia con antelación, completar la documentación, proporcionar un contacto de emergencia y traer un documento de identidad.

### Acerca de los grupos de prevención en el centro:

- Los grupos presenciales se reúnen en 4141 E. Dickenson Pl., Denver, CO 80222.
- Los grupos y excursiones de prevención son gratuitos y abiertos al público (de 15 a 26 años), a menos que se indique lo contrario en sus descripciones.
- Si es la primera vez que participas en un grupo, ponte en contacto con nosotros al menos con 24 horas de antelación a través de [emersonprevention@wellpower.org](mailto:emersonprevention@wellpower.org) y avísanos cuándo te podemos esperar. Tendrás que rellenar algunos documentos y tendrás que mostrar un documento de identidad y la información de tu seguro. De acuerdo con la política de WellPower, si no tienes seguro, te ayudaremos a conseguirlo.

### Acerca de las excursiones de prevención:

- Por favor envía un correo electrónico a [emersonprevention@wellpower.org](mailto:emersonprevention@wellpower.org) tan pronto como sea posible si deseas asistir a una excursión - debes confirmar tu asistencia a más tardar 5 días antes de la excursión. Si nunca has asistido a un grupo de Emerson St., debes asistir a dos grupos de prevención en el centro antes de asistir a una excursión y se debe firmar toda la documentación ( un padre o tutor debe firmar si eres menor de 18 años).

### Acerca de los grupos de terapia:

- Para poder participar, los jóvenes deben recibir tratamiento de un terapeuta o de un gestor de casos de WellPower.
- Lee atentamente las descripciones de los grupos, ya que algunos grupos no aceptan nuevos participantes.

## Grupos de prevención en el centro - 4141 E. Dickenson Pl., Denver, CO 80222

### ¡Grupos de Arte!

- **Estudio de arte libre:** Dibuja, colorea, escribe y exprésate a través de la modalidad de arte que elijas durante este grupo. Nos aseguraremos de ofrecer ideas para escribir, así como los materiales necesarios para crear arte visual, ¡o puedes traer tus propios materiales! Escucharemos música y compartiremos (lo mucho o poco que se sientas cómodo en compartir) nuestro trabajo con la comunidad de Emerson St. y dentro del grupo.
- **Arte Shrinky Dink:** El arte Shrinky Dink se realiza con piezas flexibles de plástico en las que se puede dibujar, colorear y recortar cualquier diseño que se desee. A continuación, se encoge la pieza para formar una ficha de plástico duro que se puede convertir en un llavero, pendientes o colgantes utilizando un secador de mano. Una vez enfriada, se le da un acabado brillante con resina ¡para que quede perfecta como regalo para tus amigos o para ti mismo!
- **Manualidades Pride:** Celebraremos el Mes Pride con todos los colores y todo el arte. Acompáñanos en Emerson St. mientras creamos obras de arte en madera, paraguas, abanicos y mucho más durante el mes de junio.
- **Grupo de música:** ¿Tienes algún talento musical que te gustaría compartir con el grupo? ¿O quizá tienes alguna pregunta que nuestro músico residente pueda responder? Trae todas tus ideas musicales a este grupo para que compartamos pensamientos y ritmos juntos.

### ¡Ahora estás cocinando!

- **Tacos para llevar:** un "taco en una bolsa" es una versión creativa del taco tradicional que te permite disfrutar de todos los sabores de un taco mientras comes en el camino o en una reunión. La base es una pequeña bolsa de Doritos tamaño snack, que sirve tanto de recipiente como de base crujiente para todos los ingredientes, entre los que se incluyen: carne picada sazonada (o opción vegetariana), con capas de queso rallado, lechuga, tomate, crema agria y salsa. ¡Qué rico!
- **Tarta Butterfinger:** La tarta Butterfinger es un postre sin hornear, rico, cremoso y crujiente, que combina el sabor suave y a frutos secos de la mantequilla de cacahuete con el chocolate caramelizado y los trocitos de cacahuete de las barritas Butterfinger, todo ello sobre una base de galleta de chocolate. Es un postre delicioso que sin duda satisfará tu antojo de dulce.
- **Ceviche:** En esta sesión, dedicaremos tiempo a cortar y picar pepinos, cebollas, jalapeños, camarones, tomates, limas y cilantro. Los combinaremos todos para crear un platillo delicioso, servido sobre una tostada crujiente con crema, mayonesa, queso y salsa picante. Es uno de los favoritos de Emerson St., y lo traemos de vuelta para que todos lo disfruten este verano.

**¡Jugar al Nintendo Switch!:** Si aspiras a estar en el primer lugar en Mario Kart o tirar a tus amigos del mapa en Super Smash Bros; ¡Este es el grupo para ti! Ven a jugar a los videojuegos con la nueva consola de Emerson St: ¡la Nintendo Switch!

**Juegos de mesa:** ¿Será Clue, El juego de la vida, Uno, Skip-Bo o Monopoly? Tú decides: ¡solo tienes que dar lo mejor de ti para competir contra el personal y los compañeros de Emerson St. en este grupo tan emocionante!

**Maratón de Amazing Digital Circus:** Emerson se va al cine para ver el estreno de «Amazing Digital Circus», ¡pero primero tenemos que ponernos al día con todos los episodios anteriores! Acompáñanos a comer, jugar y disfrutar de un maratón para asegurarte de que estás preparado para la salida al cine de la siguiente semana.

