



Acontecimientos de Harbor

Crédito de la foto de portada: Manes for Movement

OTOÑO 2022

Buenas Lecturas en el FRC

página 2

Las Donaciones Facilitan la Vuelta a Clases

página 6

Del autor Juan Simental: Inspiración, Procesos & Planes

página 10

Paseando Cómodamente por la Comunidad

Página 12



Campamento & Recreación Social

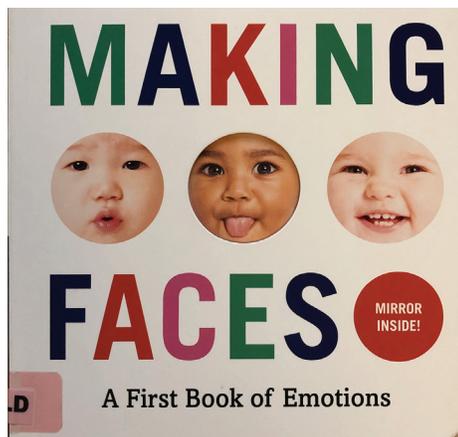
página 14



Buenas lecturas en el Centro de Recursos Familiares

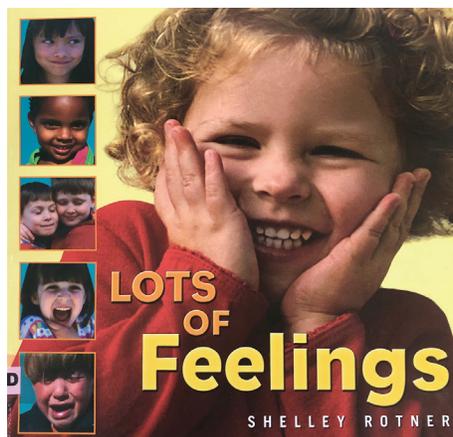
El Centro de Recursos Familiares del Centro Regional de Harbor está a disposición de los clientes y a sus círculos de apoyo, ofreciéndoles información y recursos. Nuestra biblioteca de recursos alberga cientos de artículos nuevos que están disponibles para la primera infancia, la edad escolar, los adolescentes, los adultos y las familias. Estos son algunos ejemplos de los nuevos libros disponibles para préstamo...

PRIMERA INFANCIA



Haciendo Caras

Un Primer Libro Lleno de Emociones - Este audaz y hermoso libro de cartón presenta cinco expresiones esenciales: feliz, triste, enojado, sorprendido y gracioso. Cada expresión se presenta con una imagen grande de la cara de un bebé, lo que ayuda a los niños a visualizarlas. Este libro es una forma estupenda de animar a los bebés a aprender e identificar diferentes emociones, ¡e incluso a practicar viendo su propio reflejo!



Muchos Sentimientos

Una cara puede transmitir lo que alguien está sintiendo. En este expresivo ensayo fotográfico, un texto sencillo y unas fotografías presentan las emociones básicas –feliz, malhumorado, reflexivo, etc.–y cómo las personas las manifiestan. Intente hacer caras mientras lee el libro con su hijo(a) y observe si él puede identificar el sentimiento que usted está expresando. Este libro ofrece una oportunidad útil para practicar la lectura de las señales faciales y la comprensión de las emociones personales junto a su hijo(a) pequeño.



¡Adiós, Amigo! ¡Hola, Amigo!

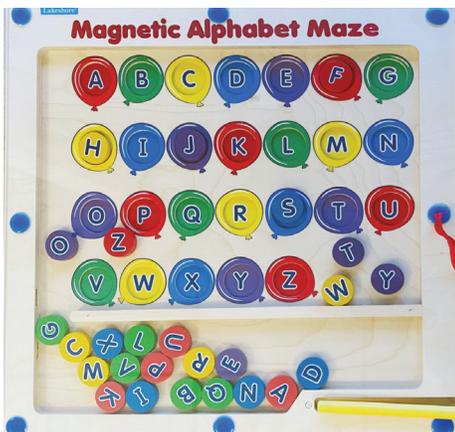
Los cambios y las transiciones son difíciles, pero ¡Adiós, Amigo! ¡Hola, Amigo! nos muestra cómo al término de una experiencia, se abre la puerta para que comience otra. Este libro también introduce la idea de que esperar puede ser difícil. Enséñele a su hijo(a), por medio de este libro, a despedirse de las actividades, los lugares y los amigos y a esperar por una flamante nueva experiencia.

El Centro de Recursos Familiares está actualmente abierto con cita previa en las sedes de Torrance, Long Beach y Norwalk. Llame o envíe un e-mail para concertar una cita en cualquiera de nuestras sedes.

