

VOL. 5 ASUNTO 4 • ABRIL 2024

# REDWOOD COAST REGIONAL CENTER

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



## Psicología Positiva con Prueba Positiva

EL CENTRO REGIONAL DE REDWOOD  
COAST PROMUEVE EL BIENESTAR

Por Amy Neff, RN  
y Dr. Wendy White

### Qué te inspiró a conectarte con Proof Positive.

**Amy:** Wendy y yo tuvimos mucha suerte de que nos invitaran a asistir al Proof Positive Learning Institute a mediados de 2023. Técnicamente, me uní como “suplente” de último momento para mi supervisor que no pudo viajar a la capacitación fuera del estado. ¡Me enteré de Proof Positive un jueves y estaba en Nueva Jersey el lunes siguiente! Muy rara vez me suceden cosas tan espontáneas, pero algunas de las mejores cosas de mi vida literalmente se han interpuesto en mi camino. Como madre de un niño con autismo, me sentí atraída de una manera muy personal. La misión de Proof Positive es hacer que la ciencia y las habilidades de la felicidad sean accesibles para todos, esto me llama desde lo más profundo.

**Describe la capacitación y cómo**



Ejercicio de fortalezas de carácter en RCRC  
Prueba Positiva de la formación de todo el personal.

### puede ayudar a otros a aprender sobre psicología positiva.

**Wendy:** Durante cada sección de la capacitación que brindamos, Amy y yo pudimos brindar información básica, hablar sobre cómo todos podemos incorporar las prácticas en nuestras propias vidas, pero también vinculamos cada sección a cómo podemos usar las herramientas para ayudar a apoyar a nuestros clientes y sus familias.

**Amy:** Utilizando la ciencia de la psicología positiva, Proof Positive cree

Continúa en la siguiente página

## Días para recordar

**Abril es**

Mes Nacional de la  
Concientización Del Autismo

Abril es sordo nacional  
Mes de la Historia

Abril es nacional árabe  
Mes de la Historia Americana

**Abril 1**

Día de Cesar Chávez  
Oficina cerrada de RCRC

**Abril 1**

Abril día de los inocentes

**Abril 2**

Día mundial del Autismo

**Abril 22**

Día de la tierra



**Autismo**  
Mes de la Concientización





# Psicología Positiva con Prueba Positive

Continuación de la página anterior

que el bienestar es una habilidad que se aprende y que todos, incluidas las personas con autismo, merecen prosperar. Proof Positive proporciona materiales GRATUITOS, descargables, fácilmente disponibles y basados en evidencia en su sitio web. Las capacitaciones del personal del RCRC fueron diseñadas para presentar el concepto de psicología positiva, proporcionar antecedentes y objetivos de Proof Positive como organización sin fines de lucro, y exposición y práctica de las seis habilidades centrales de Proof Positive: Fortalezas del carácter, Detección de fortalezas, Sacudidas de alegría, Lo que salió bien, muestre lo bueno, portafolios de positividad y PERMA+ (emociones positivas, compromiso, relaciones, significado, logros y salud). Al incorporar prácticas de psicología positiva en nuestras vidas, desarrollamos resiliencia, saboreamos lo bueno, mejoramos nuestras experiencias diarias, nuestra salud y la calidad de vida en general. Esperamos que el personal incorpore prácticas de psicología positiva en sus propias vidas y comparta estos recursos con nuestros clientes y la comunidad.

## ¿Cómo lo has incorporado a tu propio trabajo y vida?

**Wendy:** Empecé a usar una alarma justo antes de acostarme que insta a mi

familia a dejar lo que estamos haciendo y compartir nuestras sacudidas de alegría del día. Hago preguntas para despertar su pensamiento sobre las 10 grandes emociones positivas. En las últimas semanas hemos ampliado la práctica de Sacudidas de Alegría para incluir Lo que salió bien y lo que esperamos con ansias el día siguiente. También hice la Vía con mi esposo y la próxima vez la haré con mis hijos.

