



2024 Programas y Servicios

本小册子有 中文版本。

This brochure is available in English.

5288 Joyce Street | Vancouver, BC | 604-435-0323

Sitios de CNH

Collingwood Neighbourhood House (CNH) ofrece programas y servicios en nuestra casa central, sobre la calle Joyce, y en otros sitios del vecindario Renfrew-Collingwood. Refiérase al mapa y las descripciones para localizar todos los sitios relacionados con CNH.



- 1. CNH Main House (Casa central)**
5288 Joyce St.
604-435-0323
- 2. Anexo CNH**
3690 Vanness Ave.
604-428-9142
- 3. Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil Terry Taylor**
2355 E. 30th Ave.
604-433-4459
- 4. Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil de Duke Street**
2708 Duke St.
604-434-5529
- 5. Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil Sarah House**
5729 Wales St.
604-434-9496
- 6. Guardería Norquay (escolares)**
4710 Slocan St. 604-713-5922
- 7. Guardería Renfrew (escolares)**
3315 E. 22nd Ave.
604-431-6863
- 8. Guardería Grenfell (escolares)**
3323 Wellington Ave.
604-434-9994
- 9. Guardería Graham Bruce**
3633 Tanner St.
604-713-5586
- 10. Guardería Collingwood Neighbourhood (escolares)**
3417 Euclid Ave.
604-713-4814
- 11. Centro RISE de Salud Comunitaria (CHC)**
5198 Joyce St.
604-558-8090

Jardines, ver la página 20.



Consulte nuestra página web para conocer nuestra información actualizada sobre programación, servicios y eventos.

Web: cnh.bc.ca

C/e: info@cnh.bc.ca

Teléfono: 604-435-0323

Index

Recreación	3
Cuidado Infantil.....	4-5
Jóvenes.....	6-8
Recién Llegados e Inmigrantes.....	9-11
Alcance Comunitario	11
Cuidados de la Salud.....	12-13
Familia	14-15
Alfabetización.....	15
Desarrollo Comunitario.....	16-17
Alimentación y Jardines Comunitarios	18-20
Seniors (Tercera Edad).....	21-23

A *Los programas con este símbolo se dan en el Anexo de CNH*

A+ *Los programas con este símbolo se dan en ambos sitios*

Información General

Reconocimiento Territorial

Collingwood Neighbourhood House respeta y honra a las naciones x^wməθk^wəy'əm (Musqueam), Sk̓wx̓wú7mesh (Squamish), y Səlílwətaʔ (Tsleil-Waututh), en cuyos territorios tradicionales trabajamos y vivimos.

Oportunidades de Trabajo

CNH es un empleador intercultural, flexible y orientado al bienestar familiar y se enfoca en contratar talento local. Consulte nuestros anuncios de empleos en cnh.bc.ca/careers.

Oportunidades para Voluntarios

Contribuya a su comunidad ofreciéndose como voluntario en el vecindario. Hay oportunidades para conectarse y contribuir al vecindario por medio de nuestras iniciativas, eventos y proyectos comunitarios y muchos de nuestros programas.

Contacto: volunteering@cnh.bc.ca o visite cnh.bc.ca/volunteer

Programa de Información y Recomendaciones

¿Necesita ayuda y no sabe dónde obtenerla? Tenemos entre el personal y los voluntarios personas que pueden ayudarle en muchos idiomas. Para más información, llame a CNH al **604-435-0323** o Anexo de CNH al **604-428-9142**.

Salones para Alquilar

Casa Central de CNH (5288 Joyce St.)

Salones para reuniones, una cocina y un gimnasio están disponibles en alquiler para eventos grandes y pequeños. Las salas multiuso tienen capacidad hasta para 100 personas y el gimnasio hasta 200.

Anexo de CNH (3690 Vanness Ave.)

Salas multiuso disponibles para fiestas, presentaciones, reuniones y más. Tenemos disponible áreas de 2,700, 1,700 y 1,000 pies cuadrados. El Anexo de CNH también tiene una cocina industrial y un estudio de arte que se puede arrendar.

