

# Simplifique la temporada



## Desarrollar e invertir en relaciones intencionales, Ubuntu

por Florence Parks

CountMás vale prevenir Consejo de Coordinación para la Prevención del Maltrato Infantil del Condado de Humboldt (CAPCC)

[www.capcchumboldt.org](http://www.capcchumboldt.org)

P.O. Box 854, Eureka, CA 95502



De acuerdo con algunas investigaciones, el mejor indicador de crecimiento sano de un adulto son sus relaciones familiares en su desarrollo, en general con sus padres, pero también con quienes le brindan ayuda.

Tómate un momento para reflexionar sobre las personas que dejaron una huella en tu vida. ¿Quiénes te acompañaron en momentos difíciles?

El poder de una relación sana puede afectar nuestra vida. Ubuntu es una manera de ser, una antigua filosofía africana que se refiere a la esencia de por qué desarrollar e invertir en relaciones es importante para cada uno de nosotros, independientemente de nuestra edad. Esta palabra tiene el poder de las relaciones en su esencia y tiene sus propios valores centrales de supervivencia, espíritu de solidaridad, compasión, respeto y dignidad. Son los componentes básicos de redes de protección y de comunidad.

Los programas más formales que abordan el cambio del entorno se enfocan en identificar y desarrollar una comunidad. Los programas con mayor impacto están diseñados para involucrar a las familias, al mismo tiempo que fomentar estos valores en forma temprana en los jóvenes. Sin embargo, en general, no identifican las habilidades que se necesitan para establecer relaciones duraderas. Las iniciativas de asesoramiento encabezadas por jóvenes obtienen mejores resultados que otros modelos de iniciativas. Cuando nuestro deseo intrínseco nos motiva, los beneficios y los resultados de una estrategia son infinitos. Existen cinco elementos de una relación que son fundamentales y nos deberían enseñar.

El primero es escuchar con atención. Suele denominarse escucha activa, que es cuando una persona deja de lado su propósito y se abre a escuchar el corazón de un amigo, dando lugar a una conexión auténtica que conmueve enormemente a los dos individuos. Apuesto a que los vinculará de por vida. Esto nos lleva al segundo elemento del desarrollo de relaciones que es ser honesto respecto de nuestros deseos, necesidades, anhelos y objetivos. Cuando somos tan vulnerables como para abrirnos de este modo, aportamos equilibrio y seguridad en nuestras relaciones.

El tercer y cuarto aspecto de las relaciones son tener expectativas razonables y establecer límites. Estos

[...continúa en la página 2](#)

**Ubuntu es una manera de ser, una antigua filosofía africana que se refiere a la esencia de por qué desarrollar e invertir en relaciones es importante para cada uno de nosotros, independientemente de nuestra edad.**





# Simplifique la temporada

Invierno 2024

Número 28



...continúa de la página 1

dos elementos pueden ser una sola acción, al tomarse el tiempo para entender por qué esta relación es valiosa para nosotros, nuestros valores, cómo se asemejan y cómo se diferencian. Nos protegemos estableciendo límites y confirmamos nuestros valores en estas acciones, lo cual garantizará el impacto duradero de la relación. Por último, confeccionar un plan para crecer en nuestras relaciones y comprometernos a crecer juntos, tener nuevas experiencias, reír, llorar y establecer un dialecto en común contribuyen al desarrollo y a la dinámica de Ubuntu.

Puedes sentir una pequeña inspiración en investigar sobre tu Ubuntu, a medida que escuchas con más atención, te manejas con honestidad, exploras tus expectativas y estableces límites, al mismo tiempo que desarrollas tu comunidad, porque el poder de las relaciones recae en cada uno de nosotros.



**Big Brothers  
Big Sisters.**  
OF THE NORTH COAST

## Big Brothers Big Sisters of the North Coast

### La dirección

428 C Street, Suite G

Eureka, CA 95501

(P) 707-445-4871

(F) 707-445-1405

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

<https://ncbbbs.org/>



## Afirmaciones para el invierno

por Forrest Archer

Las afirmaciones son dichos breves y útiles que podemos practicar todos los días para mejorar nuestro bienestar mental e imagen propia. Con todo nuestro estrés y preocupación, tomarse unos pocos minutos por día para agradecer las pequeñas cosas puede marcar la diferencia en el tiempo. A continuación, incluyo algunas de mis afirmaciones favoritas para el invierno. ¡Dejé espacio al final para que escribas tu propia afirmación! Las afirmaciones son breves, específicas y suelen empezar (no siempre) con "Yo...".

