



2Succeed™ Conexión

Interesado in 2Succeed
 Contacte a Tosha Foreman @
 Tosha.foreman@mhcd.org



Comience el Año Nuevo con una amplia variedad de [clases en línea](#), [pág. 2-7](#).

Si necesita asistencia técnica con cursos en línea, consulte las [preguntas frecuentes](#) en la página 8 o correo electrónico a

pedro.cruz@mhcd.org

CONTENIDO

CALENDARIO DE CLASE	2-7
REPASE DE CLASE	7-8
PREGUNTAS FRECUENTES	8-9
NOTICIAS DE EMPLEO Y CULINARIA	10
DIRECTORIO DE PERSONAL Y EVENTOS SOCIALES	11
CUIDADO Y SEGURIDAD	12

El año nuevo se presenta el 1 de enero de 2021.

Nos complace ayudarlo a comenzar con buen pie en todo lo relacionado con el bienestar. Aquí hay un par de sitios web que ofrecen grupos de apoyo de AA / NA para mantenerse limpios y sobrios, mantenerse libres de sustancias, avanzar en el objetivo de Año Nuevo de dejar de consumir alcohol o drogas y apoyo general para llevar un estilo de vida más saludable.

[<https://daccaa.org/meetings>] [<https://virtual-na.org/meetings>]

Juegos de Jackbox de Año Nuevo

[1 de enero de 2021 de 2 a 4 p. M.]

Con Doug, Sarah y Ray

[[Haga clic aquí para unirse](#)] 422 986 894 #

INFO 2Succeed

en Educación y Empleo

Mental Health Center of Denver
Servicios de Rehabilitación

456 Bannock Street
Denver, CO 80204303-504-1700
2Horario de



Mental Health
Center of Denver

Where Recovery Happens

Calendario de Clases Virtuales 2Succeed

(haga clic en ella nombre de clase para unirse en línea a través de Microsoft Teams)
(o llame al 1-720-625-8684 y luego, cuando se le solicite, ingrese el número de identificación de la conferencia proporcionado en el extremo derecho de la fila)

[[¿TIENE PROBLEMAS? VER DETALLES / FAQ](#)]

[[LUNES](#)] [[MARTES](#)] [[MIÉRCOLES](#)] [[JUEVES](#)] [[VIERNES](#)]

LUNES

8:30		ServSafe / Manipulador de alimentos		Candice/Drake	
		695 761 805			
9:00		¿Cuál es tu negocio?		Vanessa	147 423 133
10:00		Club de café		Janelle	784 669 723
10:00		Meditación guiada por Yoga Nidra		Steph	410 886 486
10:00		Software de oficina GSuite (i)		Doug	515 805 255
Aprenda software de oficina gratuito con su cuenta de Gmail, funciona de manera muy similar y compatible con Microsoft Office.					

10:30	Taller de escritores	Ray	827 887 589
11:00	Construyéndose a Uno Mismo	Zach	664 177 374
11:00	Asiento "Sassy"	Meredith	158 446 627
11:30	Culinaria	Drake/Candice	291 250 069
1:00	Grupo de Cultura y Fe	Marie/Drake/Candice	426734990
1:00	Español básico	Marbella	565 766 664
1:00	Nutrición	Ray	179 771 110
1:00	Ejercicio Cerebral	Janelle	977 786 899
2:00	Estudio de la Biblia	Janelle	186 283 898
2:00	Charla de los Broncos	Ray	250 798 224
3:00	Armónica	Sarah	493 716 581
3:00	Teatro de la ciencia del misterio	Doug/Jasmine	817 986 888
Venga a ver, comentar y reír con otros en ofertas de video únicas de contenido tipo MST-3000			
3:00	Grupo de apoyo "Queer" (LGBTQ+)	Selene/Steven	865 064 509 * Abierto a las personas a las que servimos que se identifican o se preguntan si pueden ser parte de la comunidad LGBTQ +.
4:00	La meditación	Sarah	806 545 25