Ambos centros tienen estacionamiento subterráneo gratuito.

Contacto: 604-435-0323 o visite cnh.bc.ca/rentals





Recreación

CNH ofrece programas de recreación y esparcimiento para personas de todas las edades y niveles de habilidad. Nos esforzamos en proporcionar una gama equilibrada de actividades incluyentes que promueven la salud y calidad de vida de los residentes de la comunidad.

Para reservar su lugar o inscribirse en un programa, por favor visite el portal de registro en línea de CNH (Regportal) en regportal.cnh.bc.ca.

Para más información, visite cnh.bc.ca/recreation o llame al **604-435-0323**.

Inscripción y Tarifas

- Para que sus niños puedan participar en todos los programas recreativos, es necesario inscribirlos con anticipación
- Las tarifas varían según la actividad
- Los adultos y personas de la tercera edad pueden obtener descuentos adicionales por medio de pases para los programas
- Las personas que deseen participar en cualquier programa requieren una membresía anual de CNH
- Hemos establecido un Programa de Diversión a Precios Asequibles ('Affordable Fun'), dentro del cual los residentes de la comunidad pueden solicitar una reducción en los costos de los programas, si están pasando por dificultades financieras

Cuidado Infantil

CNH ofrece programas de aprendizaje temprano y cuidados de alta calidad (guardería/preescolar/escolar) para niños de entre 3 meses y 12 años de edad.

Todos los programas cuentan con una licencia expedida por la oficina de Licencias para Centros de Cuidados en la Comunidad de la Autoridad de Salud de Vancouver Coastal Health, y están diseñados para satisfacer las cambiantes necesidades de los niños y las familias en una comunidad diversa.

Los programas de cuidados infantiles de CNH proporcionan experiencias y oportunidades de aprendizaje usando el enfoque del programa curricular emergente inspirado en la filosofía de Reggio Emilia y en el Marco de Aprendizaje Temprano (Early Learning Framework o ELF). La Guía ELF para Familias (ELF Guide for Families) está disponible previa solicitud.

Cada programa:

- Intenta reflejar y enriquecer los antecedentes culturales e idiomas de los niños inscritos al programa
- Alienta y apoya el potencial de los niños creando un entorno para el crecimiento social y emocional óptimo, así como de las habilidades físicas, creativas e intelectuales
- Fomenta la confianza y el éxito mediante una amplia gama de actividades y oportunidades apropiadas para cada edad
- Incluye una variedad de actividades, incluyendo artes plásticas y manualidades creativas, música y movimiento, alfabetización, teatro, juego en interiores y/o exteriores para desarrollar las destrezas de motricidad fina y gruesa, excursiones en la comunidad (caminatas, salidas a la biblioteca, etc.)
- Se enfoca en el aprendizaje temprano, con suficiente tiempo para el juego libre y el desarrollo de amistades

Si está buscando una guardería, por favor envíe su solicitud para que le incluyan en la lista de espera con el formulario que está disponible en cnh.bc.ca/childcare o en la recepción de CNH. Nuestro coordinador de inscripción se pondrá en contacto con usted cuando haya cupo disponible.

Hay formularios disponibles para inscribir a sus hijos. Puede haber cupo para aquellos que necesitan cuidados de media jornada. Los costos pueden cambiar. Deseamos animar a los padres y madres a solicitar la prestación

Affordable Child Care Benefit (del gobierno de BC) que puede aplicarse para reducir el costo de la guardería (solicitud disponible en bit.ly/BCACCB).

Por favor consulte las direcciones de los lugares en el interior de la página principal.