1. Soy el cariño.
2. Agradezco lo que tengo.
3. Me permito pedir ayuda.
4. Me permito establecer límites y decir que no.
5. Me permito relajarme y descansar.
6. Está bien estar en soledad y puedo poner en práctica ser amable conmigo mismo.
7. Mi cuerpo merece nutrición y cuidados.
8. No debo sentirme mal por disfrutar de la comida.
9. Acepto los momentos difíciles.
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_



## Recetas familiares favoritas: Galletas griegas

por Melissa Reed

Recuerdo merendar estas galletas cada vez que visitaba a mis abuelos por Navidad. Siempre hechas con tanto cariño por mi abuela, cuya familia es griega, estas galletas son una adaptación del clásico “kourabiedes” que muchos griegos asocian con las fiestas de invierno. ¡Y lo mejor es que no requieren muchos ingredientes!

### Ingredientes:

- 2 tazas de harina
- 1/4 taza de miel
- 1 taza de mantequilla



- 1/2 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de vainilla
- 2 tazas de nueces picadas
- Azúcar en polvo

### Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 350 grados F. Engrasa o forra una bandeja para galletas con papel pergamino.
2. Bate la mantequilla, la miel, la sal y la vainilla.
3. Mezcla poco a poco la harina con la masa cremosa.
4. Incorpora las nueces picadas.
5. Haz con cada galleta una bola del tamaño de una nuez.
6. Colócalas en una bandeja para galletas y hornéalas durante unos 10-15 minutos.
7. Cuando se hayan enfriado del todo, enrolla cada galleta en azúcar en polvo. ¡Disfrútalas!

RECIPE FOR: *Greek Cookies*  
 SOURCE: *Aunt Elaine Norton*  
 PREPARATION TIME: ? SERVINGS:

*2 c. flour*  
*1/4 c. honey*  
*1 c. butter*  
*1/2 tsp. salt*  
*2 tsp. vanilla*  
*2 c. walnuts*

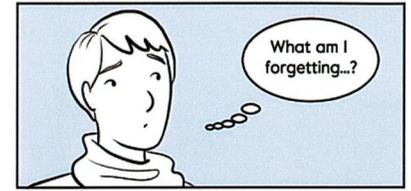
*Cream butter, honey, & other ingredients. Shape in ball the size of a walnut. Place on greased cookie sheet. Bake at 350° for 10-15 minutes (?). Roll in powdered sugar after cooled completely.*



## El Centro de Empoderamiento Familiar (FEC) sobre Discapacidad de *Changing Tides Family Services* está abierto para la comunidad.

Las familias, los cuidadores y los individuos pueden acceder directamente a servicios y apoyo para cualquier persona de entre 3 y 22 años.

El propósito del FEC es ayudar a niños, adolescentes y jóvenes adultos con sus cuidadores a entender de manera integral, participar y abogar por su planificación de servicios de educación especial, ya sea que tengan un plan educativo vigente, un diagnóstico o solo una inquietud general.



by Brittany Long Olsen for Undivided

Esto se logra a través de educación continua, capacitación y oportunidades de relacionamiento. A medida que se identifican otras necesidades de servicios, los asesores del FEC derivan a los participantes a diversos recursos de la comunidad, incluidos los Centros de Recursos para la Familia. El personal del FEC de todos los niveles se compromete a tener alcance a todos los socios del condado de Humboldt y colaborar con ellos.

## Centro de empoderamiento familiar para discapacitados

Apoyos individuos, familias y cuidadores de niños de 3 a 22 años



- Asistencia y capacitación del IEP
- Apoyo y planificación de la transición
- Clases de apoyo para padres
- Servicios bilingües en español disponibles



Apoyo individualizado a través de nuestro Navegantes FEC

🏠 2249 Myrtle Avenue, Eureka, CA 95501  
☎️ (707) 444-8293  
✉️ [FEC@changingtidesfs.org](mailto:FEC@changingtidesfs.org)

ESCANEE EL CÓDIGO QR DE LA PALETA DE RECURSOS FEC



FINANCIADO POR EL DIVISIÓN DE EDUCACIÓN ESPECIAL DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE CALIFORNIA

...continúa en la página 5

...continúa de la página 4

Servicios Familiares de Changing Tides  
Centro De Empoderamiento Familiar Para Descapacitados



# PRÓXIMAMENTE

## Entrenamientos

Ya sea que esté a punto de comenzar el viaje hacia la Educación Especial o se esté preparando para el futuro, estamos aquí para ayudarlo a desglosar el proceso del IEP y asegurarnos de que se sienta más preparado para lo que le espera.

