

VOL. 5 ASUNTO 2 • FEBRERO 2024

REDWOOD COAST REGIONAL CENTER

Sirviendo a Del Norte, Humboldt,
Lake, y el condado de Mendocino



TLCPCP

Pensamiento centrado en la persona

AYUDANDO A LOS QUE SERVIMOS LOGRAMOS CONTROL POSITIVO SOBRE SUS VIDAS

Para las personas que reciben apoyo de los servicios, no es la planificación centrada en la persona lo que importa tanto como la presencia generalizada del pensamiento centrado en la persona. Si las personas que utilizan los servicios han de tener un control positivo sobre sus vidas, si han de tener una vida autodirigida dentro de sus propias comunidades, entonces aquellos que están alrededor de la persona —especialmente aquellos que hacen el trabajo diario— necesitan Tener habilidades de pensamiento centrado en la persona. Sólo un pequeño porcentaje de personas necesita saber cómo redactar buenos planes centrados en la persona, pero todos los involucrados deben tener buenas habilidades en el pensamiento centrado en

la persona y en las habilidades basadas en valores que subyacen a la planificación

Hay un número de razones para esto. Enseñar y apoyar el uso de habilidades de pensamiento centrado en la persona significará que:

- Es más probable que se utilicen y se apliquen los planes, que mejoren las vidas de las personas que utilizan los servicios.
- Dispondrás de varias formas de empezar a planificar.
- La actualización de los planes se producirá de forma “natural”, necesitando menos esfuerzo y tiempo.

Cada estilo de planificación centrada en la persona tiene sus raíces en una forma de pensar centrada en la persona. Está com-

Continúa en la siguiente página

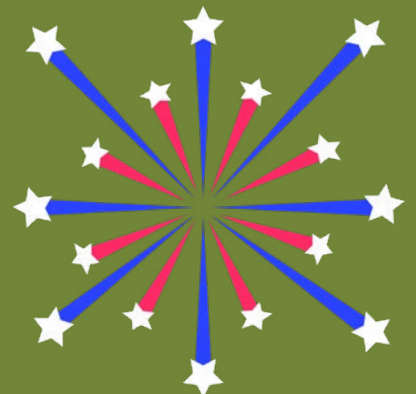
Días para recordar

Celebrando el mes de la historia Afroamericana.

14 de febrero
Día de San Valentín

16 de febrero
Lincoln's Birthday observed
RCRC Oficinas Cerradas

19 de febrero
Presidents Day observed
RCRC Oficinas Cerradas





Pensamiento centrado en la persona

Continuación de la página anterior

puesto por un conjunto de habilidades basadas en valores que dan como resultado ver a la persona de manera diferente y nos dan una forma de actuar sobre lo aprendido. Entrenar en planificación centrada en la persona es entrenar tanto en una forma de pensar como en una forma de desarrollar un plan. En la planificación esencial del estilo de vida, hemos identificado habilidades y herramientas básicas que ayudan a los alumnos a comprender y adoptar esta forma de pensar.

RCRC ha aceptado durante mucho tiempo la importancia del pensamiento centrado en la persona en nuestros servicios y apoyo a las personas atendidas y sus familias. RCRC cree firmemente que una buena coordinación de servicios y la prestación de todos nuestros servicios se logra mejor a través de una lente centrada en la persona. En 2011, dos miembros dedicados del personal de RCRC obtuvieron la certificación en Pensamiento Centrado en la Persona y comenzaron a ofrecer capacitaciones internas al personal, proveedores de servicios, familias y auto-defensores. RCRC ha apoyado a varias agencias proveedoras de servicios para desarrollar capacitadores dentro de su equipo para brindar capacitación continua a los proveedores directos de servicios. El compromiso del RCRC con el Pensamiento Centrado en la Persona ha influido en todos los aspectos de las prácticas de la agencia y le ha ganado al RCRC una reputación entre otros Centros Regionales de California como líder en Pensamiento Centrado en la Persona.