MARTES

8:30	ServSafe / Manipulador de alimentos	Candice/Drake	389 896 550
9:30	Yoga de la risa	Ray	294 761 313

10:00		Estrategias para el bienestar		Marbella		172 731 324
10:00		Lectura de apoyo		Meredith		343 125 36
10:00		Preálgebra		BB		469 476 845
10:00		Lectura de apoyo		Meredith		343 125 36
11:00		Cocinando con un presupuesto		Zach		405 562 189
11:00		Matemáticas de artes liberales		BB		130 625 302
11:30		Culinaria		Drake/Candice		291 250 069
1:00		Habilidades para la vida 2 (temas)		Kathy		358 098 794
1:30		Conciencia cultural		BB		118 601 483
3:00		Arte para la relajación		Kristin		159 676 816
3:00		Hablemos de ello		Vanessa		926 462 55
4:00		Noche de película		Doug/Marbella		877 625 153 i
¡Participe en nuestra Noche de Cine semanal! Interactúe con otros a través del chat a través de Microsoft Teams durante la función						

MIÉRCOLES

8:30		ServSafe & Manipuladores de Alimentos		Candice/Drake		695 761 805
9:00		Estudio de la Biblia		Janelle		890 663 431
10:00		Estrategias para el bienestar		Marbella		172 731 324
10:00		Meditación matutina y diario		Steph		294 415 173

10: 00	Asiento “Sassy”	Meredith	774 598 70
10:00	Estiramiento de la mañana	Janelle	730 858 393
10:30	Comunidad de Fotografía Amateur	Zach	246 880 941
11: 00	Matemáticas	BB	116 914 805
11:00	Yo primero	Vanessa	707 690 765
11:30	Culinaria	Drake/Candice	291 250 069
1:00	Español básico	Marbella	565 766 664
1:00	Laboratorio académico	Meredith	459 937 476
1:00	Foro de arte	Kristin	559 352 846
1:00	Clase de jardinería	BB	464 688 006
1:30	Habilidades para la vida (temas)	Kathy	482 496 879
1:30	Curar Través de la Esperanza	Zach/Candice	648 863 259
2:00	Historia de la Música	Sarah	190-270-649
3:00	Vamos a Hablarlo	Vanessa	138 164 319
3:00	Microfono abierto (llame a continuación)	Steph/Kristin	+1 669 900 9128

Identificación de la reunión de EE. UU .: 931 7757

JUEVES

8:30	ServSafe & Manipuladores de alimentos	Candice/Drake	
389 896 550			
9:00	Apoyo a los Estudiantes	Kathy/Kristin	170 824 494
9:00	Tutoría	BB	518 500 291
10:00	Club de café	Meredith	786 483 424
10:00	Vayamos viajes virtuales	Steph	793 711 682
10:00	Estiramiento de la Mañana	Janelle	218 863 771
10:30	2Succeed Orientación	Vanessa/Chris	182 045 903
10:30	Escritura creativa	BB/Shanah	571 905 415
11:00	Nombra esa melodía	Janelle	899 731 368
Participe en trivialidades musicales adivinando qué canción se reproduce y el artista. ¡Premios entregados mensualmente!			
11:00	Ted Talk & Discusión	Steph	400 085 874
11:00	Mantenimiento de la diabetes	Ray	149 622 269
11:30	Culinaria	Drake/Candice	291 250 069
2:30	Matemáticas de la Preparatoria	BB	681 568 969
3:00	Club de animé	Doug / Selene / Drake	927 755 240
Mira y sugiere arcos de historias de algunas de tus series de anime favoritas y conéctate con otros fanáticos del anime.			
4:00	Tutoría en 2Succeed	BB	941 135 627
5:00	Hora social	Doug	830 803 218
Participe en nuestra Hora Social semanal! Juegos de trivia y 20 preguntas muy concurridos para una interacción social divertida.			