**Amy:** Comencé un diario de gratitud en junio pasado y me sorprendió el impacto que ha tenido en mi vida. Cada mañana, mientras estoy sentado en mi cocina y disfruto de mi primera taza de café (y antes que nada), escribo cinco cosas por las que estoy agradecido. Me tomó algo de tiempo confiar en que puedo estar agradecido sin temor a perder, así que escribo cinco cosas en las que también tengo esperanzas. Mi hija también empezó recientemente un diario de gratitud. Sé que le tomará algún tiempo asimilarlo y necesitará algo de orientación, pero estoy seguro de que, al incorporar estas prácticas, su forma de pensar cambiará, su confianza mejorará y las cosas buenas se destacarán para ella. Además, pudo completar la encuesta VIA Character Strengths y juntos creamos un perfil de una página que compartimos con su escuela y el equipo de ABA. Actualmente estamos practicando la identificación de fortalezas en nosotros mismos y en los demás.

**Describe una de las prácticas que las personas podrían probar en su vida diaria.**

**Amy:** Una cosa que tanto Wendy como yo hicimos de inmediato fue incorporar una alarma de "Sacudidas de alegría" en nuestros teléfonos. Creo que esta es una herramienta diaria, sencilla y rápida que nos recuerda que debemos hacer algo bueno por nosotros mismos, compartir algo de alegría con los demás o pensar en algo bueno que haya sucedido durante el día. Te recomiendo una alarma con una canción que te guste mucho y que no te importe escuchar todos los días. Hay mucho material disponible. Invitamos a todos a explorar y comenzar con una práctica que les hable.

**Wendy:** Una idea divertida es intentar comenzar a detectar la fuerza con personajes conocidos de sus programas de televisión favoritos mientras los vemos juntos. ¡Esperamos que esta sea una buena manera de ayudar a transferirlo a amigos y familiares! ★

Puede encontrar herramientas de descarga gratuita y disponibles de Proof Positive en [proofpositive.org/skill-center/](https://proofpositive.org/skill-center/)



La Dra. Wendy White y Amy Neff, enfermeras registradas, enseñan al personal del RCRC Habilidades positivas de prueba

## Abril 2024

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	<b>1</b> <i>Día de César Chávez</i> <i>RCRC cerrado</i>  <i>Día de los Inocentes</i>	<b>2</b> <i>Día Mundial del Autismo</i>	<b>3</b>	<b>4</b> I.D.E.A. Grupo de padres 17:30-18:30pm 1116 Airport Park Blvd., Ukiah	<b>5</b> Grupo de apoyo para padres con autismo 10:00-11:00 Zoom	<b>6</b> Celebre el autismo Evento al aire libre 12:00-16:00 Library Park Lakeport
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b> I.D.E.A. Grupo de padres 17:30-18:30pm 200 Main st. Point Arena  Seminario web sobre el Día Nacional de los Hermanos 10:00-12:00 Seminario web	<b>11</b> Spanish Speaking Parent Group 5pm, 180 3rd St. Lakeport  Multiplicidad Grupo de apoyo 17:00-18:00 2755 Mission Rancheria Rd. Lakeport	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b> Multiplicidad Grupo de padres 15:00-16:30 344 Humboldt Ave. Redway	<b>17</b> Médico vs. educativo 17:30-18:30pm 1116 Airport Park Blvd Ukiah	<b>18</b> I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00 180 3rd st. Lakeport	<b>19</b>	<b>20</b> Marcha y festival del grupo de padres 12:00-17:00 310 S. State St. Ukiah
<b>21</b>	<b>22</b> <i>Día de la Tierra</i>	<b>23</b>	<b>24</b> I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00 525 2nd St., Eureka  Noche de actividades de multiplicidad 17:30-19:30 720 N State Street Ukiah	<b>25</b> I.D.E.A. Grupo de padres 18:00-19:00 494 Pacific Ave. Crescent City  Grupo de Cuidadores de Multiplicidad 18:00-19:30 814 7th St. Eureka	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>28</b> Amistad Rápida 16:30-18:30 4328 Campton Rd. Eureka	<b>29</b> Entrenamiento RBT de 40 horas 18:00-20:00, Zoom 29 de abril al 10 de julio Lunes y miércoles por la noche	<b>30</b>		<i>Abril es nacional árabe</i> <i>Mes de la Historia Americana</i>	<i>Abril es sordo nacional</i> <i>Mes de la Historia</i>	<i>Abril es mes Nacional de Concientización sobre el Autismo</i>









# Día de Grassroots

## SER PARTE DE LA COMUNIDAD




Por Elizabeth Hassler

**H**ola! ¡Parece que ha pasado mucho tiempo desde que les escribí a través del boletín! Me gusta escribir  y compartir algunas de las cosas interesantes que están pasando. Cuando compartimos información entre nosotros, formamos parte de una comunidad  y aprendemos sobre las diferentes cosas que son posibles. ¿Qué quieres aprender?