Teléfono: (310) 543-0691

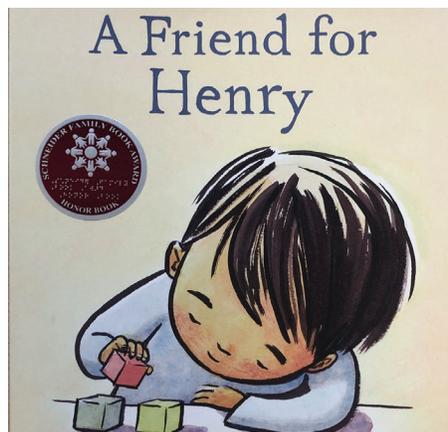
E-mail: resource.center@harborrc.org

EDAD ESCOLAR



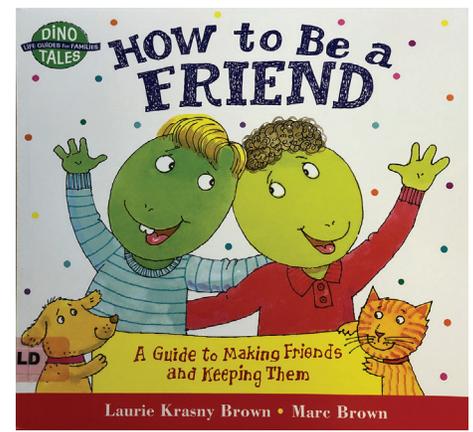
Rompecabezas Magnéticos

Esta es una forma irresistible y práctica de explorar el alfabeto, el conteo, los laberintos, los colores y las formas. Estos rompecabezas de madera noble, tienen en su interior objetos de colores como letras, bolas de números o colores. Los niños pueden utilizar la varita magnética adjunta para guiar cada objeto a su lugar. Al usar este juguete, pídale a su hijo(a) que identifique un color o un número o que le muestre cómo puede mover los objetos con la "varita mágica".



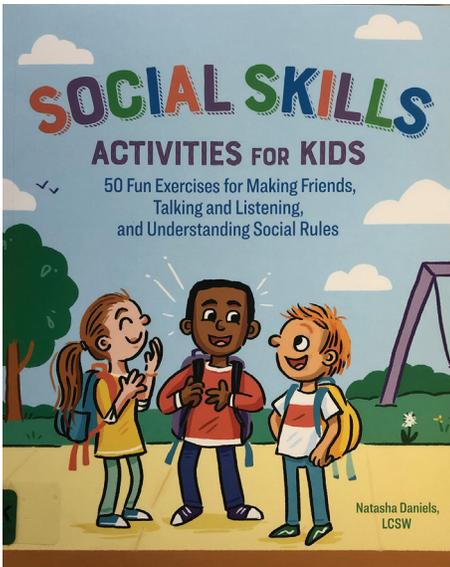
Un Amigo para Henry

En el salón de clases número seis, Henry está en la búsqueda de un amigo. Un amigo que comparta. Un amigo que escuche. Quizá un amigo al que le guste que las cosas sigan igual y en orden, como a Henry. Pero en un día lleno de demasiada proximidad y ruido, en el que nada parece ir bien, ¿encontrará Henry un amigo—o un amigo lo encontrará a él? Léalo con su hijo(a) cuando empiece el colegio o tenga ansiedad por hacer nuevos amigos y pregúntele: "¿Te has sentido alguna vez como Henry?"



Cómo Ser un Amigo

Los divertidos personajes de dinosaurios le enseñan a los niños pequeños todo sobre la amistad--el valor de los amigos, cómo hacer amigos y cómo ser un buen amigo. Las divertidas ilustraciones a todo color ayudan a los niños a enfrentarse a las situaciones sociales cotidianas. Si su hijo(a) tiene dificultad para interactuar con otros niños, utilice este libro para presentarle posibles situaciones y sus respectivas respuestas.



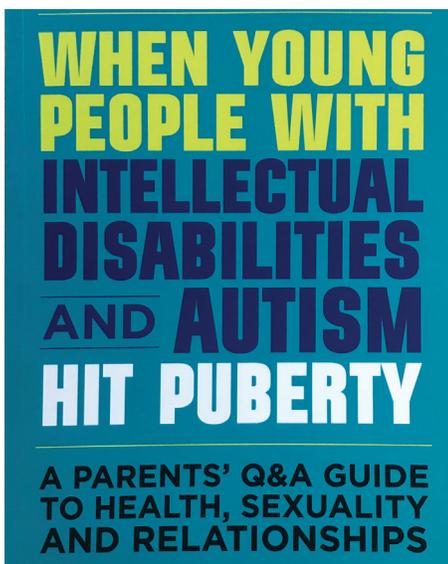
Habilidades Sociales - 50 Ejercicios Divertidos para Hacer Amigos, Hablar y Escuchar, y Entender las Reglas Sociales

¿Qué hacer y qué no, a la hora de hacer y mantener amigos?
 ¿Cómo se pueden descifrar las pistas del lenguaje corporal?
 ¿Cuál es la mejor manera de mantener una conversación?
 Al igual que el aprendizaje de las tablas de multiplicar, las habilidades sociales a veces no surgen de forma natural—cada

niño(a) tiene que aprenderlas. Por suerte, este libro hace que dominar las habilidades sociales sea muy divertido con 50 actividades increíbles. Si está trabajando alguna de estas habilidades con su hijo(a), preséntele este libro. Los ejercicios son divertidos e interactivos, parecen más bien

juegos. Deje que su hijo(a) elija una actividad y trabajen juntos en ella. Este libro también incluye actividades en las que se habla del acoso escolar y del uso de las redes sociales, que son temas comunes para muchas familias.