- 16 de Octubre: Conceptos Básicos del IEP
- 13 de Noviembre: Análisis más profundo del IEP
- 11 de Diciembre: Comunicación Efectiva

Dos Tiempos Disponible- Se Habla Español

 **9:30–11:00 AM - EN PERSONA**  
**18:00 A 19:00 HORAS - ZOOM**



Conozca el proceso del IEP y las herramientas para el éxito.



Haga preguntas, hable con otros y comparta su experiencia.

Escanee el código QR para FEC Padlet

**Contáctenos para obtener más información y enlaces ZOOM**



Nuestra dirección  
**2249 MYRTLE AVE - EUREKA, CALIFORNIA**



Teléfono: (707) 444-8293



Correo electrónico: [FEC@changingtidesfs.org](mailto:FEC@changingtidesfs.org)

<https://changingtidesfs.org>



# Simplifique la temporada

Invierno 2024

Número 28



## Un grato recuerdo del Simposio *First 5 Humboldt*



El viernes 27 de septiembre, los proveedores de servicios para familias de nuestra comunidad se reunieron en el Simposio Anual First 5 Humboldt. La temática de este año se enfocó en la resiliencia, en el cuidado de la comunidad y en el volver a plantear cambios transformadores en los sistemas que brindan apoyo a nuestros hijos y familias.

Con la orientación de Nkem Ndefo y Desiree Magsombol de Lumos Transforms, los participantes asistieron a talleres y debates, donde utilizaron el método de Indagación Apreciativa para explorar en más detalle estas temáticas fundamentales. Juntos, abordamos cuestiones apremiantes a las que se enfrentan los proveedores de servicios sociales y fomentamos un ambiente de conexión y apoyo mutuo.

Expresamos nuestro sincero agradecimiento a todos los que hicieron aportes a las valiosas conversaciones y tuvieron un espíritu colaborador durante todo el día. Fue inspirador ver cómo los equipos compartieron sus pensamientos abiertamente, establecieron relaciones significativas y crearon arte con impacto en forma conjunta. Esperamos que todos hayan obtenido información y prácticas nuevas para implementar en su trabajo.



Imágenes de First 5 Humboldt Facebook

**FALL/WINTER '24/25 TRIPLE P POSITIVE PARENTING SERIES SCHEDULE**

*No class in Dec due to holidays*

<b>NOV '24</b>	<b>TRIPLE P</b> NOV 19, 20, 21 5:30- 7:00PM VIRTUAL
<b>JAN '25</b>	<b>TRIPLE P</b> JAN 22 & 29; FEB 3 1-2:30PM GENE LUCAS COMMUNITY CENTER, FORTUNA
<b>FEB '25</b>	<b>TRIPLE P</b> FEB 20 & 27; MARCH 6 4:30 - 6PM VIRTUAL

\*TIME SUBJECT TO CHANGE

A TRIPLE P SESSION WILL BE OFFERED MONTHLY. FUTURE DATES AND LOCATIONS WILL BE RELEASED AS THEY ARE PLANNED. CHECK OUR WEBSITE AND OUR SOCIAL MEDIA FOR MORE INFORMATION

Interested? Send us a text to know when registration opens!

(707)506-6202 Find us @First5humboldt

## Clases de otoño *First 5 Humboldt*

¡Nuestro programa Triple P de otoño e invierno está en pleno auge! En octubre, junto a Paso a Paso, presentamos exitosamente una serie del Programa de Parentalidad Positiva - Triple P en español para las familias de nuestra comunidad. Además, tuvimos el agrado de reflexionar sobre nuestras clases del Programa Triple P de junio en Orleans, en colaboración con la escuela Orleans Elementary, donde las familias se reunieron para establecer relaciones y adquirir aprendizajes significativos. Aprovechando este impulso, ahora ofrecemos un programa mensual de ...continúa en la página 7

...continúa de la página 6

parentalidad, que incluye sesiones virtuales y clases presenciales en todo el condado, para asegurarnos de que las familias puedan participar desde cualquier lugar. ¡Consulta nuestro cronograma!