A nivel nacional existe ahora un esfuerzo ordenado y respaldado por el gobierno federal para mejorar la calidad de los servicios para las personas que reciben servicios domiciliarios y comunitarios, y para garantizar que esos servicios brinden inclusión y oportunidades para un control positivo. Este mandato federal ha ayudado al estado a ver el valor intrínseco de las prácticas y el pensamiento centrados en la persona como una filosofía central en todos los Centros Regionales, lo que ha resultado en incentivos para alentar a todos los Centros Regionales a incorporar el Pensamiento Centrado en la Persona en su trabajo. Sobre la base de la cultura establecida de pensamiento centrado en la persona del RCRC, el RCRC ha centrado

RCRC cree firmemente que una buena coordinación de servicios y la prestación de todos nuestros servicios se logra mejor a través de una lente centrada en la persona.

—Alex Chesstell

sus recursos no solo en ofrecer capacitación frecuente, sino también en desarrollar capacitadores internos adicionales en pensamiento centrado en la persona. Desde enero de 2023, RCRC ha estado ofreciendo capacitaciones casi mensuales sobre pensamiento centrado en la persona tanto para el personal de RCRC como para proveedores de servicios y auto-defensores en los cuatro condados atendidos. El año pasado, se certificaron dos nuevos capacitadores de Pensamiento centrado en la persona, además de dos capacitadores establecidos, y se espera que al menos un capacitador adicional esté certificado en 2024. El año pasado, 100 miembros del personal del RCRC han

completado la capacitación en Pensamiento centrado en la persona, 61 de los cuales trabajan como coordinadores de servicios, especialistas en inicio temprano o especialistas en admisión. Además, 31 personas de agencias proveedoras de servicios en los cuatro condados completaron la capacitación.

En el 2024 se dará un seguimiento para seguir ofreciendo capacitaciones con regularidad, incluidos cursos de actualización para aquellos que ya completaron la capacitación completa y obtuvieron su certificación. Para junio, RCRC anticipa que todos los coordinadores de servicios habrán completado la capacitación, y probablemente la mayoría del personal de RCRC en todos los niveles y en todos los departamentos. RCRC se compromete a brindar servicios y apoyo centrado en la persona en todos los aspectos de nuestro trabajo, y las capacitaciones continuas sobre pensamiento centrado en la persona son parte de ese compromiso. Estamos entusiasmados de poder aumentar nuestra capacidad para promover e implementar el pensamiento centrado en la persona tanto dentro de nuestra agencia como en la comunidad en general, y apoyar a los increíbles seres humanos a quienes servimos para que tengan un control positivo sobre sus vidas.

Si tiene preguntas o más información sobre el pensamiento centrado en la persona en RCRC, comuníquese con Sheila Keys o Alex Chesstell. ★

AChesstell@redwoodcoastrc.org

SKeys@redwoodcoastrc.org



the learning community
for person centered practices

Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con rsocial@redwoodcoastrc.org



febrero 2024

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
				1 I.D.E.A. Grupo de Padres 5:30-6:30pm 1116 Airport Park Blvd. Ukiah	2	3
4	5 Derecho al Voto 1:30-3:30pm 255 North Forbes Lake County	6 Derecho al Voto 12-2pm 1640 S State St. Ukiah <hr/> People First 2-4pm 14888 Olympic Dr. Clearlake	7	8 Derecho al Voto 12-2pm 3022 Broadway St. Eureka	9 Derecho al Voto 10-12pm 501 H St. Suite 1 Crescent City	10
11	12	13 So HUM Grupo de Padres 3-4:30pm 344 Humboldt Ave. Redway	14 <i>Día de San Valentín</i>	15 I.D.E.A. Grupo de Padres 6-7pm 180 3rd St. Lakeport	16 Lincoln's Birthday RCRC Closed <hr/> Single Mingle Dance 5-5:45pm 1531 J St., Eureka	17
18	19 President's Day RCRC Closed	20	21	22 I.D.E.A. Grupo de Padres 6-7pm 494 Pacific Ave. Crescent City	23	24 Taller de planificación de atención avanzada 10-12pm 3327 Timber Fall Court, Eureka
25	26	27 ACT: Criar niñas seguras 5:30-7:30pm 1st in series of 9 901 Myrtle Ave. Eureka	28 I.D.E.A. Grupo de Padres 6-7pm 525 2nd St. Eureka	29 Grupo de apoyo para cuidadores de adultos 6-7:30pm 814 7th St. Eureka		