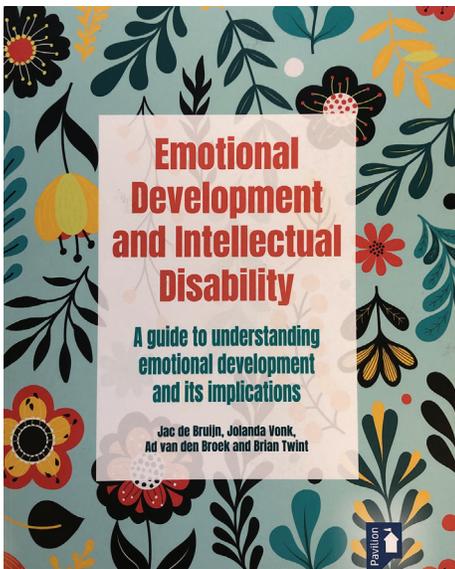
ADOLESCENTES & ADULTOS



Cuando los Jóvenes con Discapacidad Intelectual y Autismo Alcanzan la Pubertad

La pubertad, la higiene personal y el sexo pueden ser temas difíciles de abordar con su hijo(a), especialmente cuando tiene una discapacidad intelectual o autismo. Esta guía ofrece respuestas sinceras a preguntas difíciles y soluciones a los dilemas a los que muchos padres se enfrentan a diario.

Este libro aborda la educación de los padres, preparándolos para cuando tengan que hablar con sus hijos sobre la pubertad. Puede usar este libro para ayudar a estructurar y enriquecer sus conversaciones en torno a temas que pueden ser desalentadores de abordar.

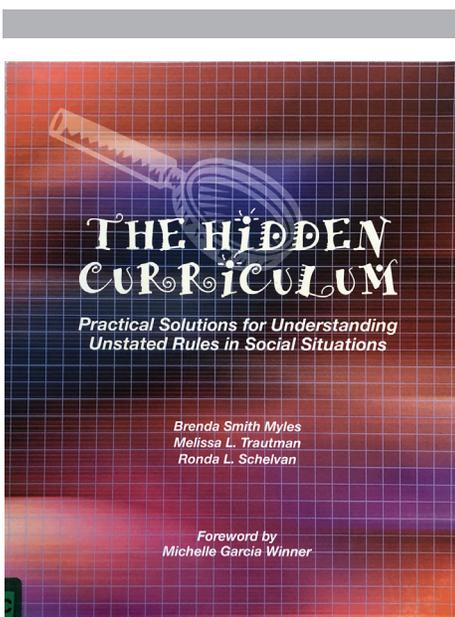


Desarrollo Emocional y Discapacidad Intelectual: Una guía para entender el desarrollo emocional y sus implicaciones

Desarrollo Emocional y Discapacidad Intelectual es una guía autorizada y práctica sobre la importancia de las emociones y el desarrollo emocional en las necesidades y la vida de las personas con discapacidad intelectual, así como en su atención y apoyo. Combinando la investigación, la evaluación y la práctica, el libro explora este complejo tema

desde una serie de perspectivas positivas, que incluyen el desarrollo emocional como un comportamiento adaptativo, como una necesidad de apoyo y como un ámbito de calidad de vida. Este libro es especialmente útil para los familiares y las personas que trabajan con personas con DI. Su contenido enfatiza la importancia de trabajar en

el desarrollo emocional de la misma forma en la que uno trabajaría el desarrollo de otras habilidades, tales como las habilidades de la vida diaria, las habilidades sociales, o las habilidades de preparación para el trabajo.



El Currículo Oculto

Soluciones Prácticas para Entender las Reglas no Expresadas en Situaciones Sociales- Este libro orienta sobre cómo enseñar y aprender los mensajes sutiles que la mayoría de las personas parecen captar de forma casi automática, pero que deben ser enseñados con retos socio-cognitivos. En la edición ampliada de este popular libro, los autores se centran en cuestiones comunes a los adolescentes

y a los jóvenes adultos. Tal vez su hijo(a) continúe con dificultades para establecer conexiones significativas con sus compañeros o no se sienta motivado o cómodo para participar en actividades sociales. Este es un gran libro que ayudará a los padres a entender los retos a los que se enfrenta su hijo(a) y a continuar con la enseñanza para desarrollar sus habilidades sociales.