Estas clases presentan contenido de importancia cultural y están diseñadas para brindar a los padres y las madres herramientas de parentalidad positiva y prácticas para desarrollar la resiliencia. Colaboramos con las organizaciones locales de la comunidad y asumimos el compromiso de crear espacios seguros e inclusivos que honren las fortalezas y los valores únicos de cada familia. ¡Consulta nuestro cronograma y únete a nosotros, y así seguiremos aprendiendo y creciendo juntos!



## Nuevo recurso *First 5 Humboldt*: Carpeta Roja

¡Nos complace presentarles Red Folder (“La Carpeta Roja”), un nuevo recurso ya disponible en nuestro sitio web! Esta guía en actualización permanente se diseñó para brindar apoyo a las familias y los cuidadores, y proporcionarles información esencial, recursos y contactos en un lugar de fácil acceso. Confeccionada específicamente para abordar inquietudes sobre migración y adaptarse a las políticas cambiantes, Red Folder incluye orientación sobre cómo acceder a los servicios de la comunidad, consejos para la resiliencia familiar y otros recursos enfocados en las necesidades

**Carpeta Roja: Apoyando a las Familias**  
Una herramienta para nuestra comunidad local, que ofrece orientación sobre cómo navegar los recursos relacionados con inmigración y más.

**Con valentía y corazón**  
Con valentía y corazón, creemos que todos podemos hacer la diferencia para la comunidad.

**Estrategias para Reducir el Sufrimiento y la Angustia Política**  
Crear un Diálogo Productivo en Tiempos de Diferencias Ideológicas

únicas de nuestra comunidad. Nuestra meta es ayudar a las familias a encontrar el apoyo que necesitan, exactamente cuando lo necesitan. Esperamos que esta herramienta se transforme en un recurso de confianza para las familias que atraviesan situaciones

dificiles o necesitan orientación sobre crianza y bienestar familiar. Visita nuestro sitio web para acceder a Red Folder o comunícate con nosotros para obtener una copia impresa y compártela con quienes podría resultarles útil esta herramienta de asistencia integral.

<https://www.first5humboldt.org/families/red-folder/>

## First 5 Humboldt

**La dirección**  
325 Second Street,  
Ste. 201  
Eureka, CA 95501  
(P) 707- 445-7389  
(F) 707-445-7349

**Horas**  
Lunes a jueves  
de 9:00 a 5:00 horas  
Viernes de 9:00 a  
12:00 horas  
o con cita previa



@first5humboldt  
<https://www.first5humboldt.org>





# Simplifique la temporada

Invierno 2024

Número 28



## Descubre: Food for People

### Monthly Income Eligibility Guidelines

- Household of 1 = \$2,949.25
- Household of 2 = \$4,002.83
- Household of 3 = \$5,056.42
- Household of 4 = \$6,110.00
- Household of 5 = \$7,163.58
- Household of 6 = \$8,217.17
- Household of 7 = \$9,270.75
- Household of 8 = \$10,324.33
- Over 8 = Add \$1,053.59 each

Imágenes de Food for People website

Food for People ofrece diferentes programas diseñados para actuar como una red de contención para los miembros de la comunidad del condado de Humboldt. Su objetivo es abordar el origen del hambre en Humboldt y proveer a los hogares y las personas los alimentos suplementarios que necesitan.

En Eureka, Food for People brinda a los miembros de la comunidad con ingresos elegibles acceso a alimentos nutritivos en Choice Pantry una vez por mes para compensar el aumento de los costos de la comida. Choice Pantry se encuentra en 307 W. 14th St, en Eureka, y está abierto de 10:00 a.m. a 3:45 p.m. los martes, miércoles y viernes (cerrado de 12:30 a.m. a 1:30 p.m.). Llama al (707) 445-3166 para programar una cita. Te puedes acercar sin una cita previa después de 1:30 p.m.

“Cuando las personas vienen a Choice Pantry aquí en Eureka una vez por mes a comprar provisiones, se compensa el estrés que sufren con el aumento de los costos. Todas las familias tienen acceso igualitario a la despensa con pautas de ingresos mínimos, que se pueden encontrar en su sitio web.

Ayudamos a las familias a lidiar con el aumento de los costos de los alimentos de este año, para que puedan estirar su presupuesto y comprar ese regalo especial.

Recuerda que permitir que otros te ayuden es un regalo para ellos y te quita el estrés a ti, porque sabemos que lo retribuirás. Cuando uno comparte, las personas que reciben ayuda suelen retribuirlo... hay mucha gente generosa que colabora de distintas maneras en las fiestas. De eso se tratan las fiestas". -Julie Ryan, gerente voluntario de Food for People

Encuentra una despensa cercana a través de la Red de despensas del condado en el sitio web de Food for People en <https://foodforpeople.org>.