Conociendo nuestra comunidad.

EMPLEADO DESTACADO, RON LEE

¿Cuál es su puesto en RCRC?

Soy relativamente novato en el RCRC y comencé oficialmente en junio de 2022. Comencé como especialista en control de calidad, realizando revisiones de control de calidad programadas y no programadas en entornos residenciales con licencia y hogares respaldados por agencias de hogares familiares para adultos. Actualmente, soy el Coordinador de Manejo de Emergencias del RCRC. En este cargo, llevo a cabo una variedad de actividades de preparación y respuesta ante desastres tanto para los empleados del RCRC como para aquellos a quienes apoyamos. Por último, también agradezco formar parte del equipo de formación de Pensamiento Centrado en la Persona.

Cuéntenos sobre una experiencia positiva con RCRC.

He tenido tantas experiencias positivas en el poco tiempo que llevo trabajando con RCRC que es difícil elegir solo una. En general, diría que la compasión y el compromiso demostrados por el personal del RCRC fueron una gran inspiración para mí cuando me uní al equipo por primera vez. Después de haber trabajado durante los últimos 30 años en una variedad de entornos de servicios sociales, realmente puedo decir que todos ustedes son especiales por la pasión que aportan al trabajo. También ha sido un gran placer y satisfacción trabajar con aquellos a quienes apoyamos para redactar sus propios planes centrados en la persona y de preparación para desastres.

¿Qué haces en tu tiempo libre?

Mi principal pasatiempo es ser músico, tocar el contrabajo eléctrico y el contrabajo en algunos grupos locales. Estoy agradecido por el apoyo que el área de Humboldt Bay brinda a sus artistas (incluidos los músicos). También soy un entusiasta de las motocicletas y disfruto de la apicultura, la jardinería y, lo más importante, pasar tiempo con la familia.



RON LEE



“Habiendo trabajado durante los últimos 30 años en una variedad de entornos de servicios sociales, realmente puedo decir que todos ustedes son especiales por la pasión que aportan al trabajo”.





Redwood Coast Regional Center

*Se enorgullece de anunciar que todo el personal recibirá capacitación sobre
Psicología Positiva y la Ciencia del Bienestar.*

*Presentado por la Dra. Wendy White, especialista clínica en au-
tismo y Amy Neff, enfermera registrada*

¿Por qué Proof Positive?

Si bien los resultados actuales del curso de vida de las personas con autismo siguen siendo menos que óptimos, Proof Positive cree en un futuro mejor. Todos, incluidos los autistas, merecen felicidad. Utilizando la ciencia de la psicología positiva, Proof Positive proporciona herramientas y recursos basados en evidencia para la comunidad con autismo que mejoran el bienestar y desarrollan la resiliencia.

Para más información sobre Proof Positive y
Habilidades destacadas mensuales gratuitas, visite:

proofpositive.org



Redwood Coast Regional Center
Respecting Choice in the Redwood Community



Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con rsocial@redwoodcoastrc.org





RCRC Grupo de Padres

Join Annie Bone
I.D.E.A. Especialista
para el grupo de padres cada mes.