### Preparandose para el Grassroots Day

Una cosa que estoy haciendo es prepararme para el Día de Grassroots es un día en el que cada Centro Regional envía un grupo de personas para hablar con nuestros legisladores sobre lo que está sucediendo en el Centro Regional y las cosas que son importantes para nosotros. Esto incluye que las personas con discapacidad tengan derechos y apoyo para tomar decisiones y alcanzar grandes objetivos . Los legisladores son las personas que crean las reglas para el estado y el país, por lo que es emocionante poder hablar con ellos. Pero nunca lo había hecho antes, así que me pone un poco nervioso . ¿Alguna vez te pones nervioso? ¿Cuándo fue la última vez que probaste algo nuevo?

Para el Día de Grassroots, tengo que

escribir una historia sobre por qué mi vida y la de otras personas son importantes y por qué las personas que establecen reglas deberían escuchar . A veces hablar de esto resulta estresante porque parece un gran trabajo. Pero respiro hondo  y recuerdo que ino lo hago solo! Compartir cosas importantes sobre nuestras vidas también es algo muy interesante, especialmente como equipo . ¿Qué quieres decirles a los responsables? ¿Qué es lo último que aprendiste escuchando?

### Hablando con su coordinadora de servicios

Si hay algo nuevo que quiera hacer o probar, puede decírselo a su coordinador de servicios, tal como se lo dice a otras personas de su red de apoyo. ¿Conoce tres cosas diferentes en las que su coordinador de servicios puede ayudarlo? ¿Sabes quién es tu coordinador de servicios?

Quiero decirle a la gente que tengo una buena vida y que todos los demás que utilizan los servicios del Centro Regional pueden tener una buena vida también. ¡Solo tenemos que trabajar todos juntos como equipo para que eso suceda! Ahora es tu turno: ¿Qué quieres que la gente sepa?

★



**ELIZABETH HASSLER**  
**Defensor del cliente para**  
**Humboldt y Del Norte**

Teléfono: (707) 445-0893 ext. 321  
ehassler@redwoodcoastrc.org



## Conociendo nuestra comunidad

EMPLEADO DESTACADO, ALMA INGRAM

### ¿Cuál es su puesto en RCRC?

Especialista en extensión de la diversidad

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

Cuando me mudé de México a Estados Unidos hace 19 años, mi vida dio un giro profundo. En ese momento, mi hija, que entonces tenía sólo 8 años, padecía un problema de salud grave. Como inmigrantes que no hablaban inglés, acceder a servicios esenciales para ella se convirtió en un desafío. La escasez de información sobre los recursos de salud disponibles me llevó a creer que nosotros, como inmigrantes, no éramos elegibles para recibir asistencia. Esta idea errónea casi le cuesta la vida a mi hija cuando tenía 10 años.

Después de eso, mi objetivo principal pasó a ser defender a los grupos minoritarios, en aquellos que enfrentan barreras para acceder a los servicios debido a diferencias culturales o de idioma. No solo soy bilingüe, sino que acepto con orgullo mi identidad bicultural, aprovechándola para cerrar brechas y garantizar que ninguna familia enfrente las mismas luchas que la mía.

### Cuéntenos sobre una experiencia o sentimiento positivo al trabajar con RCRC.

Una de las experiencias más impactantes que he tenido en RCRC fue cuando me conecté con una familia que enfrentaba numerosos desafíos debido a la epilepsia de su hijo adulto. Como muchos otros en situaciones similares, creían que no cumplían con los criterios para recibir servicios. "No somos ciudadanos estadounidenses", dijo la mamá. El proceso fue un poco largo, pero después de todo, su hijo se convirtió en cliente de RCRC y accedió a servicios muy necesarios. Poder facilitar esta conexión entre familias necesitadas y el apoyo que ofrece RCRC me llena de inmensa alegría y propósito.

### ¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

Durante mi tiempo libre realizo diversas actividades que me aportan alegría. Cuando el clima es favorable, me encanta el senderismo, disfruto de la belleza de la naturaleza. Pasar tiempo de calidad con mis nietas es siempre un momento destacado, llenando mi corazón de calidez y risas. Además, disfruto bailar, particularmente salsa, bachata y otros ritmos latinos. Siempre que el trabajo se vuelve abrumador, bailo mi estrés!



ALMA INGRAM

“Poder facilitar esta conexión entre familias necesitadas y el apoyo que ofrece RCRC me llena de inmensa alegría y propósito.”

Este soy yo, haciendo lo que más amo en RCRC.  
Conectando con mi comunidad



RCRC Newsletter

To include your event in our newsletter, contact [rsocial@redwoodcoastrc.org](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)





# Autismo RCRC Grupo de Apoyo Padres

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

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

10:00-11:00

ZOOM

Meeting ID: 995 2860 5123

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  
10 de Enero  
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

WHEN  
**1<sup>st</sup> 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

### MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

CONNECT WITH OTHER PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS

## PARENT GROUP

WHEN  
Wednesday - 3/15/2024  
Wednesday - 4/10/2024  
Wednesday - 5/15/2024  
Wednesday - 6/12/2024  
Wednesday - 7/10/2024  
More to be announced

WHERE  
**The Action Network  
Point Arena**  
100 Main St Point Arena, CA, 95448

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

### MONTHLY EVENT

FREE I.E.P. TRAINING

OPEN TO ANY AND ALL PARENTS

COMMUNITY SUPPORT

GUEST SPEAKERS

SNACKS



## PARENT GROUP

WHEN  
**3<sup>rd</sup> Thursdays**  
**6pm – 7pm**

WHERE  
**RCRC Lakeport Office**  
180 3<sup>rd</sup> 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  
**4<sup>th</sup> Wednesdays**  
**6pm – 7pm**

WHERE  
**RCRC First Floor  
Conference Room in  
the Vance Hotel**  
525 2<sup>nd</sup> 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  
**4<sup>th</sup> Thursdays**  
**6pm – 7pm**

WHERE  
**Family Resource  
Center of the  
Redwoods**  
494 Pacific Ave, Crescent City, CA, 95521

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





## Celebre el evento sobre autismo al aire libre

4 de abril  
12-4pm

Library Park  
Lakeport

RSVP o Contacto:  
[rsvp@autismai.com](mailto:rsvp@autismai.com)

Evento Gratuito!



**AUTISM ADVOCACY AND INTERVENTION'S SECOND ANNUAL OUTDOOR EVENT**

# CELEBRATE AUTISM

## 04/06/2024

Art Booth and Face Painting | DJ | Carnival  
Concessions and Games | Pop Up by La Chilanguita

12:00PM-4:00PM  
Library Park in Lakeport, CA

RSVP or contact us:  
[rsvp@autismai.com](mailto:rsvp@autismai.com)  
Free Event!



Este evento comunitario no esta 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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)





# Seminario web sobre el Día Nacional de los Hermanos

10 de abril  
10:00am-12pm

Seminario web GRATUITO

Regístrese en:

<https://www.disabilityrightsca.org/es/latest-news/dia-nacional-de-los-hermanos-los-hermanos-importan>



Día Nacional de los Hermanos:

## Los Hermanos Importan

Celebrando la Relación entre los Clientes del Centro Regional y sus Hermanos y Hermanas

¡La Oficina de Defensa de los Derechos del Cliente está celebrando el Día Nacional de los Hermanos! La relación entre hermanos y hermanas es especial. Nos entusiasma hablar sobre cómo la discapacidad afecta la relación entre hermanos.

Únase a nosotros en el Día Nacional de los Hermanos para este seminario web GRATUITO. Este evento es para las personas que reciben servicios del centro regional, sus familias y su círculo de apoyo. Cualquier persona que quiera aprender sobre las relaciones entre hermanos en la comunidad de discapacidades intelectuales y del desarrollo también es bienvenida a unirse.