9th Annual!  
**HUMBOLDT HOLIDAY FOOD DRIVE**

Drop off & donate: **DECEMBER 12 • 3-6 PM**  
EUREKA SAFEWAY

**MIKE McGUIRE** STATE SENATOR **KHUM** 104.7FM-104.3FM

## Food for People

**La dirección**  
307 W. 14th St.  
Eureka, CA 95501  
(P) 707- 445-3166  
(F) 707-445-5946



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

<https://www.foodforpeople.org/>



# Food for People

The Food Bank for Humboldt County



# Calendario del valle del río Eel y el sur de Humboldt

dom

lun mar mié jue

vie

sáb

Consulta la lista de recursos navideños de 211 Humboldt y averigua dónde encontrar comidas calientes gratis, regalos y juguetes en tu zona.



13

[Desfile de camiones iluminados en Fortuna](#)  
Main & 12th Streets  
Fortuna  
6:00 pm

[Feria de las Artes de Invierno](#)  
Mateel Community Center  
59 Rusk Lane  
Redway, CA 95560  
4-9 pm

[Espectacular luz brillante en el recinto ferial](#)  
1250 5th Street  
Ferndale, CA  
Del 29 de noviembre al 24 de diciembre, cerrado lunes y martes excepto 23 y 24.  
6:30-9:00 p.m.  
Precio: \$5 por autos o \$3 por andador

14

[Feria de las Artes de Invierno](#)  
Mateel Community Center  
10 am-6 pm

[Boutique de vacaciones anuales](#)  
308 Humboldt Ave.  
Redway, CA 95560  
10 am-6 pm

[Mercado de vacaciones de Loleta](#)  
824 Loleta Drive  
9 am-4 pm



15

[Feria de las Artes de Invierno](#)  
Mateel Community Center  
10 am-6 pm

[Boutique de vacaciones anuales](#)  
308 Humboldt Ave.  
Redway, CA 95560  
10 am-5 pm

[Mercado de vacaciones de Loleta](#)  
824 Loleta Drive  
9 am-4 pm

[Desfile de tractores iluminados](#)  
Main Street Ferndale  
Comienza en Main St. y Ocean Ave.  
(707) 786-4299  
5-8 pm

[Arte y Naturaleza en el Refugio](#)  
Humboldt Bay Wildlife Refuge  
1020 Ranch Rd.  
Loleta, CA

16



17

18

19



20



21

[Navidad en los pueblos pequeños del Sur de Humboldt](#)  
Estacionamiento de la Cámara de Comercio del Sur de Humboldt  
782 Redwood Drive  
Garberville  
1-8 pm

22

23

24

25



26

27



28



29



30



31



1

2

3

4

# Calendario de actividades de Arcata

dom

lun

mar

mié

jue

vie

sáb

Consulta la lista de recursos navideños de 211 Humboldt y averigua dónde encontrar comidas calientes gratis, regalos y juguetes en tu zona.

13  
[Temporada de invierno y luz](#)  
Arcata Plaza  
4-7 pm

14  
[Mercado de artesanía navideña](#)  
Arcata Community Center  
321 Dr. Martin Luther King Jr. Pkwy., Arcata  
10 am-5 pm

15  
[Mercado de artesanía navideña](#)  
Arcata Community Center  
321 Dr. Martin Luther King Jr. Pkwy., Arcata  
10 am-4 pm  
Precio:\$2

[Vacaciones en Trinidad](#)  
Feria de Artesanía  
Escuela Trinidad  
9:30 am-3:30 pm  
Feria de artesanía independiente  
Ayuntamiento  
10 am-4:30 pm  
Desfile de barcos iluminados de Papá Noel  
Ayuntamiento  
6 pm

16



17



18



19



20

21  
[Mercado de agricultores de Arcata](#)  
La Plaza de Arcata

[Pantano de Arcata y paseo de aves silvestres](#)  
Arcata Marsh & Wildlife Sanctuary  
South "I" Street (Klopp Lake)  
8:30-11 am

[Tour por el pantano de Arcata](#)  
Arcata Marsh & Wildlife Sanctuary  
569 South "G" Street  
2-3:30 pm

[Yoga al atardecer](#)  
Humboldt Coastal Nature Center  
220 Stamps Ln  
Arcata (Manila), CA 95521  
4-6 pm