Las Donaciones Facilitan la Vuelta a Clases



El Rotary Club South Bay Sunrise patrocina una jornada de compras en Kohl's

La generosidad de muchos socios de la comunidad, proporcionó ayuda este año para la vuelta a clases de casi 500 clientes del Centro Regional de Harbor y a sus hermanos. Se distribuyeron 452 mochilas las cuales, en su gran mayoría, estaban llenas de material escolar para todos los niveles. Algunas familias continuaron con sus generosas donaciones anuales, mientras que hubo una

organización que le ofreció a sus clientes la posibilidad de comprar su propia ropa!

La firma de contadores públicos de Long Beach, Holthouse, Carlin, Van Tright LLP (HCVT) seleccionó al Evento de Giveaway de la Vuelta a Clases del HRC como su proyecto comunitario anual. Con el increíble apoyo de los miembros del equipo de HCVT, el HRC recibió 222 mo-

chilas y material escolar que consistía en carpetas, cuadernos, estuches de lápices, resaltadores, lápices, bolígrafos, ceras, rotuladores, pinturas de acuarela y carpetas. Además, 24Hr HomeCare y Aveanna Healthcare donaron cada uno 100 mochilas. Las donaciones de HCVT, 24Hr HomeCare y Aveanna Healthcare fueron combinadas para el evento de Vuelta a Clases, celebrado en la

oficina del Centro Regional de Harbor, en Torrance. Los coordinadores de servicios del HRC se divertieron haciendo las compras para sus clientes, eligiendo las mochilas adecuadas y llenándolas con el material necesario para los niveles escolares correspondientes. Justo antes de salir por la puerta con sus carritos llenos, los coordina-

dores de servicios recogieron los "Kits de cuidados" que consistían en mascarillas quirúrgicas, mascarillas N95 y una gran botella de desinfectante de manos para entregarlos en las casas de cada una de las familias.

Por quinto año, una familia local brindó su apoyo para la vuelta a clases, ayudando a

siete clientes y sus hermanos. Cada cliente y sus hermanos recibieron ropa escolar, zapatos, mochilas llenas de material y muchos otros artículos individualizados para prepararse para el año académico.

Para completar la temporada, el Rotary Club South Bay Sunrise organizó un evento de compras en la tienda



Los coordinadores de servicios exponen las mochilas donadas junto al personal de 24HR Home Care

Las Donaciones Facilitan la Vuelta a Clases

...Continuación



Karina Durán, miembro del equipo del FRC, ayuda a un coordinador de servicios a seleccionar cuadernos

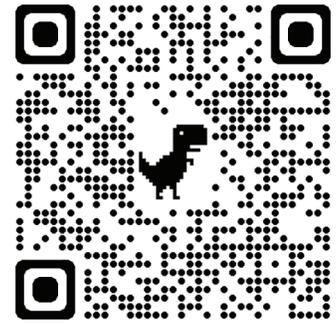
Kohl's localizada en Torrance. Once clientes del HRC fueron invitados a una hora de compras antes de que la tienda abriera al público. Un miembro del Rotary o un voluntario del HRC acompañó a cada cliente a elegir su nueva ropa escolar, zapatos, chaquetas, etc., la cual será usada durante el año escolar. Cuando los clientes salieron de la tienda

con las bolsas llenas de ropa y zapatos nuevos para el colegio, recibieron también una bolsa con bocadillos ligeros, jugo y agua para consumir en el regreso a casa! Cada participante recibió mochilas y material escolar del evento "De Vuelta a Clases" del HRC, para que de esta forma, el evento de compras pudiera cubrir otras necesidades del

individuo a la hora de prepararse para la escuela. El HRC valora el enorme apoyo y la generosidad de nuestras familias y socios locales, que han marcado una diferencia inestimable para sus clientes y sus familias. ¡Gracias por hacer que esta temporada de vuelta a clases sea memorable para tantos!

Código Rápido para Donar al Fondo de Ayuda de Harbor!

¿Está interesado en apoyar a las personas con discapacidades de desarrollo a través de la donación? Considere la posibilidad de realizar una donación al Fondo de Ayuda del Centro Regional de Harbor, cuya finalidad es proporcionar apoyo a los clientes con necesidades que a menudo quedan afuera de las directrices de compra de servicios del centro regional. Visite www.harborrc.org/support-the-harbor-help-fund para más información o para donar hoy mismo.



¡Los Feriados están a la vuelta de la esquina! ¿Le interesaría participar de un proyecto que le permita hacer regalos junto a su familia, sus amigos o su organización?