VIERNES

8:30		ServSafe / Manipulador de alimentos		Candice/Drake		695 761 805
9:00		Liderazgo en el Bienestar		Kathy/Kristin		881 029 000
10: 00		Programación de computadoras		Doug		658 098 222
Curso básico de programación de Javascript con algunos temas de desarrollo web presentados también.						
10: 00		Asiento “Sassy”		Meredith		923 916 159
10:00		Matemáticas de artes liberales		BB		466 066 618
10:00		Estiramiento de la mañana		Janelle		997 310 668
11:00		Bricolaje		Janelle		129 427 454
Haz cosas con cosas que tienes en casa para la clase de bricolaje						
11: 00		Álgebra		BB		429 646 969
11:00		Foro de la comunidad		Vanessa		986 413 220
11:30		Culinaria		Drake/Candice		291 250 069
12:00		Tutoría		BB		754 793 343
1:00		Guitarra		Ray		845 189 632
1:00		Gratitud y Bienestar		Janelle		167 448 418
2:00		Videojuego (Jackbox)		Doug / Sarah		422 986 894
Venga a jugar o mire juegos de Jackbox en línea, no se necesita software, los juegos son alojados por 2Succeed ... ver Cómo jugar						
4:00		Bingo en línea		(más información)		Meredith/Doug 616 536 22 i
¡Bingo con premios! Las tarjetas que se pueden reproducir se pueden enviar por correo o están disponibles en https://2succeed.github.io/bingo/						
Open Mic Dial In Zoom Información de la reunión:						

2Succeed en la Educación Repaso de las Clases:

2Succeed en la Educación es un programa de rehabilitación psiquiátrica y educación con apoyo que ofrece a los adultos la oportunidad de participar en una variedad de clases y actividades o recibir apoyo individual para perseguir los objetivos de recuperación deseados. El programa está diseñado para fortalecer y ampliar el conocimiento de la persona sobre las prácticas físicas, intelectuales, emocionales y sociales que mejorarán su bienestar.

La Educación con Apoyo de la Comunidad ayuda a las personas que están interesadas en emprender una educación o entrenamiento en la comunidad, proporcionando apoyo y ayudando a navegar el proceso de principio a fin; identificando los puntos fuertes y las barreras, proporcionando apoyo a largo plazo mientras están en la escuela o en un programa de entrenamiento, celebrando los éxitos y apoyando a las personas en el logro de sus metas académicas.

Las Clases de Educación para Adultos se imparten para ayudar a desarrollar las habilidades para la educación de la comunidad o la búsqueda de una carrera profesional. Ofrecemos una variedad de clases de computación, lectura, matemáticas, español y escritura, así como apoyo en varias materias. También ayudamos con oportunidades de voluntariado internos y en la comunidad para explorar y preparar carreras.

El Entrenamiento Culinario ofrece la oportunidad de obtener una valiosa formación en el trabajo, pagada, mientras se preparan y se entregan comidas nutritivas en el Sally's Café, un restaurante en funcionamiento en 2Succeed. El entrenamiento ofrece a los participantes la oportunidad de ver cómo opera una entidad de servicios alimentarios y explorar diferentes áreas de trabajo que podrían estar interesados en emprender en la comunidad.

El Estudio de Arte proporciona a la gente materiales e instrucción, así como un espacioso y acogedor estudio de arte para crear muchas formas diferentes de arte visual. Ayudamos a los artistas a usar el arte como una expresión creativa que forma parte del viaje de una persona en su recuperación. Trabajando como un puente hacia la comunidad, ayudamos a nuestros artistas a mostrar y vender su trabajo en diferentes lugares de Denver.