Tu conexión con tu hermano o hermana es diferente de tu relación con tus padres y/o cuidadores. El seminario web incluirá un panel de discusión con clientes del centro regional y sus hermanos y/o hermanas. Hablarán sobre sus relaciones y cómo la discapacidad afecta sus vidas.

### Lo que aprenderás:

Los panelistas y participantes responderán a preguntas sobre:

- Cómo lidiar con los eventos difíciles de la vida
- Lo bien que se conocen
- Cómo apoyarse mutuamente en la toma de decisiones
- Cómo construir relaciones sólidas entre hermanos

Cuando:

**Miércoles 10  
de abril del 2024  
10:00 AM - 12:00 PM**  
Hora Pacifico

**Regístrese hoy**



1831 K Street  
Sacramento, CA 95811-4114  
[www.disabilityrightsca.org](http://www.disabilityrightsca.org)

**Boletín RCRC**

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con [rsocial@redwoodcoastrc.org](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)



## Grupo de padres de habla hispana del RCRC

180 3rd Street  
17:00  
2nd Thursdays  
Lakeport

11 de abril  
9 de mayo  
13 de junio  
11 de julio  
8 de agosto  
12 de septiembre  
10 de octubre  
14 de noviembre  
12 de diciembre

Contact: (707) 234-5415



Redwood Coast Regional Center  
Respecting Choice in the Redwood Community

**ASISTA,  
APRENDA Y  
COMPARTA!**

*El Centro Regional  
Redwood Coast*

### ***Acompañenos en persona***

El grupo de apoyo en español para padres de niños con discapacidades de desarrollo los invita a su reunión mensual cada segundo jueves del mes a las 5:00 PM

**Acompañenos en  
persona**

Centro Regional de Lakeport.  
180 3rd St.  
Lakeport, CA 95453

**¡SU PARTICIPACIÓN  
ES MUY IMPORTANTE!**

**Si tiene preguntas llámenos o envíenos un mensaje  
al (707)234-5415**

## Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con [rsocial@redwoodcoastrc.org](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)





# Grupo de Cuidadores de Multiplicidad

11 de abril  
17:00-18:00

2755 Mission Rancheria Rd  
Lakeport

Contacto: (707) 301-5889

Se requiere confirmar asistencia. Disponibilidad limitada.

## Multiplicity Therapeutic Services Lakeport Activity Night

Thursday, April 11<sup>th</sup>, 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 gar



**WHEN:** Thursday April 11<sup>th</sup> 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 esta 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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)



## Multiplicidad Grupo de padres

16 de abril  
15:00-16:30

344 Humboldt Avenue  
Redway

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

# Southern

## Parent Group

Multiplicity Therapeutic Services Inc.

3<sup>rd</sup> 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.


For Autism Acceptance Month we will be hosting a [Paint & Sip!](#)



Upcoming events:  
April 16<sup>th</sup> 3:00-4:30pm  
May 21<sup>st</sup> 3:00-4:30pm



Canvases  
and paint  
provided.

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

[KATHRYN@MULTIPLICITYINC.COM](mailto:kathryn@multiplicityinc.com)

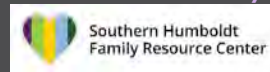
[IAN@MULTIPLICITYINC.COM](mailto:ian@multiplicityinc.com)

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 esta 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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)





# 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 (Regístrese 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:





## Marcha y festival del grupo de padres

20 de abril  
12:00-5:00pm

310 S. State St.  
Ukiah

Contacto: (707) 671-2067

# APRIL 20TH, 2024

ALEX THOMAS PLAZA

310 S. STATE ST. UKIAH, CA

FROM 12:00 PM TO 5:00 PM

If you would like to make a  
donation or participate, please  
contact: (707) 671-2067  
or scan the QR code to complete  
your application

### ACTIVITIES:

- AWARENESS WALK
- MUSIC
- TALENTS' SHOW
- RAFFLES
- OTHER SURPRISES

## MARCH AND FESTIVAL FOR DEVELOPMENTAL DISABILITIES AWARENESS

WE ACCEPT ANY DONATION



Este evento comunitario no esta 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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)





# Multiplicidad Noche de Actividades

24 de abril  
17:30-19:30

720 N State Street  
Ukiah

Contacto: (707) 494-8511 or  
e-mail: [schedule@multiplicityinc.com](mailto:schedule@multiplicityinc.com)

