

VOL. 5 ASUNTO 3 • MARZO 2024

REDWOOD COAST REGIONAL CENTER

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

Hello
Spring



Una vida de trabajo en equipo con Mary Block Canva

INSPIRANDO PALABRAS DE NUESTRA DIRECTORA DE SERVICIOS AL CLIENTE

¿Cuál es su puesto en RCRC?

Durante los últimos 16 años, he sido directora de Servicios al Cliente del Centro Regional de Redwood Coast.

¿Qué te inspiró a incursionar en este campo de trabajo?

Desde que tengo memoria, siempre he sido parte de un equipo; una reunión de personas que se apoyan mutuamente y trabajan juntas para lograr un resultado positivo. Esto comenzó siendo parte de una gran familia y trabajando juntos en varios equipos deportivos; y encontrar una pasión dentro del mundo

laboral donde las personas se reúnen de manera centrada y pueden marcar una enorme diferencia en la vida de un individuo; de ahí mi campo de estudio de Trabajo Social.

Mi pasión por colaborar con personas con discapacidades realmente se profundizó cuando una de mis sobrinas nació con un tumor no maligno inoperativo en el cerebro. Fue amada y apreciada en nuestra familia durante su corta vida, a pesar de que no podía hablar, caminar ni satisfacer sus propias necesidades. Su epilepsia era implacable en su cuerpo, pero era una luchadora.

Continúa en la siguiente página

Días para recordar

Marzo es
El mes de los trabajadores y las trabajadoras sociales

Marzo es
Mes de concientización sobre la parálisis cerebral

Marzo es
Mes de concientización sobre las discapacidades del desarrollo

Marzo 1ro
Día de agradecimiento a los empleados RCRC
oficinas cerradas a la 1pm

Marzo 10
Horario de verano

Marzo 17
Día de San Patricio

Marzo 19
Día Mundial del Trabajador Social

Marzo 21
Día Mundial del Síndrome de Down

Marzo 26
Día Púrpura por la Epilepsia

Marzo 31
La Pascua





Una vida de trabajo en equipo

Continuación de la página anterior

...nunca debes sentirte como si estuvieras solo en una isla. El trabajo en equipo dentro de esta organización es uno de los principales pilares que fortalece al RCRC.

— Mary Block

Hasta su muerte a los 24 años, mi sobrina permaneció viviendo en casa gracias al apoyo interminable de su familia y a una exención de Medicaid para personas con necesidades médicas intensas. A lo largo de su vida, ella siempre sonreía, especialmente cuando familiares y amigos estaban cerca. Entonces, pensando en mi sobrina, si pudiera marcar una diferencia positiva en la vida de una sola persona, ¿ese sería un viaje profesional que valía la pena emprender para mí!

Cuéntenos sobre una experiencia inspiradora trabajando con RCRC.

Para cada empleado que es, o ha sido, parte de la “familia” de RCRC, supongo que su respuesta a esta pregunta sería la misma. . . ¿Cómo capturas solo una de esas experiencias? Realmente se trata de las personas y familias que nos han permitido ser parte de sus vidas, que han abierto sus puertas y sus corazones a

nuestros coordinadores de servicios, nuestras enfermeras y todos los demás miembros de nuestros equipos internos y externos.

Pero para responder a la pregunta, y al reflexionar sobre mis 16 años con RCRC, algunos de los momentos que siempre permanecerán presentes en mi mente serán aquellos momentos en que uno de nuestros clientes se unió a un comité, ya sea el Comité de Autodeterminación Local Comité Asesor, la Junta Directiva o mientras asistían a su propia reunión del IPP y pasaron de estar aprensivos e inseguros a abrazar su propia voz, su defensa y habilidades de liderazgo. El orgullo en sus rostros es algo que llevaré conmigo para siempre.

¿Qué consejo le darías a alguien que comienza en el centro regional?

Para recordar, nunca debes sentirte como si estuvieras solo en una isla. El trabajo en equipo dentro de esta organización es uno de los principales pilares que fortalece al RCRC. Utilice ese apoyo, haga preguntas y recuerde siempre escuchar la voz de los demás y la fuerza de su propia voz.

¿Qué esperas hacer en el futuro?

