

Diciembre 2024



NOTA: Todos los horarios enumerados para los talleres en línea corresponden a la hora central (CT). Los horarios del taller son los siguientes:

- o Hora está 1 hora por delante de la hora Central (+1 hour)
- o Hora Montaña está 1 hora detrás de la hora Central (-1 hour)
- o Hora Pacífico está 2 horas detrás de la hora Central (-2 hours)



Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque: personas influyentes en los medios	2 Programa Juvenil (YEP)	3 Salud y Nutrición 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	4 Literación Financiera 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	5 Clases para Padres 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	6 Programa Juvenil (YEP)	7 Programa Juvenil (YEP)
8 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque: influya en su comunidad	9 Programa Juvenil (YEP)	10 Desarrollo Personal 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	11 Preparación de Empleo 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	12 Violencia Domestica 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	13 Programa Juvenil (YEP)	14 Programa Juvenil (YEP)
15 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque: estándares altos y bajos	16 Programa Juvenil (YEP)	17 Educación Continua 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	18 Entrenamiento de Computación 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	19 Seguridad de Incendios 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	20 Programa Juvenil (YEP)	21 Programa Juvenil (YEP)
22 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque: afirmaciones de año nuevo	23 Programa Juvenil (YEP)	24 Rainbow está CERRADO por vacaciones.	25 Rainbow está CERRADO por vacaciones.	26 Programa Juvenil (YEP)	27 Programa Juvenil (YEP)	28 Programa Juvenil (YEP)
29	30	31 Rainbow está CERRADO por vacaciones.	1 2025 ¡Feliz año nuevo!	2	3	 EQUAL HOUSING OPPORTUNITY

Para unirse a las clases por teléfono o en línea, comuníquese con Rainbow para obtener más información.
<https://resident.rainbowhousing.org/resident-portal-live-workshops/> **Contraseña: 122024**

Talleres en Línea de Rainbow

Visite su centro comunitario o únase a cualquier dispositivo conectado a Internet

- 3rd: **Estableciendo sus Metas de Salud**
- 4th: **Cómo Evitar Deudas de Alimentos**
- 5th: **Guía para Padres Primerizos**
- 10th: **Cómo Construir Confianza**
- 11th: **5 Consejos para Cambiar de Trabajo**

- 12th: **Cómo Dejar Relaciones Tóxicas**
- 17th: **Cómo Convertirse en Maestro**
- 18th: **Ciberseguridad: Fraude Electrónico**
- 19th: **Seguridad de Incendios durante los Días Festivos**

¡Escanee para registrarse!



Recordatorios:

-Actualice su número de teléfono y correo electrónico con la oficina principal.

-Learn-to-Be: recibe tutorías individuales en vivo en todas las materias. Disponible para todos los jóvenes de edad escolar, comuníquese con Rainbow para unirse.

-Comuníquese con su Coordinador de servicios para obtener más información sobre el programa de actividades diarias y el Programa de Enriquecimiento Juvenil (YEP).



(888) 299-8915

Temas Caliente Avance Informativo

Diciembre 2024

Diciembre 3

Estableciendo sus Metas de Salud

- ¿Cuáles son las metas de salud?
- Cómo identificar sus metas de salud
- Cómo planificar una línea de tiempo para sus metas
- Cómo mantener el éxito



Diciembre 4

Cómo Evitar Deudas de Alimentos

- ¿Qué es la deuda de alimentos?
- Un mal necesario
- Cómo reducir los costos de alimentos
- Cómo controlar los impulsos
- Cómo pagar deudas



Diciembre 5

Guía para Padres Primerizos

- Cómo ayudar
- Cómo manejar a su bebé
- Vincularse con su bebé
- Cuidado higiene de su bebé
- Ayudando a su bebé comer y dormir



Diciembre 10

Cómo Construir Confianza

- ¿Qué es la autoconfianza?
- Los beneficios de la confianza
- Confianza vs autoestima
- Consejos para tener más confianza



Diciembre 11

5 Consejos para Cambiar de Trabajo

- No reacciones
- Metas a corto y largo plazo
- Errores comunes
- El pasto no siempre es más verde
- Felicidad



Diciembre 12

Cómo Dejar Relaciones Tóxicas

- ¿Qué es una relación tóxica?
- Señales de alerta de toxicidad
- ¿Por qué las personas se quedan?
- Dejar es un proceso
- Recursos de apoyo