Confirme su asistencia: con  
el número total de adultos  
y niños requeridos antes del  
19/04/24

*Multiplicidad de Servicios Terapéuticos  
¡Celebra la concientización sobre el autismo!  
~~April 24, 2024~~*

**¡Únase a nosotros para una noche de actividades!  
¡Los clientes, cuidadores y/o familiares de MTS/RCRC  
son bienvenidos!**

La Noche de Actividades incluirá:

- Comida: Pizza, ensaladas, bebidas
- Juegos de arcade gratis para los niños
- Actividades divertidas: colorear, manualidades, juegos, globos

**\*\*Habrará un espacio tranquilo  
para personas con sensibilidades  
sensoriales**



**Cuándo: Miércoles 24 5:30-7:30 pm  
Dónde: Slam Dunk Pizza  
720 N State St, Ukiah**

**Confirme su asistencia a Multiplicity Therapeutic Services al 707-494-8511 o envíe un correo electrónico a [schedule@multiplicityinc.com](mailto:schedule@multiplicityinc.com).  
RSVP con el número total de adultos y niños.  
Todas las confirmaciones de asistencia **DEBEN SER RECIBIDAS POR 4/19/24****

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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)



## Grupo de apoyo para cuidadores de adultos.

25 de abril  
18:00-19:30

814 7th Street  
Eureka

o  
Zoom  
Meeting ID: 219 259 7832

Contacto: (530) 859-0945 or  
e-mail:  
[giancarlo@multiplicityinc.com](mailto:giancarlo@multiplicityinc.com)

## April 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.*

**April is Austim Acceptance Month please come  
help us celebrate!**

**April 25<sup>th</sup> from 6-7:30pm**

**We will be providing a safe environment to share  
and find support with free food, attendance prizes  
and fun activities!**

### **We meet monthly at:**

814 7<sup>th</sup> 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](mailto:giancarlo@multiplicityinc.com)**

**or call/text at:**

**(530) 859-0945**

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





## Amistad Rápida

28 de abril  
16:30-18:30

Moose Lodge  
4328 Campton Rd.  
Eureka

Contacto para el registro:  
[wwhite@redwoodcoastrc.org](mailto:wwhite@redwoodcoastrc.org)  
(707) 445-0893 ext.329



In celebration of  
Autism Acceptance Month!  
Please join us for



## Speed Friending

Looking for a fun, stress-free way to meet other people your age and build new friendships! If you are between the ages of 18 and 22, join us for snacks, and get-to-know-you interactive activities! This is a free event and open to the community!

**Sunday, April 28th**

**4:30 - 6:30 PM**

Moose Lodge  
4328 Campton Rd., Eureka



**To register for the event**  
contact Wendy White  
[wwhite@redwoodcoastrc.org](mailto:wwhite@redwoodcoastrc.org)  
707-445-0893 x329

## Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con [rsocial@redwoodcoastrc.org](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)



## RCRC 40 horas Entrenamiento RBT

29 de abril - 10 de julio  
lunes y miércoles  
18:00-20:00

Zoom  
[Enlace de registro](#)

Contacto para el registro:  
[rbt@rcrcdei.org](mailto:rbt@rcrcdei.org)  
(707) 234-5764



**Próximamente**

Centro Regional Redwood Coast  
**Capacitación RBT 40-Horas**

**Abril 29** **Lunes/miércoles 6p-8p**  
**Por las tardes/En línea**

Únase a nosotros en línea para la capacitación de Técnico de Comportamiento Registrado (RBT) de 40 horas del Centro Regional Redwood Coast con las instructoras, Phoebe Ballard, BCBA, Jillian Guevara, BCBA y Tricia Wood, MA, BCBA.

Las clases se llevarán a cabo los lunes y miércoles por la tardes de 6 p. m. a 8 p. m. a través de Zoom, del 29 de abril al 10 de julio del 2024.

La capacitación y los materiales se proporcionan sin costo alguno para los participantes.

Cada participante recibirá el libro de texto de la clase, Manual de capacitación para técnicos de conducta que trabajan con personas con autismo de Jonathon Tarbox y Courtney Tarbox. Además, una carpeta cargada de recursos y acceso a nuestro Quizlet de clase para recursos de estudio y actividades en clase.