**Jeopardy de Pride:** ¡Esto... es... Jeopardy! Al estilo de Emerson St. En esta actividad, celebraremos el mes de Pride con un emocionante juego de Jeopardy, que incluye premios. Ven a poner a prueba tus conocimientos sobre Pride junto a tus compañeros en esta divertida actividad.

## **Grupos virtuales de prevención**

**Uno y Yahtzee virtuales:** Únate a nosotros mientras jugamos al UNO y al Yahtzee virtualmente. ¡Llevamos la competición a la pantalla de tu computadora o teléfono! Esto es virtual. Si deseas el enlace de Teams, por favor envía un correo electrónico a [emersonprevention@wellpower.org](mailto:emersonprevention@wellpower.org).

## **Excursiones de prevención en la comunidad - SOLO PUEDEN PARTICIPAR LAS PERSONAS QUE CONFIRMEN SU ASISTENCIA**

**Estudio Olive Me Art:** Pon en marcha tu creatividad y acércate al espacio artístico Olive Me. Durante esta actividad, los participantes tendrán la oportunidad de crear un llavero, una funda para el celular o un joyero decorados con dijes y brillantina. **Nos reuniremos en Dickenson**

**Amazing Digital Circus en el cine:** The Amazing Digital Circus: The Last Act es el tan esperado estreno en cines de la serie de comedia surrealista y psicológica, The Amazing Digital Circus, que reúne por primera vez sus dos últimos episodios en un filme de 93 minutos. Si aún no conoces la serie, no te la pierdas el 4 de junio para ponerte al día antes del estreno. **Meet at 4141 E Dickenson Pl.**

**Tallado en madera en el Denver Craft Club:** Aprende el arte de la pirograbado en esta actividad y crea una tabla de cortar rústica, pero elegante, que podrás utilizar como tabla de charcuterie o, simplemente, como un bonito elemento decorativo para tu hogar. Con la ayuda de un instructor, cada participante practicará y aprenderá a utilizar de forma segura la herramienta de pirograbado para grabar el diseño elegido en la tabla, así como a dar el acabado final a su pieza con aceite mineral. Al final de la clase, cada persona habrá grabado el diseño elegido en una tabla de cortar de madera. **Nos reuniremos en Dickenson**

**Aventura en Colorado Springs con halcones:** aunque no pudimos disfrutar de la halconería en el retiro de primavera, volvemos a Colorado Springs para aprender el arte de la halconería y explorar las viviendas rupestres de Manitou. Tendrás la oportunidad de interactuar con una gran variedad de aves criadas en cautividad y adiestradas, entre las que se incluyen búhos, halcones y azores. El día comenzará temprano, así que almorzaremos entre la experiencia de cetrería y la visita a las viviendas rupestres. **Nos reuniremos en Dickenson**

**Potluck Pottery:** ¡Vamos a practicar la pintura sobre cerámica en una de las actividades artísticas favoritas de la comunidad de Emerson St.! Acompáñanos en Dickenson para dar un breve paseo hasta el otro lado de la calle, donde pasaremos la tarde pintando cerámica. Una vez esmaltada y cocida, recogeremos tu pieza y la llevaremos a Emerson para que puedas recogerla. **Nos reuniremos en Dickenson.**

**Pirates Cove:** ¡Por fin ha llegado el verano! Emerson St. se dirige a Pirates Cove para disfrutar del sol. Ya sea relajándote en el río lento o divirtiéndote en los toboganes, junio es el momento perfecto para ir a uno de nuestros lugares favoritos para refrescarse bajo el sol. **Nos reuniremos en Dickenson**

**Experiencia de fondue en The Melting Pot:** ¿Alguna vez te has preguntado cómo es la experiencia de la fondue? The Melting Pot es un lugar ideal para probar todo tipo de novedades, como queso fundido, carnes y otros ingredientes cocinados en una olla, todo ello rematado con un delicioso postre de chocolate fundido. Se trata de una experiencia gastronómica que durará unas horas y te dejará el estómago bien lleno, ¡así que ven preparado! **Nos reuniremos en Dickenson**

## Grupos de terapia:

**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. Si quieres unirte a nuestra aventura, ponte en contacto con Matt al (303) 504-3992 o envía un correo electrónico a [matt.lescroart@wellpower.org](mailto:matt.lescroart@wellpower.org)

**Charla con café:** Si alguna vez te ha costado hablar, expresarte o sentirte comprendido, nos encantaría invitarte a unirte a nuestra Charla con café. Se trata de un grupo interactivo y de apoyo en el que tendrás la oportunidad de trabajar la expresión personal, establecer límites, afrontar conversaciones difíciles y establecer vínculos más sólidos, con humor, calidez y colaboración, de una forma relajada y con apoyo. Ven tal como eres, con una bebida caliente (o fría, si lo prefieres) y acompáñanos. Si te interesa este grupo, coménteselo a tu terapeuta o gestor de casos.

**Grupo de caminata de verano:** Juntos caminaremos por el pintoresco sendero del canal High Line mientras practicamos la conciencia plena de la conexión entre el cuerpo, la mente y la naturaleza. A través de movimientos suaves, reflexiones guiadas y experiencias compartidas, los participantes desarrollarán resiliencia emocional, reducirán el estrés y fomentarán un sentido de pertenencia, y todo esto en un entorno tranquilo al aire libre. No se necesita experiencia en senderismo; solo hay que traer calzado cómodo y una mente abierta. Si tiene alguna pregunta, póngase en contacto con [hillary.hustana@wellpower.org](mailto:hillary.hustana@wellpower.org).