Diciembre 17

Cómo Convertirse en Maestro

- ¿Qué es una certificación de maestro?
- Opciones de certificación
- El proceso para convertirse en un maestro con licencia



Diciembre 18

Ciberseguridad: Fraude Electrónico

- ¿Qué es fraude electrónico?
- Identificar métodos comunes utilizados por estafadores
- Reconocer señales de alerta y correos electrónicos de fraude electrónico
- Desarrollar habilidades de pensamiento crítico



Diciembre 19

Seguridad de Incendios durante los Días Festivos

- Incendios de días Festivos son una amenaza
- Cómo prevenir incendios
- Cómo planificar con anticipación
- Qué hacer en caso de un incendio



R RAINBOW

Rainbow Talleres en Línea:
Acceso en línea o disponible en el Centro de Recursos

Para conectarse a los talleres por teléfono o línea, contacte su RSC para más información.



<https://resident.rainbowhousing.org/resident-portal-live-workshops>

Horario de Talleres: 11:30 a.m.-12:30 p.m. (PST), 12:30-1:30 p.m. (MST), 1:30-2:30 p.m. (CST), 2:30-3:30 p.m. (EST)

ENTRENAMIENTO EN LÍNEA

CUANDO:

Lunes-Jueves

1:30p.m. – 2:30p.m. (CDT)

**EL ENTRENAMIENTO ES UNA
COLLECCIÓN DE MÓDULOS
ESTRUCTURADOS PARA
PROVEER IMPORTANTE
INFORMACIÓN.**

Temas Destacados :

- Continuando la Educación
- Como manejar el dinero
- Salud y Nutrición
- Preparación para el trabajo
- Seguridad
- Manteniendo un Hogar



Porfavor de acompañar nuestros entrenamientos por computadora, tableta, o teléfono inteligente seleccionando una de las opciones:

DIRECCIÓN EN LÍNEA

www.rainbowhousing.org

Hacer Clic en:

Entrenamiento en Línea de Residentes
Escoger:
(entrenamiento de la semana)

POR TELÉFONO

1 (914) 614-3221

CODIGO DE ACCESO

663-001-124

**Para más información
llamar el numero:**

1 (888) 299-8915



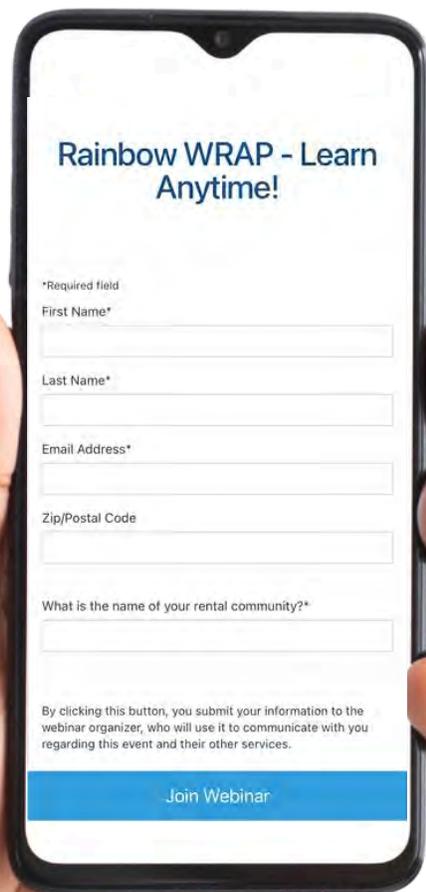
Si no tienen internet o teléfono, pueden contactar la oficina o la coordinadora de servicios para los recursos.



¿TE PERDISTE LA CLASE DE HOY?

¡NO TE PREOCUPES! ¡LA CLASE EN LÍNEA **GRATUITA** DE RAINBOW PARA HOY ESTÁ DISPONIBLE DURANTE LAS PRÓXIMAS 24 HORAS!

 **(888)299-8915**



Rainbow WRAP - Learn Anytime!

*Required field

First Name*

Last Name*

Email Address*

Zip/Postal Code

What is the name of your rental community?*

By clicking this button, you submit your information to the webinar organizer, who will use it to communicate with you regarding this event and their other services.

[Join Webinar](#)

ESCANEARME



PARA VERLO: SACA TU SMARTPHONE, ABRE LA CÁMARA, APUNTA AL CÓDIGO QR Y REGÍSTRATE.

www.rainbowhousing.org



@rainbowhousinglife



@rainbowhousing



RAINBOW



EQUAL HOUSING OPPORTUNITY