Ukiah
Oficina de RCRC
1116 Airport Park Blvd.
1er Jueves
5:30-6:30pm

Point Arena
The Action Network
200 Main St
3/13, 4/10, 5/8, 6/12, 7/10
5:30-6:30pm

Lakeport
Oficina de RCRC
180 3rd Street
3er Jueves
6-7pm

Eureka
Oficina de RCRC
525 2nd Street,
1er Piso, en el salon de conferencias
Cada 4to Miércoles
6-7pm

Crescent City
Centro de Recursos Familiares
De los Redwoods
494 Pacific Ave
4to Jueves
6-7pm

Contacto:
Annie Bone
(707)-445-0893
ext. 360

PARENT GROUP

WHEN
1st Thursdays
5:30pm – 6:30pm

WHERE
RCRC Ukiah Office
Entrance located in the rear of
the building.
1116 Airport Blvd Ukiah, CA, 95482

Contact: Annie Bone RCRC's I.D.E.A. Specialist
(707)-445-0893 ext. 360

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS

PARENT GROUP

WHEN
Wednesday - 3/13/2024
Wednesday - 4/10/2024
Wednesday - 5/8/2024
Wednesday - 6/12/2024
Wednesday - 7/10/2024
More to be announced
5:30pm – 6:30pm

WHERE
The Action Network Point Arena
200 Main St Point Arena, CA, 95480

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

FIND COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

OPEN TO ANY AND ALL PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS



PARENT GROUP

WHEN
3rd Thursdays
6pm – 7pm

WHERE
RCRC Lakeport Office
180 3rd St. Lakeport, CA, 95453

Contact: Annie Bone RCRC's I.D.E.A. Specialist
(707)-445-0893 ext. 360

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

FIND COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS



PARENT GROUP

WHEN
4th Wednesdays
6pm – 7pm

WHERE
RCRC First Floor Conference Room in the Vance Hotel
525 2nd St. Eureka, CA, 95501

Contact: Annie Bone RCRC's I.D.E.A. Specialist
(707)-445-0893 ext. 360

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS



PARENT GROUP

WHEN
4th Thursdays
6pm – 7pm

WHERE
Family Resource Center of the Redwoods
949 Pacific Ave. Crescent City CA, 95531

Contact: Annie Bone RCRC's I.D.E.A. Specialist
(707)-445-0893 ext. 360

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS





Presentación sobre los derechos de voto para personas con discapacidades

Febrero 5, 2024
1:30pm-3:30pm
Lake County Courthouse
255 North Forbes, Lakeport

Febrero 6, 2024
12:00pm-2:00pm
Alex Rorabaugh Recreation Center
1640 S State St, Ukiah

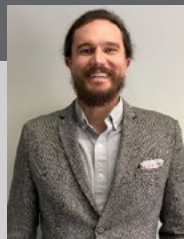
Febrero 8, 2024
12:00pm-2:00pm
Gaining Ground
3022 Broadway St., Eureka

Febrero 9, 2024
10:00pm-12:00pm
New Dawns
501 H St. Suite 1, Crescent City



Presentación sobre los derechos de voto para personas con discapacidades

Reserva:
5 de febrero @ 1:30pm– 3:30pm
Lake County Courthouse, 255 North Forbes, Lakeport
6 de febrero @ 12:00pm– 2:00pm
Alex Rorabaugh Recreation Center, 1640 S State St, Ukiah
8 de febrero @ 12:00pm– 2:00pm
Gaining Ground 3022 Broadway St, Eureka
9 de febrero @ 10:00am – 12:00pm
New Dawns 501 H St. Suite 1, Crescent City



Presentado por Paul R. Spencer, abogado del Grupo de Práctica de Derechos Electorales de Disability Rights California

Un abogado de derechos electorales de Disability Rights California realizará una presentación sobre opciones de votación accesibles para personas con discapacidades. La presentación incluirá información sobre tutelas y derechos de voto.



Hosted by: State Council on Developmental Disabilities





People First del condado de Lake

People First del Condado de Lake es un grupo de autoapoyo y apoyo comunitario por y para las personas con discapacidades.