E-mail

info@harborrc.org



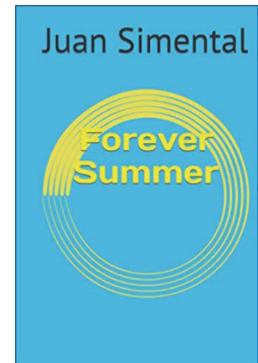
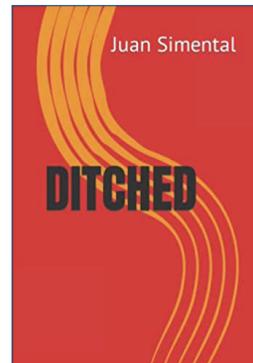
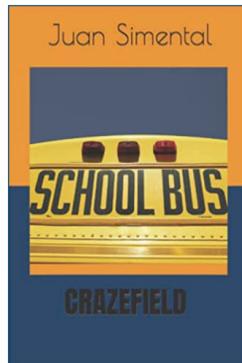
Un coordinador de servicios le agradece por la donación al personal

Del autor Juan Simental: Inspiración, Procesos & Planes

Por Juan Simental



"Aunque mis padres esperaban que eligiera una carrera mejor, se dieron cuenta de lo mucho que significaba la escritura para mí y aceptaron mi decisión".



Me llamo Juan Simental y soy autor de cinco libros publicados. Crecí en Harbor City, California, donde pasé toda mi vida. Vivo con mis padres y soy el mayor de tres hermanos. Ahora se preguntará, ¿cómo he llegado aquí?

El viaje comenzó en quinto grado, cuando creaba obras de teatro con mi mejor amigo. Nos turnábamos para pasarnos el papel y dejarlo todo más divertido y raro, para después reírnos. Después vino el interés por la escritura y el inglés en sexto grado. Me gustaba también leer libros de mi autor favorito, Louis Sachar, y me deleitaba con su extraño sentido del humor, como en *Wayside*. Durante el colegio, fuera de clase, inventaba historias en

mi cabeza, y pensaba en cómo se desarrollarían. Fue en aquel momento, que supe que quería ser escritor y dedicarme a ello.

Cuando era adolescente, me empezó a gustar el género de la llegada a la madurez. Aprendía mucho viendo películas y leyendo libros sobre el tema. Me cambió como persona. Sin embargo, no me apegaba a cómo los adolescentes eran retratados en los medios de comunicación. Entonces, la idea de mi primer libro hizo clic en mi mente; una historia sobre un gran elenco de personajes que pasan el verano y disfrutan de su vida mientras también luchan con sus amistades y relaciones.

La idea permanecería en mi

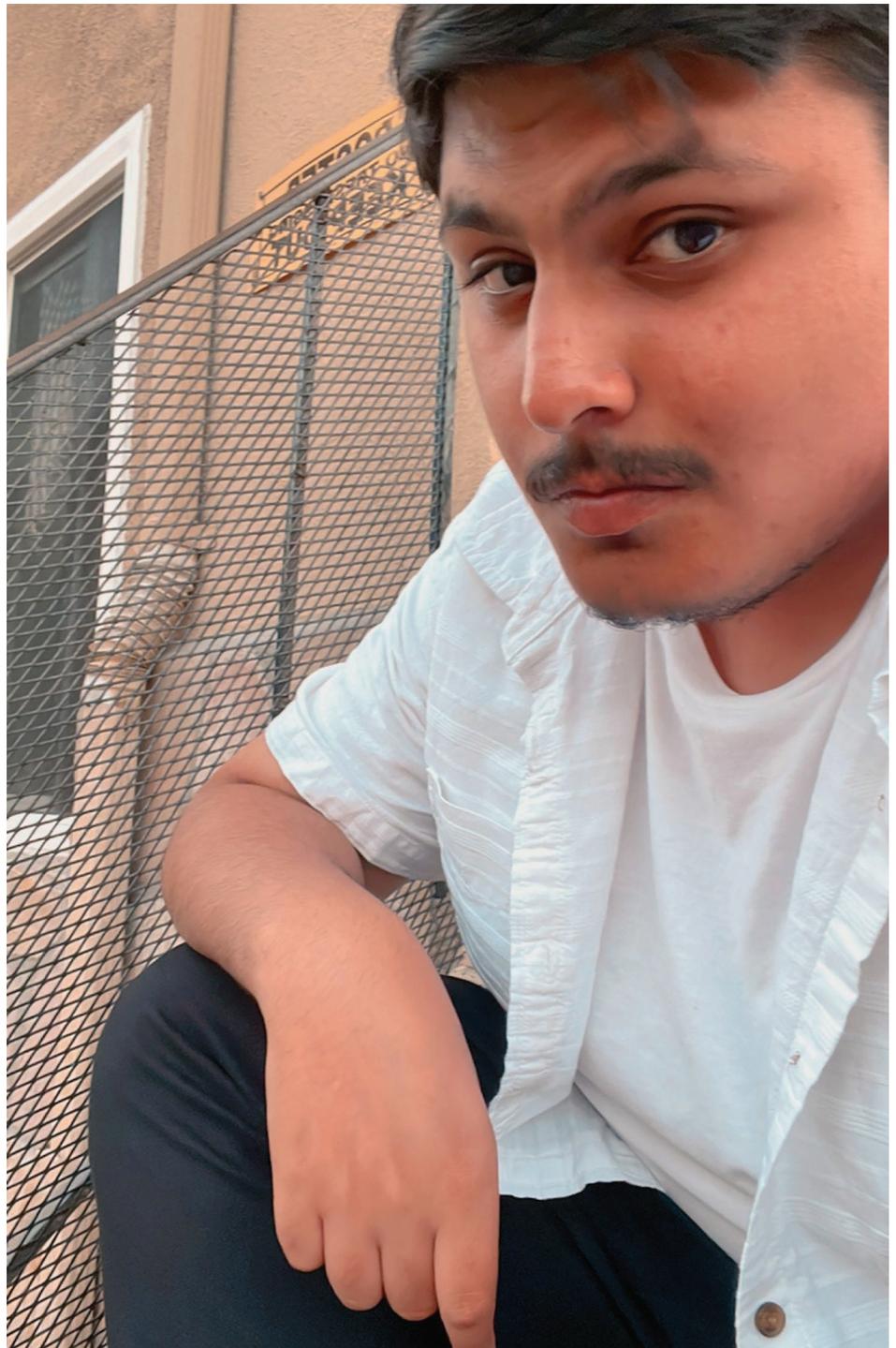
mente, desarrollándose continuamente hasta mi último año. Mi amor por la escritura nunca me dejó, y la posibilidad de convertirme en escritor siempre cruzaba por mi mente. Aunque mis padres esperaban que eligiera una carrera mejor, se dieron cuenta de lo mucho que significaba la escritura para mí y aceptaron mi decisión. Aún así dudé de mí mismo algunas veces, creyendo que no sería capaz de escribir nada a pesar de que las ideas estaban delante de mí.