Como muchos de ustedes ya saben, el 4 de abril de 2024 me retiraré del Centro Regional de Redwood Coast y, como tal, mi viaje hacia el futuro aún no se ha escrito. Sin embargo, espero pasar más tiempo con mi familia, incluidos mis tres hijos adultos y sus cónyuges, mis cuatro nietas aventureras, mi madre de 92 años, mis

hermanos y hermanas. ¡Ese equipo se extiende desde San Diego, Colorado y Minnesota!

Además, y lo que es igualmente importante, es pasar más tiempo con todos los amigos que he tenido la suerte de tener en mi vida, incluidos los amigos de la escuela secundaria y aquellas amistades que tengo la suerte de tener aquí en California. He jugado softbol mixto durante los últimos 16 años (iGo Rebels!) y también soy parte de un maravilloso y divertido equipo de pickleball. Veo que todo eso continúa porque son estas personas las que enriquecen mi vida. También me encanta caminar, leer y pasar tiempo en la cocina. Puede que mi futuro no esté escrito en este momento, ¡pero seguro que parece brillante!



Mary Block



Marzo 2024

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<i>El mes de los trabajadores y las trabajadoras sociales</i>	<i>Mes de concientización sobre la parálisis cerebral</i>	<i>Mes de concientización sobre las discapacidades del desarrollo</i>			1 Grupo de apoyo para padres con autismo 10:00-11:00 ZOOM Empleado Día de Apreciación RCRC cerrado a la 13:00	2
3	4	5	6	7 I.D.E.A. Grupo de padres 17:30-18:30 1116 Airport Park Blvd. Ukiah	8	9
10 <i>Luz Ahorros</i>	11	12	13 I.D.E.A. Grupo de padres 17:30-18:30 200 Main St. Point Arena	14	15 Round Valley Despensa de alimentos 10:00-14:00 76300 Grange St. Covelo	16
17 <i>Día de San Patricio</i>	18	19 Multiplicity Grupo de padres 3:00-4:30pm 344 Humboldt Ave. Redway <i>Día Mundial del Trabajador Social</i>	20	21 I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00, 180 3rd St. Lakeport Multiplicity Cuidadores 17:00-18:00 2755 Mission Rancheria Rd. Lakeport <i>Día Mundial del Síndrome de Down</i>	22 Transition Fair 16:00-18:00 901 Myrtle Ave. Eureka	23
24	25 Multiplicity PadreGrupo de apoyo 17:30-19:30 1236 Airport Park Blvd Ukiah	26 <i>Día Púrpura por la Epilepsia</i>	27 I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00, 525 2nd St. Eureka POS Gasto Reunión pública 10:00-11:30 Zoom	28 I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00 494 Pacific Ave. Crescent City	29	30 Multiplicity Cuidadores 13:00-14:30 900 Vance Ave. Samoa <i>Día de César Chávez</i>
31 <i>La Pascua</i>						





TCRC

REGLA FINAL HCBS - LA SERIE ANIMADA

POR CENTRO REGIONAL DE LOS TRES CONDADOS Y MEDIOS DE PÍXELES PÚBLICOS

El Centro Regional Tri-Counties (TCRC) presenta una serie animada destinada a hacer que la Regla Final HCBS sea más accesible para los proveedores de servicios, las personas con discapacidades del desarrollo y la comunidad en general.

TCRC se asoció con Public Pixels Media y Joe Sichta, un showrunner galardonado por algunas de las animaciones más queridas, incluidas Scooby Doo, Thomas the Tank Engine y Muppet Babies, para crear 20 videos cortos animados de cinco minutos de alta calidad que explican elementos clave de la Regla Final. Hay 10 episodios cada uno para proveedores de servicios y para personas que reciben servicios. Las versiones ASL también están disponibles para todos los videos. Para mayor accesibilidad, ¡próximamente estarán disponibles versiones en 20 idiomas!

¡No olvides ver el video especial detrás de escena sobre la realización de esta serie! Para ver todos los videos, visite el canal de YouTube de Tri-Counties. ★

youtube.com/@tri-countiesregionalcenter/playlists



**Tri-Counties
Regional Center**

Boletín RCRC

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





Autismo RCRC Grupo de Apoyo Padres

Únase a la Dra. Wendy White
y/o Jillian Guevara, BCBA

1er viernes de cada mes
10:00-11:00

ZOOM
ID reunión: 995 2860 5123

01 de marzo
5 de abril
3 de mayo
7 de junio
5 de julio
2 de agosto
6 de septiembre
4 de octubre
1ro de noviembre
6 de diciembre

Grupo de Apoyo para Padres de Niños con
Autismo del RCRC: un lugar seguro para
conocer a otros y aprender juntos.