6 de febrero
2-4pm
Oficina RCRC Clearlake

26 de enero | 2:00-4:00 P.M.
Oficina RCRC Lakeport, CA

180 3rd Street

6 de febrero | 2:00-4:00 PM
Oficina RCRC Clearlake, CA

14888 Olympic Drive

People First del condado de Lake

People First del Condado de Lake es un grupo de autoapoyo y apoyo comunitario por y para las personas con discapacidades. Venga y conozca a personas con ideas como usted que comparten la pasión por un futuro mejor para nosotros y para los demás. No somos una etiqueta. ¡Somos las personas primero! Se proporcionarán refrigerios ligeros. Si necesita traducción en español para esta reunión, comuníquese con Alma Ingram a aingram@redwoodcoastrc.org o al 707-462-3832 extensión número 284.





Grupo de padres de SoHum

Un grupo de apoyo para padres/cuidadores que cuidan a personas con discapacidades del desarrollo.

13 de febrero
3-4:30pm
344 Humboldt Ave., Redway, Ca

Contacto:
Kathryn: (707) 616-3600
Ian: (540) 818-8164

SoHum

Parent Group

Multiplicity Therapeutic Services Inc.

February 2024

Parents/Caregivers of individuals with developmental disabilities we invite you to join our monthly parent group. This group seeks to foster a community for caregivers of individuals with developmental disabilities to share information, personal stories, and resources in a safe and supportive environment while sharing a meal.



Upcoming events:
February 13th, 2024, 3:00-4:30pm

KATHRYN (707) 616-3600 | IAN (540) 818-8164

Where: Southern Humboldt Family Resource Center
344 Humboldt Avenue Redway, Ca

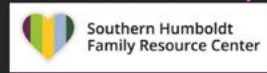
Activities & Support provided for all ages while caregivers meet!



This event is facilitated by:



This event is endorsed by:



Este evento comunitario no está organizado por el Centro Regional de Redwood Coast y puede o no tener un traductor disponible.

Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con rsocial@redwoodcoastrc.org



Danza mezclada individual

¡Únete al Single Mingle Dance y encuentra tu San Valentín!

16 de febrero
5-5:45 p.m.
1531 J St., Eureka

Si necesita transporte, llame a Sharon al (503) -201-7028 para reservar su lugar.



February 16
Single Mingle: 5pm-5:45pm
Come mingle with other singles
and find your Valentine

Tunnel of Love Dance 6pm-8pm
Music by DJ K-Wal and Liz T

FREE Admission, Drinks, & Pizza

Eureka Womens Club
1531 J St. Eureka 95501

Need Transportation? Call Sharon: 503 201-7028

Thank You California Mentor
and CAE

Este evento comunitario no está organizado por el Centro Regional de Redwood Coast y puede o no tener un traductor disponible.



Taller de planificación de atención avanzada

Únase a este taller GRATUITO para aprender qué es importante en su planificación de atención avanzada.

24 de febrero
10-12pm
3327 Timber Fall Court, Eureka

Para mas informacion contacte:
Hospice of Humboldt
(707) 445-8443

FREE ADVANCE CARE PLANNING WORKSHOP

How will your family know your wishes in a health crisis?

Attend this free workshop where you'll learn how to approach these important but often uncomfortable conversations with your loved ones.

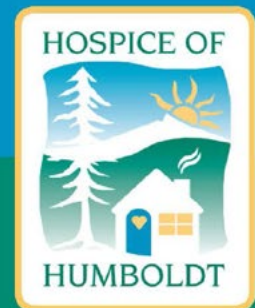
Presenters will provide an Advance Directive form you can complete at the workshop, if you are ready, or a blank Advance Directive to take home to discuss and complete with your family and to share with your medical providers.

Learn what is important to include in your Advance Directive and how to choose the person you wish to speak for you in the event you are unable to speak for yourself.