[Caminata guiada por las dunas y los humedales de Samoa](#)  
Arcata  
Llame para obtener más detalles, se requiere confirmación de asistencia  
(707) 444-1397

22



23

24



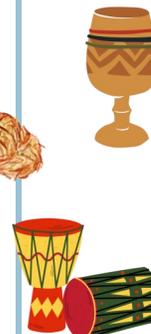
25  
[Caminata del día de Navidad de Arcata Marsh](#)  
Arcata Marsh Interpretive Center  
569 S G Street  
Arcata, CA  
10 am-11:30 am



26



27



28  
[Mercado de agricultores de Arcata](#)  
La Plaza de Arcata

[Pantano de Arcata y paseo de aves silvestres](#)  
Arcata Marsh & Wildlife Sanctuary  
South "I" Street (Klopp Lake)  
8:30-11 am

29



31

[Caminata y meditación de Año Nuevo](#)  
Parque estatal Prairie Creek Redwoods

1

[Caminata del día de Año Nuevo en Arcata Marsh](#)

2

3

4

[Mercado de agricultores de Arcata](#)  
La Plaza de Arcata

# Calendario de actividades de Eureka

dom

lun

mar

mié

jue

vie

sáb

Consulta la lista de recursos navideños de 211 Humboldt y averigua dónde encontrar comidas calientes gratis, regalos y juguetes en tu zona.



13

14

[Desfile de camioneros de Eureka](#)

Comienza en el recinto ferial de Redwood Acres 6 pm

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

[Día de las Artes Familiares](#)

Morris Graves Museum of Art  
636 F Street  
Eureka, CA 95501

15

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

[Asociación en la presentación navideña de la orquesta musical](#)  
Eureka Woman's Club  
1531 J Street  
Eureka, CA  
2 pm

16



17

18

[Teléfonos Gratis](#)

Betty's Day Center  
133 7th St.  
Eureka, CA  
2-4 pm  
Debe tener una identificación de CA válida y una tarjeta CalFresh vigente o una tarjeta de beneficios médicos o SSI/SSDI (traiga una carta de beneficios)  
(707)407-3833

19

20

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

21

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm



22

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

[Tarde de Jazz en MGMA](#)  
Morris Graves Museum of Art  
636 F Street  
Eureka, CA 95501  
3-5 pm  
Price: \$2-5, under 18 free

23

[Cena Prime Rib Gratis](#)

Betty Kwan Chinn Homeless Foundation  
Eureka Municipal Auditorium  
1120 F St.  
Eureka, CA 95501  
4-6 pm

24

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

25



26

27

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm



28

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm



29

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm



30

31

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm



1



2

3

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

4

[Luces del zoológico: espectáculo navideño](#)

Sequoia Park Zoo  
3414 "W" Street  
Precio: \$4-5  
5-8 pm

[Artes Vivas](#)  
Old Town Eureka  
6-9 pm



# Simplifique la temporada

Invierno 2024

Número 28



*El Consejo de Coordinación para la Prevención del Maltrato Infantil del Condado de Humboldt (CAPCC) es una organización con varios objetivos. Es una organización sin ánimo de lucro que trabaja para eliminar el maltrato y el descuido infantil en nuestra comunidad a través de (1) luchar por asegurar servicios y políticas coordinadas para la prevención, la intervención y el ayuda para víctimas del maltrato infantil entre las agencias y organizaciones, (2) promover y apoyar con energía a los programas de alta calidad que reducen el maltrato y el descuido infantil y (3) aumentar la conciencia pública de los recursos para ayudar a prevenir el abuso infantil y disminuir el estrés de las familias en nuestra comunidad.*

## El objetivo del CAPCC

Fortalecer las conexiones de la comunidad para promover la seguridad, la salud y la resiliencia de los niños y las familias en el condado de Humboldt.



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



## Agradecimientos especiales Boletín editado por:

**a:**  
Florence Parks  
Forrest Archer  
Melissa Reed  
Dora Saso  
Karina Vazquez Lopez

Lauren Dahl  
Para comentarios o preguntas,  
póngase en contacto con Lauren  
Dahl en  
[capcchumboldt1@outlook.com](mailto:capcchumboldt1@outlook.com)  
707-601-4105



Favor de considerar la posibilidad de unirse a nosotros para crear una comunidad más segura para nuestros niños y rellenar una solicitud de membresía general, un proceso breve y completamente gratuito. Está disponible en nuestro sitio web: [www.capcchumboldt.org](http://www.capcchumboldt.org).