**ORGANIZADO POR LAS
ESPECIALISTAS EN AUTISMO, DRA.
WENDY WHITE Y/O JILLIAN GUEVARA,
BCBA**

**Primer viernes de cada
mes
10:00-11:00 AM
Zoom
Meeting ID: 995 2860 5123**

Enero 5, 2024
Febrero 2, 2024
Marzo 1, 2024
Abril 5, 2024
Mayo 3, 2024
Junio 7, 2024
Julio 5, 2024
Agosto 2, 2024
Septiembre 6, 2024
Octubre 4, 2024
Noviembre 1, 2024
Diciembre 6, 2024





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
17:30-18:30

Point Arena
The Action Network
200 Main St
3/13, 4/10, 5/8, 6/12, 7/10
17:30-18:30

Lakeport
Oficina de RCRC
180 3rd Street
3er Jueves
18:00-19:00

Eureka
Oficina de RCRC
525 2nd Street,
1er Piso, en el salon de conferencias
Cada 4to Miércoles
18:00-19:00

Crescent City
Centro de Recursos Familiares
De los Redwoods
494 Pacific Ave
4to Jueves
18:00-19:00

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

PARENT GROUP

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS

WHEN
1st Thursdays
5:30pm – 6:30pm

WHERE
RCRC Ukiah Office
Entrance located in the rear of the building.
1116 Airport Blvd Ukiah, CA. 95402

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

PARENT GROUP

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

OPEN TO ANY AND ALL PARENTS

COMMUNITY SUPPORT


GUEST SPEAKERS

SNACKS

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. 95400



PARENT GROUP

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

FIND COMMUNITY SUPPORT


GUEST SPEAKERS

SNACKS

WHEN
3rd Thursdays
6pm – 7pm

WHERE
RCRC Lakeport Office
180 3rd St. Lakeport, CA. 95450

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



PARENT GROUP

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS

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



PARENT GROUP

MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT


GUEST SPEAKERS

SNACKS

WHEN
4th Thursdays
6pm – 7pm

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

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






Round Valley Despensa de Alimentos

15 de marzo de 2024
10:00- 14:00

76300 Grange Calle
Covelo

Contacto: (707) 983-6262



The Round Valley Food Pantry

WINTER 2024

Schedule - 10 AM-2 PM

*** JANUARY 19TH**

*** FEBRUARY 16TH**

*** MARCH 15TH**

76300 Grange Street– Covelo, Ca

DRIVE THRU/CURBSIDE SERVICE

We have baby diapers, for families with young children. (Size 3 and 4 only)

Call 983-6262– for more info–RV FRC
(if you have any questions)



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



Multiplicity Grupo de padres

19 de marzo de 2024
15:00-16:30

344 Humboldt Avenue
Redway

Contacto: Kathryn
(540) 818-8164

Southern

Parent Group

Multiplicity Therapeutic Services Inc.

3rd Tuesday of
the month

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:
March 19th 3:00-4:30pm
April 16th 3:00-4:30pm
May 21st 3:00-4:30pm

Activities
provided
for all ages.



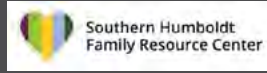
☎ KATHRYN (707) 616-3600 | IAN (540) 818-8164

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

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





Grupo de Cuidadores de Multiplicidad

21 de marzo de 2024
17:00-18:00

2755 Misión Ranchería Rd.
Puerto del lago

Contacto: (707) 301-5889

Se requiere confirmar asistencia. Disponibilidad limitada.

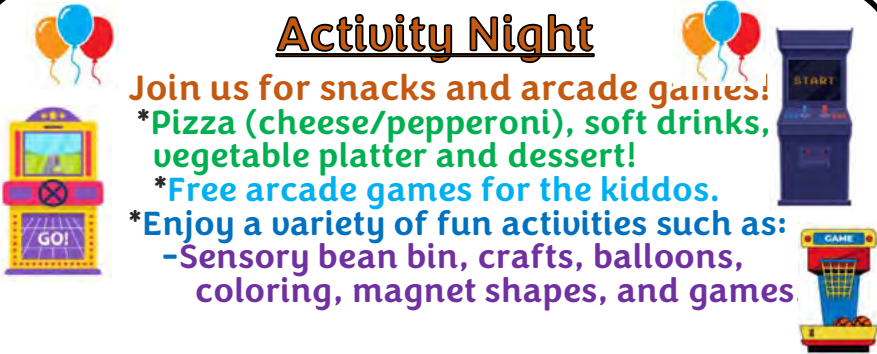
Multiplicity Therapeutic Services Lakeport Activity Night Thursday, March 21st, 2024

Caregivers and families of individuals with developmental disabilities: Please join our monthly event! This month event is being held at the Fun Zone Arcade!

