

Junio 2025

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

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



Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque – Celebráте	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 Entrenamiento de Computación 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	6 Programa Juvenil (YEP)	7
8 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque – Unidad en la comunidad	9 Programa Juvenil (YEP)	10 Violencia Domestica 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	11 Preparación de Empleo 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	12 Tema para Personas Mayor 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	13 Programa Juvenil (YEP)	14
15 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque – Camina en mis zapatos	16 Programa Juvenil (YEP)	17 Educación Continua 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	18 Literación Financiera 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	19 Rainbow is CLOSED 	20 Programa Juvenil (YEP)	21
22 Programa Juvenil (YEP) Semanal Enfoque – La fuerza en las diferencias	23 Programa Juvenil (YEP)	24 Conciencia de Chinchis 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	25 Preparación de Empleo 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	26 Crianza de los Niños 12:30 – 1:30 p.m. Programa Juvenil (YEP)	27 Programa Juvenil (YEP)	28 
29 Programa Juvenil (YEP)	30 Programa Juvenil (YEP)	 <h2>Tema de junio: Unidos somos más fuertes</h2>				

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: 62025**

Talleres en Línea de Rainbow

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

3rd: **Aprendizaje Socioemocional**

4th: **¿Por qué Tener Seguro de Inquilinos?**

5th: **10 Maneras de ser Experto en Tecnología**

10th: **Cómo Dejar relaciones Tóxicas**

11th: **5 Consejos para Cambiar su Trabajo**

12th: **Apoyo para la Memoria**

17th: **Cómo Convertirse en Maestro**

18th: **¿Por qué Tener Seguro de Inquilinos?**

24th: **Conciencia y Prevención de Chinchis**

25th: **5 Consejos para Cambiar su Trabajo**

26th: **Obtener Ayuda: Recursos de Apoyo**

Recordatorios:

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

-Learn To Be: reciba 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).



Contact Us

(888) 299-8915

¡Escanee para registrarse!



Temas

JUNIO 2025

Calientes

TALLERES
DESTACADOS

DE ESTE MES

Martes 3 de junio

Aprendizaje Socioemocional

- ¿Qué es SEL?
- Autorregulación
- Conciencia social
- Habilidades de relaciones
- Tomar decisiones responsables



Miércoles 4 y 18 de junio

¿Por qué Tener Seguro de Inquilinos?

- Costo del seguro del inquilinos
- ¿Qué es el seguro y el riesgo?
- Introducción al seguro de inquilinos
- Opciones para pagos
- Tipos de coberturas
- ¿Qué está cubierto?
- ¿Qué no está cubierto?
- El proceso de registro



Jueves 5 de junio

10 maneras de ser Experto en Tecnología

- Conceptos básicos del navegador
- Los motores de búsqueda
- Procesando palabras
- Hojas de cálculo
- Escaneo de virus/malware
- Comandos del teclado
- Términos básicos de hardware
- Simple diagnósticos de redes
- Conexión de hardware
- Seguridad 101



Martes 10 de junio

Cómo Dejar relaciones Tóxicas

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



Miércoles 11 y 25 de junio

5 consejos para Cambiar su Trabajo

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



Jueves 12 de junio

Apoyo para la Memoria

- Definición de Alzheimer's
- 10 signos y síntomas tempranos de Alzheimer's
- 10 señales de advertencia de Alzheimer's
- 6 cosas para prevenir la pérdida de memoria



Martes 17 de junio

Cómo Convertirse en Maestro

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



Martes 24 de junio

Conciencia y Prevención de Chinchas

- ¿Cómo se ven las chinchas?
- Historia de las chinchas
- Ataques de chinchas
- Ciclo de vida de chinchas
- Escondites comunes
- Cómo encontrar chinchas
- Cómo se transportan los chinchas
- Síntomas de las picaduras de chinchas
- Preocupaciones de salud



Jueves 26 de junio

Obtener Ayuda: Recursos de Apoyo

- Recursos y beneficios nacionales
- Cómo encontrar recursos estatales y locales
- Cómo utilizar Internet para encontrar lo que necesitas
- Cómo sobrevivir mentalmente a la crianza de los hijos
- Recursos de apoyo



Horarios del taller:

10:30-11:30 a.m. (PDT/Arizona),

11:30 a.m.-12:30 p.m. (MDT),

12:30-1:30 p.m. (CDT),

1:30-2:30 p.m. (EDT).

Los talleres son siempre **GRATUITOS** y online -

REGÍSTRATE HOY



Escanee el código QR para registrarse o visite:

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

¿Tiene preguntas sobre cómo unirse? Comuníquese con su Coordinador de Servicios para Residentes o llame a nuestra línea directa al **(888) 299-8915**.

JUNIO 2025



Unidos somos más fuertes

*Construyendo puentes
en nuestra comunidad*

**¡Este junio, en Rainbow
nos centraremos en la
diversidad y la inclusión!**

*¡Esté atento a recursos y
talleres **GRATUITOS** que lo
ayudarán a comenzar su
camino hacia el éxito!*

 (888) 299-8915

www.rainbowhousing.org

 @rainbowhousinglife

 @rainbowhousing



EQUAL HOUSING
OPPORTUNITY



Rainbow Fitness

Clases de ejercicio gratuitas y transmitidas en vivo

¡Nuevos estilos de clases cada mes!

JUNIO 2025

PILATES

¡Esculpe, tonifica y renueva su cuerpo!

con Su Talla Ideal



Todos los viernes
de junio

12:30–1:15 p.m. CST

10:30 – 11:15 a.m. PST

11:30 a.m. – 12:15 p.m. MST

1:30–2:15 p.m. EST

Todas las clases son para principiantes. ¡No se requiere equipo!



Cómo funciona:

- 1 Escanee el código QR
- 2 Completa todos los campos para registrarse
- 3 Acceso desde cualquier dispositivo conectado a Internet



(888) 299-8915

www.rainbowhousing.org

@rainbowhousinglife

@rainbowhousing

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

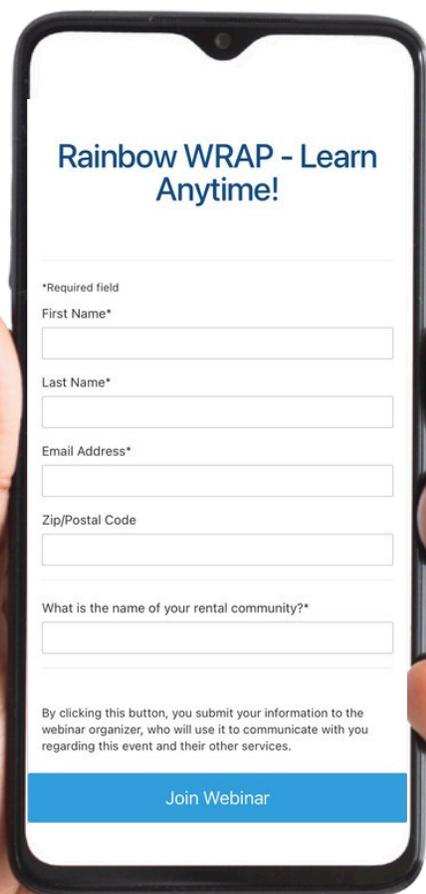


Si no tienen internet o teléfono, pueden contactar la oficina o la coordinadora de servicios para los recursos.

¿TE PERDISTE LA CLASE DE HOY?

¡No te preocupes! ¡La clase en línea **GRATUITA** de Rainbow de 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