Así que, en diciembre del año pasado, empecé a escribir. Seguí presionándome para evitar la procrastinación y la falta de motivación hasta que todo estuviera terminado. Finalmente, en tres meses, terminé e

imprimí un ejemplar de mi primer libro, *Forever Summer*. Lo guardaba dentro de una carpeta turquesa con notas post-it a modo de ilustraciones, y se lo enseñaba a mis compañeros del colegio. Me elogiaban mucho por haber conseguido mi objetivo, pero éste aún no había sido alcanzado. Yo quería publicar el libro oficialmente para que todo el mundo pudiera leerlo.

Al mes siguiente, después de luchar por encontrar una editorial, finalmente busqué en Amazon y vi que podría publicar mi libro de forma gratuita. Así que aproveché esa oportunidad para publicar mi obra en su sitio web para que todo el mundo pudiera comprarla y leerla. Publiqué dos nuevos libros; *Crazefield* y *DITCHED*. Otro detalle a tener en cuenta es que me inspiré en la serie *Wayside* de Louis Sachar para escribir las disparatadas historias de *Crazefield*.

Por el momento, me he graduado en el Instituto San Pedro, he publicado dos secuelas y voy a empezar mi primer año universitario, en la Universidad Estatal de California Dominguez Hills, con la esperanza de



mejorar mi escritura. Es difícil creer que ya haya logrado tanto en mi vida, especialmente a mi edad. Estoy ansioso por ver lo que depara el futuro. No

habría llegado hasta aquí sin el amor y el apoyo de mi familia, mis amigos y las personas que me han guiado en este viaje, lo cual agradezco enormemente.

Paseando Cómodamente por la Comunidad

Por Angela Woods, Desarrolladora de Recursos del HRC



Peter Tobias, Brian Murphy, Matthew Tan y un miembro del personal regresan de un viaje de un día

Gracias a haber recibido una Subvención de Fondos para el cumplimiento de los Servicios Basados en el Hogar y la Comunidad (HCBS), la Residencia Green Meadows está celebrando la compra de una minivan Toyota Sienna totalmente nueva. Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) publicaron en enero de 2014 la norma definitiva sobre los entornos de HCBS en respuesta a la preocupación de que, mientras las personas se alejaban activamente de los grandes entornos institucionalizados y se trasladaban a la comunidad, los fondos federales de

HCBS seguían financiando servicios de naturaleza “institucional”. La norma definitiva consta de diez requisitos federales que garantizan que las personas con discapacidades reciban servicios y apoyos financiados por el gobierno federal que les animen a integrarse plenamente en sus comunidades, con acceso a los mismos recursos, incluidas las oportunidades de empleo, que las personas que no tienen discapacidades. Los requisitos federales también esperan que las personas sean educadas y conozcan sus derechos, utilizando métodos de comuni-

cación que puedan entender y comprender, y que estén capacitadas para ejercer sus derechos para tomar decisiones sobre sus propias vidas, incluyendo dónde vivir, con quién pasar el tiempo, quién les ayuda y cómo pasar su tiempo.