La Música y la Arte Escénica ofrece a las personas la oportunidad de participar en una variedad de experiencias y grupos musicales para mejorar sus habilidades, calidad de vida y práctica para las actuaciones internas y en la comunidad. Proporcionamos a las personas de todos los niveles y habilidades un ambiente que promueve su propia expresión musical o interpretativa.

Las Ofertas de Bienestar proporcionan a los individuos oportunidades para participar en una variedad de clases, grupos y experiencias para mejorar el propio bienestar físico, espiritual, social y comunitario. Ofrecemos un gimnasio interno y un estudio para grupos, así como varias salidas semanales a gimnasios y clases comunitarias. Ofrecemos salidas frecuentes a eventos culturales, oportunidades para conectarse con la naturaleza y explorar la comunidad. Otras clases y actividades que puede esperar encontrar ayudan a las personas con la nutrición, elaboración de presupuestos, habilidades para la vida, liderazgo o apoyo para una variedad de temas.

**Las clases y actividades en 2Succeed varían y cambian con frecuencia en función del interés y la disponibilidad de los*

2Succeed en educación — Preguntas Frecuentes

participantes deben ser parte de 2Succeed para asistir y completar [Consentimiento para los servicios de TeleHealth](#)

Si está interesado en unirse a 2Succeed para asistir a clases, envíe un correo electrónico a tosha.foreman@mhcd.org para programar una orientación virtual.

Comuníquese con el instructor para obtener más información sobre la clase llamando al 303-504-1700 y solicitando dejar un mensaje de voz o haciendo clic en su [nombre azul](#) arriba y correo electrónico. Su mensaje debe ser devuelto a la brevedad.

PARA UNIRSE A CLASES EN LÍNEA POR TELÉFONO:

Marque 1-720-625-8684 y luego, cuando se le solicite, ingrese el número de identificación de la conferencia de la clase (proporcionado en el extremo derecho de la fila)

INSTRUCCIONES SOBRE CÓMO UNIRSE A CLASES LÍNEA:

EN PC:

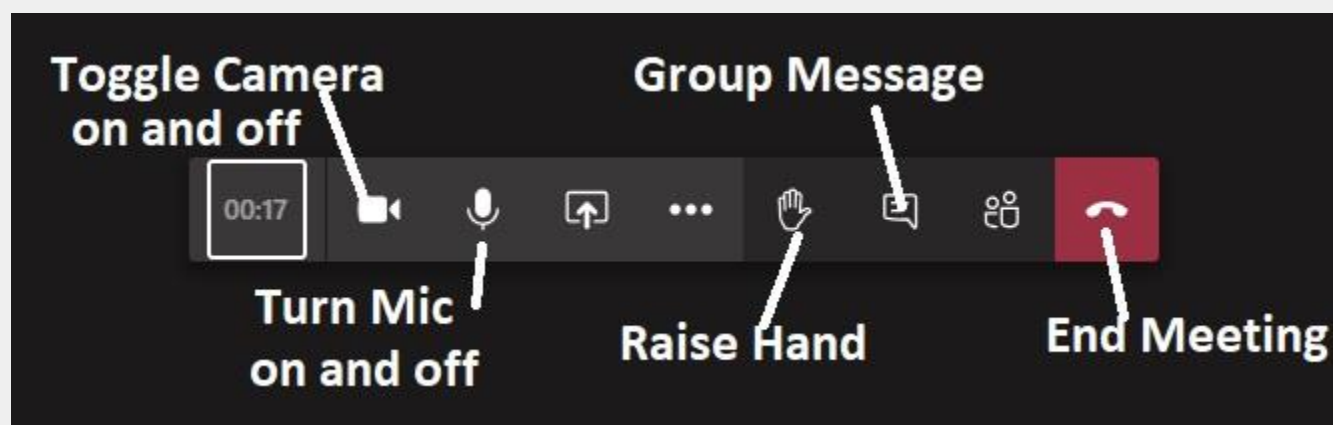
- No instale el software de Teams
- Haga clic en el nombre de la clase en el horario que desee Asistir
- Haga clic en "unirse en la web en su lugar" o "unirse en este navegador en su lugar" o "utilizar equipos en Microsoft Edge" u otra variante, ya que las opciones varían según el navegador
 - Permitir el acceso al micrófono y la cámara si corresponde
- Escriba el nombre deseado para la reunión y haga clic en " únete ahora"