Activity Night

Join us for snacks and arcade games!

- *Pizza (cheese/pepperoni), soft drinks, vegetable platter and dessert!
- *Free arcade games for the kiddos.
- *Enjoy a variety of fun activities such as:
 - Sensory bean bin, crafts, balloons, coloring, magnet shapes, and games



WHEN: Thursday March 21st from 5-6 pm, Multiplicity Therapeutic Services will provide snacks (pizza, vegetable tray, and dessert) and be supporting various activities.

WHERE: Fun Zone Arcade. 2755 Mission Rancheria Rd, Lakeport, CA 95453

RSVP: RSVP is required. Limited availability.

Text or Call (707) 301-5889
RSVP with the total number of adults and children.

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





Feria de Transición

22 de marzo
16:00-18:00

901 Myrtle Ave.
Eureka

Taller de Empleo
5pm-7pm

Gratis con confirmar
asistencia:

707-445-0893 extensión. 364 o

[tinyurl.com/
IncludeEmploymentHum](http://tinyurl.com/IncludeEmploymentHum)



Humboldt County
Office of Education



Disability, Independence & Opportunity



Luck + Preparation



Redwood Coast
Regional Center



FREE Transition Fair

for Students with Disabilities

Friday, March 22, 2024 • 4-6pm

Sequoia Conference Center • 901 Myrtle Avenue, Eureka

Come learn about: What You Want • College • Providers

Benefits Planning • Activities • Life After High School • Onward!

Resource providers will be on hand • Snacks provided

Questions? Contact Elizabeth Hassler: ehassler@redwoodcoastrc.org or 707-445-0893

Optional Featured Workshop: A Future Including Employment

Presented by Elizabeth Hassler, Redwood Coast Regional Center Client Advocate • 5-7pm • Dinner Provided

- Why is employment important for young adults with disabilities?
- What types of community supports are available?
- What are the strategies for preparing youth for real work?
- How do you work and keep supports you need?
- What's the next step for me?

Workshop is
free with RSVP!

707-445-0893 ext. 364
or tinyurl.com/tf-future

Families encouraged to attend with their young people • Professionals working w/ages 13-26 also welcome

Boletín RCRC

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



Grupo de apoyo para padres de multiplicidad

25 de marzo de 2024
17:30-19:30

1236 Aeropuerto Park Blvd.
Ukiah

Contacto: (707) 494-8511

Confirmar asistencia: debe recibirse antes del 22 de marzo.



Condado de Mendocino Grupo de apoyo para padres



Multiplicity Therapeutic Services Marzo 2024

Familias que tienen un hijo con una discapacidad del desarrollo: Lo invitamos a que venga a recoger su comida gratis y consulte con nosotros sobre cualquier otro apoyo que necesite.

La crisis actual trae desafíos únicos para las familias de niños con necesidades especiales. Junto con una comida gratuita, este grupo también se centrará en lo que necesita, e incluirá apoyarse mutuamente, saber que no estamos solos y solucionar problemas.
ESTAMOS TODOS JUNTOS EN ESTO

Cuando: Lunes, 25 de Marzo, 5:30 – 7:30 pm

Dónde: Panda Express

1236 Airport Park Blvd, Ukiah



Confirme su asistencia a Multiplicity Therapeutic Services al 707-494-8511 o envíe un correo electrónico schedule@multiplicityinc.com.

Deje un mensaje, mensaje de texto o envíe un correo electrónico con su elección de **3 ENTRADAS Y 2 GUARNICIONES**.