**SATURDAY,
FEBRUARY 24th**
10:00 a.m. to 12:00 p.m.

Hospice of Humboldt Conference Room
3327 Timber Fall Court, Eureka



Workshop facilitated by
Hospice of Humboldt Social Workers

Notary services by Suzy Smith
available with current ID

For more information, please call 707.445.8443

Este evento comunitario no está organizado por el Centro Regional de Redwood Coast y puede o no tener un traductor disponible.

Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con rsocial@redwoodcoastrc.org





ACT: Criar niños seguros:

Una serie para padres de 9 semanas para familias con niños de 0 a 8 años.

27 de febrero
5:30-7:30

5, 12, 19 de marzo
5:30-7:30

9, 23, 30 de abril
5:30-7:30

7 y 14 de mayo
5:30-7:30

Ubicación: Humboldt County Office of Education
901 Myrtle Ave., Eureka

Contacta y Regístrate:
Ev - (707) 633-3065

Asistencia a TODAS las clases requeridas para la Certificación de finalización.

HUMBOLDT BRIDGES TO SUCCESS AND
THE HUMBOLDT COUNTY OFFICE OF
EDUCATION PRESENT

FREE!

ACT: Raising Safe Kids

A 9-WEEK PARENTING SERIES FOR FAMILIES WITH CHILDREN AGES 0-8 YEARS

Starts February 27, 2024

Additional Tuesdays, 5:30-7:30pm:

Mar. 5, 12, 19

Apr. 9, 23, 30

May 7, 14

Attendance at ALL classes required for Certificate of Completion.

Location: Humboldt County Office of Education
901 Myrtle Avenue, Eureka

*Dinner included each session, and childcare provided for the **first 10 children enrolled** (up to age 8).*

In this Training Series you will:

- Learn about your child's development.
- Increase positive parenting skills and practices.
- Be supported in creating a nurturing, safe, and healthy environment for your family.



For more information and to register contact Ev at (707) 633-3065

Made possible with a generous grant from the First 5/DHHS ACEs Collaborative



Este evento comunitario no está organizado por el Centro Regional de Redwood Coast y puede o no tener un traductor disponible.





Grupo de apoyo para cuidadores de adultos

Un grupo de apoyo para personas que cuidan a adultos con problemas de salud u otras discapacidades.

29 de febrero
6-7:30pm
814 7th St., Eureka, Ca

Contacto: Giancarlo,
giancarlo@multiplicityinc.com
(530) 859-0945

February Support Group for Caregivers Of Adults

This is a support group for people that care for adults with health conditions or other impairments. The goal of the group is to connect caregivers, provide resources, and provide support to lead to happier and more successful lives for everyone.

This month we are meeting on February 29th from 6-7:30pm

We will be providing a safe environment to share and find support with free food, attendance prizes and a resource bingo game!

We meet monthly at:

814 7th St.
Eureka, CA

We also provide a virtual option via Zoom:

Permanent Zoom Link:

<https://us06web.zoom.us/j/2192597832>

Meeting ID: 219 259 7832

For more information please contact Giancarlo via

giancarlo@multiplicityinc.com

or call/text at:

(530) 859-0945

Este evento comunitario no está organizado por el Centro Regional de Redwood Coast y puede o no tener un traductor disponible.



SCDD y DDS en todo el estado

Autodeterminación

Orientación

¿Querer aprender más?
Comuníquese con su Coordinador de Servicios en RCRC o con un Gerente de Elección de Participantes.

Gerentes de elección de participantes Condados de Humboldt y Del Norte:

Alex Chesstell
707-445-0893, ext. 317
AChesstell
@redwoodcoastrc.org

Mendocino & Lake Counties:
Sheila Keys
707-462-3832, ext. 254
SKeys@redwoodcoastrc.org



ORIENTACIÓN A LA AUTODETERMINACIÓN (SDP) EN TODO EL ESTADO



VEN APRENDER...