Algunos proveedores de servicios indicaron la necesidad de apoyo adicional para cumplir con los requisitos federales antes del 17 de marzo de 2023, y se les animó a presentar solicitudes de concepto de subvención explicando cómo su propuesta les ayudaría a lograr

La Norma Definitiva de HCBS está Ayudando a los Residentes Locales a Ejercer sus Derechos y Elecciones



Parada para pasear por la playa

conformidad. Los fondos de la subvención concedida, le permitieron a los residentes y al personal de la Residencia Green Meadows, a añadir un nuevo recurso de transporte. La minivan mejora y maximiza las oportunidades de integración comunitaria individualizada. Cada persona puede planificar, en colaboración con su equipo de apoyo, la exploración y participación en actividades y experiencias que le interesen específicamente dentro de su comunidad, decidir cuándo se producen y participar en ellas con quien quiera. La minivan también permite

que los miembros de la familia viajen y disfruten juntos de actividades de interés compartido de forma digna. El tamaño del vehículo actual de la residencia no permitía acomodar a todo el mundo a la vez, e incluso con unas pocas personas en el vehículo, la sensación era de estar abarrotado e incómodo.

La nueva minivan ofrece ahora asientos seguros para todos y con espacio personal. Los residentes y el personal están agradecidos y ya están explorando sus nuevas aventuras en la comunidad.

La administradora de la casa, Raksmie Om, comparte su gratitud: "¡Gracias! ¡Estamos muy agradecidos por esta van tan increíble! Ahora tenemos espacio extra para invitar a los amigos y familiares de nuestros residentes si quieren unirse a nosotros." El grupo tiene previsto visitar Santa Bárbara, Malibú y San Diego. Los fines de semana, suelen visitar Palos Verdes para pasear por los senderos o simplemente para disfrutar del paisaje en un bonito parque y hacer un picnic, o bien para dar un paseo en coche por la PCH hasta las playas y pasar la tarde.

Campamento, Servicios Sociales Recreativos & Otros Servicios

Por Elizabeth García-Moya, Directora de Desarrollo de Proveedores y Recursos de HRC



Brennan hace el signo de la paz mientras practica tirolesa

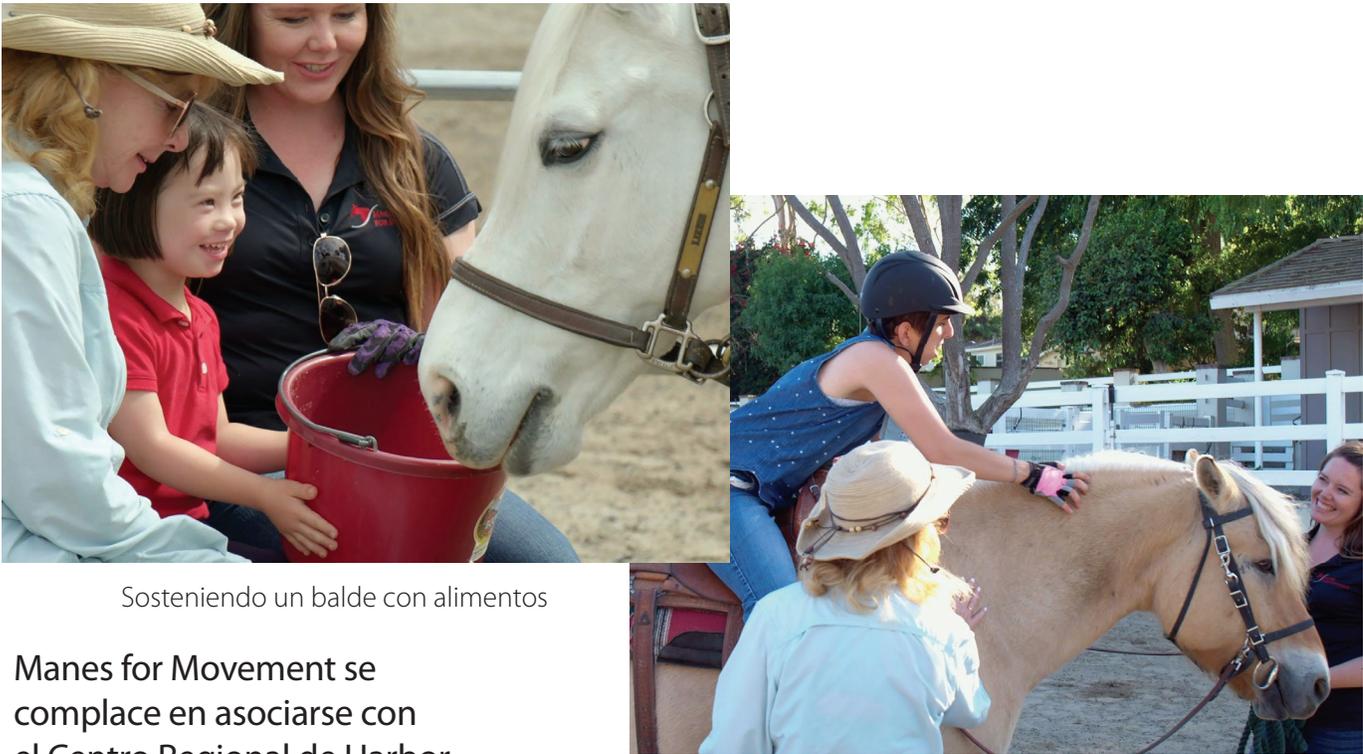
Desde el restablecimiento de la financiación de los servicios de campamento, recreación social y otros, el Centro Regional de Harbor llevó a cabo una encuesta y recogió la opinión de personas y familias, coordinadores de servicios y otros socios de la comunidad. Esto nos proporcionó información sobre los tipos de actividades sociales recreativas y campamentos en los que los individuos tienen interés en participar dentro de sus comunidades.