EN MÓVIL:

- Instalar la aplicación Teams (a través de App Store para iPhone o Google Play Store para Android)
 - No configure ni inicie sesión en la propia aplicación Teams
- Haga clic en el nombre de la clase arriba o únase a la reunión de Microsoft Teams si la invitación proviene de un correo electrónico
 - Permita el acceso al micrófono y la cámara
- Desplácese hacia abajo Haga clic en "Unirse a la reunión" o "Unirse como invitado" **
 - Escriba el nombre si es la primera vez y haga clic en "Listo":

- ** si estas opciones no están allí, debe cerrar y volver a abrir la aplicación Microsoft Teams y volver a intentarlo desde nombre de clase

Referencia rápida dea Teams Controls ¿



TODAVÍA TIENE PROBLEMAS?

correo electrónico pedro.cruz@mhcd.org para solucionar problemas por teléfono

2Succeed en el Empleo



Si está interesado en:

- encontrar y mantener un trabajo competitivo regular o de tiempo completo en la comunidad
- crear un currículum y redactar cartas de presentación eficaces
- aprenda a buscar y solicitar puestos de trabajo en línea
- prepararse para entrevistas de trabajo y
- lograr estabilidad laboral para mantener un trabajo

El Programa de Empleo con Apoyo de 2Succeed colaborará con usted para ayudarlo a alcanzar sus metas laborales. Nuestro programa de empleo sigue la Individual Placement Spoyo(IPS) modelo que se centra en sus fortalezas, habilidades, capacidades, intereses y cómo superar las barreras para ayudarlo a alcanzar sus metas de empleo. Nuestros programas de obras en colaboración con el DiVisione de Vocational Rehabilitación(DVR) para ayudar a los participantes con los servicios y apoyos adicionales para alcanzar sus objetivos de empleo.

El proceso de admisión implica:

- una o dos citas telefónicas o por video para completar una solicitud y una evaluación vocacional que
- proporcione una copia electrónica de su identificación con foto del estado actual (no vencida), su historial de empleo y si recibe beneficios del Seguro Social (SS), proporcionando una copia electrónica de su carta de concesión de beneficios de SS reciente.
- reunirse con su especialista en empleo (ES) constantemente y al menos dos veces al mes para trabajar en la consecución de sus objetivos laborales
- tener una tarjeta del Seguro Social y, si no es un ciudadano de los Estados Unidos, proporcionar una copia de su tarjeta de autorización actual (no vencida) para trabajar en el Estados Unidos
- después de encontrar un trabajo, continúe reuniéndose con ES para lograr estabilidad laboral y poder mantener un trabajo por lo menos de tres a 6 meses o más está



Si interesado en los servicios de Empleo con Apoyo, comuníquese con: **Chris Winslow al 303-504-1728 o Maritza Ovalles al 303-504-1727** para programar una cita de admisión.
¡Gracias!

Directorio Telefónico 2Succeed

* Marque (303) 504 y luego las personas extensión de cuatro dígitos para llamarlos directamente *

La Dirección

Equipo de Apoyo

1740	Eastman, Heidi	Rm 206	VP Rehab	1751	Wang, Marie	Rm 107	Voc Supervisor
1773	Fair, Gary	Rm 213a	Program Mgr / Peer	1735	Echtemeyer, John	Rm 108	Peer Specialist
1730	Foreman, Tosha	Rm 207	Program Mgr / Edu	1735	Haden, Steven	Rm 108	Peer Specialist
1726	Justice, Michael	Rm 224	Program Mgr / Emp	1735	Printz, Daphine	Rm 108	Peer Specialist
1716	Taylor, Shahn	Salón 227	Program Mgr / Emp	1735	Reonquillo, Yendi	Rm 108	Peer Specialist
1770	Cruz, Pedro	Rm 209	Executive Assistant				
1724	Myers, Marbella	Rm 215	Program Mgr / Edu				
1749	McClure, Grif	Rm 113	Photo Voice				