- ¿Qué es el Autodeterminación?
- Pasos para inscribirse en Autodeterminación
- Cómo funciona Autodeterminación
- Funciones clave en Autodeterminación
- Los principios de Autodeterminación
- Tus próximos pasos

Para más Información e Inscripciones

Haga clic en el enlace:

<https://scdd.ca.gov/sdp-orientation-espanol/>



POLI



KATIE



KION

... ¡Son autodeterminados!
¡Averigüe si el programa de autodeterminación es adecuado para usted!

SE PROPORCIONARÁ UN CERTIFICADO DE FINALIZACIÓN.
SE REQUIERE UNA ORIENTACIÓN DE SDP PARA INSCRIBIRSE EN SDP.





Recursos de Listos California Preparación para emergencias

¡Prepárate y mantente segura!

Para obtener más información visite: listoscalifornia.org



CONSEJOS PARA LA SEGURIDAD EN LA TEMPORADA DE TORMENTAS



INUNDACIONES

- Las inundaciones repentinas pueden desarrollarse muy rápidamente. Esté preparado para evacuar a todas las personas y animales a terrenos más altos si así se le ordena. Tenga los suministros de emergencia empacados en una bolsa de viaje.
- Mantenga el tanque de gasolina de su automóvil al menos hasta la mitad en caso de que le pidan que evacue. Puede haber tráfico y retrasos.
- Nunca conduzca alrededor de barricadas ni conduzca o camine sobre aguas de inundaciones. Puede ser más profundo de lo que cree y puede arrastrarlo a usted o a su automóvil. ¡Date la vuelta, no te ahogues!



CORTE DE ENERGÍA

- Mantenga las baterías del teléfono completamente cargadas y ahorre energía limitando el uso del teléfono durante un corte de energía.
- Regístrese para recibir alertas a través de su compañía de energía de modo que pueda ser notificado sobre cualquier problema energético. Si utiliza dispositivos médicos y/o de asistencia eléctrica, asegúrese de inscribirse en un programa Medical Baseline para garantizar tu seguridad en caso de corte de energía.
- Si no se pueden satisfacer sus necesidades medicas durante un corte de energía, planifique con los cuidadores el transporte a un lugar con energía.



VIENTOS FUERTES

- Los escombros voladores pueden ser mortales. Permanezca dentro de casa o en un lugar protegido. Evite conducir si es posible.
- Asegure cualquier artículo suelto afuera que pueda volar y causar daños o lesiones.
- Manténgase alejado de árboles y líneas eléctricas, y nunca se acerque a líneas eléctricas caídas. Evite cualquier cosa que pueda estar en contacto con una línea caída, incluidas las ramas de los árboles y los vehículos.



BAJAS TEMPERATURAS

- La temperatura corporal puede descender a niveles peligrosos en bajas temperaturas. Permanezca en el interior de casa tanto como sea posible. Si debes salir, abriguese bien con capas aislantes, guantes, bufandas, calcetines y un gorro.
- Calienta tu hogar de forma segura. No utilice estufas, hornillos de campamento, generadores ni parrillas de gas o carbón para calentar el interior de su casa. Los vapores son mortales.
- Sepa adónde ir si su casa se vuelve demasiado fría. Podrías ir a la casa de un amigo, a un centro comunitario, a un centro comercial o a una biblioteca pública. Consulte a los funcionarios de emergencia del condado sobre los centros de acogida disponibles cerca de usted.



NIEVE PROFUNDA

- Las fuertes nevadas pueden provocar cortes de energía y dejarlo atrapado en su casa durante días.
- Reúna comida, agua y medicinas antes de una tormenta de nieve.
- Si tienes que viajar, informe a alguien adónde va para que sepa dónde buscarlo en caso de una emergencia.



DESGLIZAMIENTOS DE TIERRA

- Descubra si su área está en alto riesgo debido a pendientes pronunciadas y escorrentías, flujos de lodo anteriores, inundaciones o consecuencias de incendios forestales.
- Los deslizamientos de tierra son peligrosos incluso después de que haya cesado la lluvia. Tenga cuidado y permanezca alerta durante los días posteriores.
- Preste atención a los informes meteorológicos y evacue inmediatamente si se le ordena.