Ahora, el Centro Regional de Harbor trabaja para ofrecer actividades recreativas sociales y oportunidades de campamento a las personas, colaborando con organizaciones y empresas locales de la comunidad que ofrecen deportes, música, natación, equitación, campamentos y otras actividades. Entre las actividades recreativas sociales de las que las personas disfrutaron este verano, están los campamentos a través de ICAN y Momentum Camp

Escapades, junto con otras actividades como las de 5 Eleven Sports que ofrece clases de baloncesto en grupo y la equitación adaptada a través de Manes for Movement. El Centro Regional de Harbor sigue trabajando en la ampliación de las oportunidades de recreación social dentro de las comunidades locales para que las personas puedan tener opciones disponibles que satisfagan sus necesidades e intereses.

Equitación Adaptada con Manes for Movement

Por la Dra. Elizabeth Pauly, Doctora en Terapia Ocupacional en Manes for Movement



Sosteniendo un balde con alimentos

Una jinete conociendo a su caballo

Manes for Movement se complace en asociarse con el Centro Regional de Harbor para ofrecer clases de equitación adaptada a los clientes del Programa de Autodeterminación y Recreación Social. La equitación adaptada (también conocida como equitación terapéutica), se centra en el desarrollo de la equitación y las habilidades para montar a caballo para personas con una variedad de habilidades. Nuestras clases, impartidas por instructores de equitación terapéutica certificados por PATH, incluyen una variedad de actividades montadas y no montadas que incluyen la equitación, el aseo, la preparación de alimentos y premios, y mucho más. Los jinetes de

nuestro programa podrán desarrollar mejoras en su fuerza física, flexibilidad, postura, coordinación y equilibrio a través de la equitación y gracias a nuestras clases adaptadas, a la vez que desarrollarán un sentido de responsabilidad e independencia mientras cuidan de sus compañeros equinos. Nuestro programa también ofrece oportunidades para desarrollar las habilidades sociales a través de la práctica de equitación con compañeros, compitiendo y mostrando las habilidades en espectáculos ecuestres locales en las clases de equitación

adaptada, y creando una conexión con otros ecuestres en la comunidad de South Bay a través del interés compartido en las actividades ecuestres. ¡Nuestro objetivo es fomentar una mayor calidad de vida y el disfrute de por vida, a través de un deporte divertido y al aire libre para todos!

Manes for Movement se encuentra en Rolling Hills Estates, California. Para obtener más información, por favor visite www.manesformovement.com.



Acontecimientos de Harbor

CONSEJO DE ADMINISTRACIÓN DE HARBOR

Christopher Patay
Presidente

Ann Lee, PhD
Vicepresidente

David Gauthier
Secretario

Dr. James Flores
Tesorero

Angie Rodriguez
Representante de los
Proveedores de Servicios

Gordon Cardona

Joseph Czarske

Dr. Marco Garcia

Jeffrey Herrera

Patricia Jordan

Jacquelyn Solorio

Kim Vuong

Laurie Zaleski

JUNTA DIRECTIVA DE HARBOR

Patrick Ruppe
Director Ejecutivo

LaWanna Blair
Directora de Servicios
para la Primera Infancia

Antoinette Perez
Directora de Servicios para la Infancia

Judy Samana Taimi
Directora de Servicios para Adultos

Mary Hernandez
Directora de Servicios de Apoyo
a la Gestión de Casos

Judy Wada
Directora Financiera

Tammy Carter
Directora de Recursos Humanos

Heather Diaz
Directora de Servicios Comunitarios

Thao Mailloux
Directora de Información y Desarrollo

Mike Ikegami
Director de Información y Tecnología

TORRANCE OFFICE
(OFICINA PRINCIPAL)
21231 Hawthorne Blvd.
Torrance, CA 90503
(310) 540-1711

www.harborrc.org
Email: info@harborrc.org

LONG BEACH OFFICE

1155 E. San Antonio Dr.
Long Beach, CA 90807
(310) 540-1711

Editora: Thao Mailloux

Equipo Editorial: Heather Wennergren

Design: 7 Edge Creative