Las clases incluyen interpretación en vivo INGLÉS → ESPAÑOL

Escanea el código QR para registrarse



¡Contáctanos e inscribete para la clase hoy!  
Email: [rbt@rcrcdei.org](mailto:rbt@rcrcdei.org) Llamada o Texto: (707) 234-5764





## Encuestas del NCI

El consejo estatal sobre discapacidades (SCDD) del Desarrollo ha enviado por correo las encuestas del National Core Indicators (NCI) directamente a los hogares de las familias atendidas por los centros regionales. SCDD envía por correo las encuestas estatales cada dos años por parte del Departamento de Servicios de Desarrollo (DDS, por sus siglas en inglés). Las familias tienen la oportunidad de dar su opinión sobre los servicios que reciben de los centros regionales y de los proveedores de servicios.

Recomendamos que todos completen la encuesta, ya sea en línea o enviando las respuestas por correo.

Las respuestas se mantienen confidenciales y no se reportan a los centros regionales o proveedores de servicios.

Nota importante: las preguntas de esta encuesta se basan en los National Core Indicators (NCI), que son medidas estándar utilizadas en todos los estados para evaluar el nivel de satisfacción y los resultados de los servicios que reciben los consumidores de los centros regionales y sus familias. La encuesta contiene preguntas relacionadas con el empleo, los derechos, la planificación de servicios, la inclusión comunitaria, preferencias, salud, y seguridad. Los resultados de la encuesta producen datos importantes que California utiliza para mejorar la calidad de los servicios a nivel estatal y local.

# DEJE QUE SE ESCUCHE SU VOZ

OCTUBRE 2023 - JUNIO 2024

## ENCUESTAS DE INDICADORES BÁSICOS NACIONALES (NCI) PARA LAS FAMILIAS

¡No olvide participar!

Las encuestas evalúan los servicios y apoyos que reciben usted y el miembro de su familia a través de su centro regional y los prestadores de servicios.

### Las encuestas abordan temas como:

- Derechos
- Decisiones
- Planificación de servicios
- Inclusión comunitaria
- Salud y seguridad
- Otros temas importantes



### ¿QUÉ ENCUESTA RECIBIRÁ?

Recibirá una de tres encuestas de NCI, según si el miembro de su familia con discapacidades intelectuales y de desarrollo (I/DD) es:

- un niño que vive en el hogar familiar
- un adulto que vive en el hogar familiar
- un adulto que vive fuera del hogar familiar

### ¿POR QUÉ?

Comparta su opinión sobre los servicios que recibe con el centro regional y el Departamento de Servicios de Desarrollo (DDS). Su participación ayuda al centro regional y al DDS a entender el impacto que ejercen estos servicios y apoyos sobre usted, su familia y sus seres queridos.

### ¿CÓMO?

El Consejo Estatal de Discapacidades del Desarrollo (SCDD) le enviará las encuestas por correo directamente.

Complete la encuesta impresa y envíela por correo postal (el franqueo ya está pago).

o

Use el código que figura en la carta para completar la encuesta en línea.



¿Preguntas? Correo electrónico  
QAProject@SCDD.ca.gov o NCISHelp@dds.ca.gov

## Boletín RCRC

Para incluir su evento en nuestro boletín, comuníquese con [rsocial@redwoodcoastrc.org](mailto: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](mailto: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





# 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

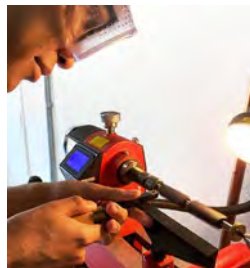


VEN APRENDER...

- ¿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 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 desponibles con solo hacer clic en un botón.

Para más información visite: <https://padlet.com/bctservices2/informaci-n-y-recursos-para-padres-de-ni-os-con-necesidades--nv6d8dqee2wqy1s2>



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: [0to8mhc.org](http://0to8mhc.org)



## Helpful Resources



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 auto-gestores, 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/](https://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 obtener más información visite: [proofpositive.org/](https://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/](https://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 linea

[WWW.REDWOODCOASTRC.ORG](http://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](mailto:rsocial@redwoodcoastrc.org)