INFANTES: DE 3 A 18 MESES

- **Casa Central de CNH**
Programa de B.C. de cuidado infantil de \$10 al día
Lunes a viernes, 7:30 am a 6 pm

NIÑOS PEQUEÑOS: DE 18 A 36 MESES (DOS UBICACIONES)

- **Casa Central de CNH**
Programa de B.C. de cuidado infantil de \$10 al día
- **Terry Tayler**

Lunes a viernes de 7:30 am a 6 pm

CENTROS DE APRENDIZAJE TEMPRANO Y CUIDADO INFANTIL: DE 3 A 5 AÑOS (CUATRO UBICACIONES)

- **Centro Collingwood de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil**
Programa de B.C. de cuidado infantil de \$10 al día
- **Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil de Duke Street**
- **Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil Sarah House**
- **Centro de Aprendizaje Temprano y Cuidado Infantil Terry Tayler**

Lunes a viernes de 7:30 am a 6 pm

PRESCOLARES: DE 3 A 5 AÑOS

- **Casa Central de CNH**
Lunes a viernes, 9 am a 12 pm; o de 1:15 a 4:15 pm

ESCOLARES: DE 5 A 12 AÑOS (CINCO UBICACIONES)

- **Guardería Collingwood Neighbourhood (escolares)**
- **Guardería Graham Bruce (escolares)**
- **Guardería Grenfell (escolares)**
- **Guardería Norquay (escolares)**
- **Guardería Renfrew (escolares)**

Lunes a viernes, 7:30 a 9 am

Lunes a viernes, 3 a 6 pm

Nota: Los School Age Centres (centros para escolares) operan como programas semanales durante los meses de julio y agosto. Los programas para los niños en edad escolar operan, en general, días completos durante los días de desarrollo profesional de los docentes y los días festivos.



Jóvenes

Los Servicios para Jóvenes ofrecen una gama de programas, actividades y recursos para niños y jóvenes entre las edades de 10 a 24. Los programas se llevan a cabo en la casa central de CNH y en escuelas del vecindario.

Para más información, visite cnh.bc.ca/youth o llame al **604-435-0323**.

Grupo para todos los Géneros

Dando un giro a la idea de un tradicional “Grupo de Niñas” o “Grupo de Niños”, All genders (Todos los géneros) es un grupo juvenil semanal para jóvenes de género diverso y quienes les apoyan, donde podrán venir a aprender sobre varios temas en un espacio seguro e inclusivo. Cada martes, las personas que participan se reunirán y participarán en actividades y conversaciones sobre una amplia variedad de temas a través del lente 2SLGBTQ+. A lo largo del año, el grupo también trabajará en proyectos 2SLGBTQ+ en el vecindario de CNH y sus alrededores.

Juventud Indígena C.R.E.W

C.R.E.W (siglas inglesas de Cultura, Recreación, Educación y Trabajo) ofrece a la juventud indígena canadiense de entre 10 y 24 años oportunidades para participar en actividades sociales con apoyo y exploración cultural. Entre ellas se incluyen actividades al aire libre, habilidades de canotaje y seguridad en el agua, experiencia

en liderazgo, mayores conocimientos de la cultura y oportunidades para socializar con indígenas jóvenes y adultos como modelos de referencia.

Mentoría entre Pares

El programa de mentoría entre pares “Peer 2 Peer” está guiado por jóvenes y tiene como propósito mejorar la salud y el bienestar de los jóvenes en Renfrew-Collingwood. Quienes participan usan un modelo de educación y mentoría entre pares para explorar una amplia gama de temas de salud y bienestar a través del lente de justicia social, y desarrollan las habilidades necesarias para compartir lo que han aprendido con personas afines y con la comunidad en general. Esperamos proveer a la juventud con la información, los recursos, el apoyo y las herramientas necesarias para llevar una vida sana y satisfactoria.

Centro de Jóvenes (10 a 18 años)

El Centro Juvenil ofrece una variedad de actividades para sus participantes en las noches de viernes y sábados. Incluye acceso al gimnasio y deportes, artes plásticas y manualidades, actividades para el bienestar integral, juegos cooperativos y talleres para desarrollar habilidades de voluntariado.

Comité Juvenil

El comité juvenil de CNH (Youth Council) ofrece a los jóvenes la oportunidad de convertirse en líderes comprometidos con su comunidad. Los miembros planean y organizan actividades y proyectos comunitarios y contribuyen a una visión comunitaria para apoyar la salud, el bienestar y el desarrollo de la juventud.