ListosCalifornia.org





Recursos Útiles



GUÍA DE RECURSOS PARA PADRES

Acceda a una biblioteca cada vez con más recursos gratuitos para padres y cuidadores de 0 a 5 años Desarrollados por el Centro Regional de Redwood Coast a través de la subvención “Familias. Y apoyos juntos” (FAST) de MHSA

¡Mira nuestras Academias para Padres!

Cubre una variedad de temas relacionados con intervenciones y apoyo para familias y niños con discapacidades del desarrollo, incluidas capacitaciones en video basadas en evidencia impartidas por expertos en la materia, acompañadas de Power Points y folletos disponibles con solo hacer clic en un botón.

For more info. visit: <https://padlet.com/bctservices2/informaci-n-y-recursos-para-padres-de-ni-os-con-necesidades--nv6d8dqee2wqy1s2>

Escanear código QR:



Organizaciones que colaboran para desarrollar un sistema receptivo transdisciplinario capaz de apoyar el bienestar mental de todos los futuros padres, niños pequeños y sus familias dentro del contexto de sus comunidades.

Para más información visite: www.0to8mhc.org/





Recursos Útiles



El kit de herramientas de bienestar de DDS es una nueva sección del sitio web de DDS centrada en proporcionar información y herramientas relacionadas con la salud y la seguridad para autogestores, profesionales de apoyo directo y vendedores o proveedores. Se agregarán nuevos temas, herramientas e información de forma continua.

Para obtener más información visite:
dds.ca.gov/consumers/wellness-toolkit/



Difundiendo la ciencia y las habilidades de la felicidad. Proof Positive es una fuente en línea dedicada a mejorar el bienestar de las personas autistas y sus familias, proveedores y comunidades.

Para más información visite: proofpositive.org/



La misión de Disability Vote California es involucrar e informar a los votantes con discapacidades y empoderar a los miembros de la comunidad para facilitar el acceso a la votación para la comunidad discapacitada.

Para más información. visita: disabilityvoteca.org/





Contactanos

Aprende mas sobre nuestros programas y servicios

Oficinas Redwood Coast Regional Center

CONTACTE A SU OFICINA MÁS CERCANA PARA OBTENER AYUDA

Ukiah Office | Oficina corporativa
1116 Airport Park Blvd.
Ukiah, CA 95482
Phone: (707) 462-3832
Fax: (707) 462-3314
Mendocino County

Oficina de Fort Bragg
270 Chestnut Street, Suite A
Fort Bragg, CA 95437
Phone: (707) 964-6387
Fax: (707) 964-0226
Mendocino County

Oficina de Lakeport
180 3rd Street
Lakeport, CA 95453
Phone: (707) 262-0470
Fax: (707) 264-6537
Lake County

Oficina de Clearlake
14888 Olympic Dr.
Clearlake, CA 95422
Phone: (707) 621-6169
Fax: (707) 264-6537
Lake County

Oficina de Eureka
525 2nd Street, Suite 300
Eureka, CA 95501
Phone: (707) 445-0893
Fax: (707) 444-3409
Humboldt County

Oficina de Crescent City
1301-A Northcrest Drive
Crescent City, CA 95531
Phone: (707) 464-7488
Fax: (707) 465-4230
Del Norte County

Visita nuestra página en línea

 [@REDWOODCOASTREGIONALCENTER](https://www.instagram.com/REDWOODCOASTREGIONALCENTER)

 [@REDWOODCOASTREGIONALCENTER](https://www.facebook.com/REDWOODCOASTREGIONALCENTER)

 [@REDWOODCOASTRC](https://twitter.com/REDWOODCOASTRC)

REDWOODCOASTRC.ORG

Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con rsocial@redwoodcoastrc.org