LAS OPCIONES SON: ENTRADAS:

POLLO A LA NARANJA, CARNE CON BRÓCOLI, POLLO CON SALSA DE TERIYAKI, VENDURAS VARIADAS

GUARNICIONES: CHOW MEIN, ARROZ FRITO, ARROZ BLANCO

Todas las confirmaciones de **asistencia deben** ser recibidas por **3/22/24**

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





Redwood Coast Regional Center
Respecting Choice in the Redwood Community

Centro Regional de Redwood Coast

**organizará una reunión pública el
miércoles, 27 de marzo de 2024
de 10:00 a 11:30 horas.**

By Zoom Video/Teleconference:

Zoom Meeting ID: 829 3113 1955

Zoom Password: 041814

Dial in: 1 669 900 6833

Únase a nosotros el **miércoles 27 de marzo de 2024 a las 10:00 a.m.** por video/teleconferencia Zoom para **discusiones abiertas sobre cómo el Centro Regional de Redwood Coast (RCRC) utilizó los fondos de Compra de Servicio (POS) en 2022-2023. RCRC también busca opiniones del público para ayudar a mejorar los servicios dentro de nuestras comunidades y reducir las disparidades observadas.** Habrá traducción al español y ASL disponibles en la reunión.

RCRC es una organización sin fines de lucro y, a través de un contrato con el Estado de California, RCRC brinda servicios esenciales para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo y sus familias en los condados de Del Norte, Humboldt, Lake y Mendocino.

**ESTA ES UNA REUNIÓN PÚBLICA Y
TODO EL QUE ESTÉ INTERESADO ES BIENVENIDO A ASISTIR.**



Grupo de apoyo para cuidadores de multiplicidad

30 de marzo de 2024
13:00-14:30

900 Vance Ave.
Samoa

Contacto: (707) 498-0010

Correo electrónico: kelly@
multiplicityinc.com

Redwood Caregiver Support Group Saturday, March 30th, 2024

1:00 – 2:30PM

Parents & caregivers are invited to this monthly support group for a chance to meet other caregivers, connect with support professionals, and enjoy a fun time with their loved ones in a safe & supported environment.

We Will Be Offering:

Trampolines,
bounce house,
basketball and board
games!



We Will Be Meeting At:

Dream Athletics
900 Vance Ave., Samoa, CA 95564

Snacks and Drinks Provided

Please Text or Call Kelly with Multiplicity Therapeutic Services with any questions!

Phone: (707) 498-0010

Email: kelly@multiplicityinc.com





Discapacidad Médica versus Discapacidad Educativa

17 de abril de 2024
17:30-18:30

1116 Aeropuerto Park Blvd.
Ukiah

Se proporciona cuidado de niños y refrigerios.

Hay interpretación en español y ASL disponible.

El espacio es limitado, regístrate en:
<https://mcoe.k12oms.org/1709-246339>

Discapacidad Médica vs. Discapacidad Educativa



QUÉ

Capacitación sobre las diferencias entre una discapacidad médica y una discapacidad educativa.

QUIÉN

Todos los padres y miembros de la comunidad que apoyan a personas con discapacidades son bienvenidos a asistir.

CUANDO

miércoles, 17 de abril de 2024
17:30 - 18:30

Se proporciona cuidado de niños. El espacio es limitado (Regístrate temprano). Se proporcionarán refrigerios. Servicios de interpretación disponibles para familias de habla hispana.

DÓNDE

Centro Regional de Redwood Coast (RCRC)
Oficina de Ukiah
1116 Airport Park Blvd., Ukiah

REGISTRAR AQUÍ



ESCANEAR PARA REGISTRARSE



Ofrecido en colaboración por:



PRÓXIMAMENTE EN ABRIL, ¡REGÍSTRESE AHORA!

Boletín RCRC

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





¡Llamando todas las Entradas!

**¿Tiene una historia, proyecto o evento centrado en el cliente?
¿Te gustaría compartir en el boletín?**

¡Nos gustaría saber de usted!

Envíelo al Coordinador de redes sociales de los Centros Regionales de Redwood Coast para su revisión y posible publicación en rsocial@redwoodcoastrc.org

Nota: las fotografías de clientes y sus familias requieren un formulario de consentimiento fotográfico firmado.



Redwood Coast Regional Center
Respecting Choice in the Redwood Community

Boletín RCRC

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





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.



DESLIZAMIENTOS 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

iMira 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--nv6d8dqee2wqyls2>

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

WWW.REDWOODCOASTRC.ORG

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

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

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



Redwood Coast Regional Center
Respecting Choice in the Redwood Community

Boletín RCRC

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