Equipo de Educación

Equipo de Empleo

1756	Ahaneku, BB	Salón 211	Edu. Counselor	1727	Ovalles, Martiza	Salón 229	Intake Coordinator
1743	Broadwell, Sarah	Salón 234	Edu. Counselor	1728	Winslow, Chris	Salón 222	Intake Coordinator
1746	Ehret, Kathy	Salón 113	Edu. Counselor	1748	Bray, Sarah	Salón 218	Emp Specialist

1754	Elise, Kristin	Salón 118A	Edu. Counselor	1722	Breeden, Jasmine	Rm 226	Emp Specialist
1731	Hassell, Janelle	Rm 211	Edu. Counselor	1742	Chatterton, Darlene	Rm 235	Emp Specialist
1725	Michalski, Zachary	Rm 217	Edu. Counselor	1757	DVR / Benefits	Rm 230	Empleo
1705	Mills, Meredith	Rm 110	Edu. Counselor	1717	Emerson , Samantha	Rm 223	Emp Specialist
1758	Reed, Doug	Rm 204	Edu. Counselor	1712	Harrington, Alyssa	Rm 218	Emp Specialist
1777	Sedillo, Ray	Rm 251	Edu. Counselor	1720	Huber, Deseree	Rm 221	Emp Specialist
1747	Snelgrove, Stephanie	Rm 217	Edu. Counselor	1718	Kropp, Amberley	Salón 233	Emp Specialist
1759	Valdez, Vanessa	Salón 234	Peer Specialist	1734	Printz, Priscilla	Salón 214	Emp Specialist
1772	Louie, Drake	Salón 236	Culinary Team	1737	Sisco, Cheryl	Salón 213B	Emp Specialist
1765	Vigil, Candice	Salón 236	Culinary Team	1714	Sternberg, Talia	Salón 221B	Emp Specialist
1700	Riordan, Martha	Front	Front Desk Admin.	1721	Turner, Ronald	Rm 226	Emp Specialist
1736	Salazar, Lucrecia	Rm 212	Admin. Asistente	1738	Tyler, Jeane	Rm 216	Emp Specialist
1745	Yeada, Ed	Rm 212	Admin. Asistente	1769	Zucker, Shanah	Rm 225	Emp Specialist

** Autocuidado y seguridad **

Recordatorios de seguridad de COVID-19 La pandemia de COVID-19 sigue afectando a Colorado, con un índice de positividad de COVID-19 que se eleva a más del 5%. Este es el índice más alto que ha tenido el estado desde el comienzo de la pandemia. Es importante que continuemos tomando buenas decisiones en las actividades que realizamos. Puede utilizar el grafico del CDPHE que aparece a continuación para ayudar a comprender el nivel de riesgo de las diferentes actividades sociales.

RISKS AND BENEFITS



CONSIDERATIONS FOR SOCIAL ACTIVITIES DURING COVID-19



Photo credit of Colorado Department of Public Health and Environment (CDPHE)

Todos deben continuar practicando el distanciamiento físico de 6', usando una mascarilla, y lavándose las manos frecuentemente. Como recordatorio, el personal del Mental Health Center of Denver también debe cumplir con el Protocolo de Seguridad sobre Covid-19 para el Personal en cualquier momento en que se encuentren en nuestros edificios para trabajar. Lo cual incluye tomarles la temperatura y monitorear los posibles síntomas diariamente. Fotos de parte del Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado (CDPHE).