Equipo Escolar de la Comunidad Windermere

Nuestro equipo trabaja con organizaciones asociadas en la comunidad para ofrecer programas extraescolares en la escuela secundaria Windermere Secondary y en las escuelas primarias locales de donde proceden nuestros participantes (Graham Bruce, Collingwood, Grenfell, Nootka, Norquay y Renfrew). Los programas incluyen, pero no se limitan a, deportes, alfabetización, artes plásticas y cultura, alimentación y nutrición, habilidades sociales y emocionales, cuidado del medio ambiente, ciudadanía global y desarrollo de liderazgo. Los programas son de bajo costo, inclusivos y requieren la participación activa.

Contacto: Alyse Alaouze, 604-713-5885
o aalaouze@vsb.bc.ca

Servicios de Asentamiento para Jóvenes

EXTRAESCOLAR DE MENTORÍA PARA PRE-ADOLESCENTES RECIÉN LLEGADOS (DE 10 A 14 AÑOS)

Este programa fomenta el sentido de pertenencia de los participantes mediante actividades interesantes y mentores comprometidos y, al mismo tiempo, promueve la diversidad y la inclusión. Los líderes del programa crean un entorno seguro, divertido y atractivo en el que los preadolescentes no solo sobresalen académicamente, sino que también forjan amistades duraderas y adquieren valiosas habilidades para la vida. No solo somos un programa: somos una familia, un lugar donde cada participante puede prosperar, aprender y embarcarse en un apasionante viaje de crecimiento personal.

- **Casa central de CNH**
Jueves, de 3:30 a 5 p.m.
- **Renfrew Elementary School**
Martes, de 3:00 a 4:30 p.m.
- **Sir Wilfred Grenfell Elementary School**
Miércoles, de 3:00 a 4:30 p.m.

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

GRUPO DE MENTORÍA PARA JÓVENES ORIENTADO A MEJORAR LAS HABILIDADES DE LIDERAZGO Y PREPARACIÓN PARA EL EMPLEO

La capacitación para la búsqueda de empleo permite a los jóvenes participar en oportunidades de voluntariado, desarrollar habilidades para la vida, obtener apoyo para preparar su currículum y cartas de presentación, y planificar su inserción en el mercado laboral.

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

DEPORTES EN EL VECINDARIO

Se ofrecen actividades en colaboración con el Centro Juvenil (Youth Centre) y están dirigidas por el equipo de Asentamiento para Jóvenes (Youth Settlement). Es una oportunidad de aprendizaje y diversión para jugar básquetbol y voleibol con otros jóvenes. Las habilidades de liderazgo y mentoría se adquieren experimentando el espíritu deportivo, el trabajo en equipo y la apreciación de las diferencias culturales.

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

Recién Llegados e Inmigrantes

Suministramos servicios esenciales a inmigrantes, incluyendo clases de inglés para adultos, apoyo a aquellos padres de familia que estudian y apoyo individual y grupal en inglés, mandarín, tagalo y español. Ayudamos a los inmigrantes a entender e identificar sus necesidades en áreas como inmigración, salud, vivienda, conocimientos de inglés, empleo y desarrollo profesional/vocacional. También podemos ayudar a desarrollar conexiones y redes de contactos en la comunidad.

Para más información, visite cnh.bc.ca/settlement o llame al **604-435-0323**.

A Clases de Inglés para Recién Llegados a Canadá (LINC)

El programa LINC ofrece clases de inglés gratuitas para recién llegados a partir de los 19 años de edad. Los estudiantes aprenden de maestros certificados y experimentados en un entorno de apoyo. Se ofrece formación preescolar gratuita para los hijos e hijas (de entre 30 meses y 5 años de edad) de los alumnos de LINC que asisten a las clases presenciales. Contáctenos para conocer los requisitos y saber si los cumple.

- **LINC niveles 3, 4, 5 y 6**
Lunes a viernes, de 9:00 a.m. a 12:15 p.m.
Las clases se imparten en persona
- **LINC niveles 6 y 7**
Lunes a jueves, de 6:00 a 8:00 p.m.
Las clases se imparten en línea

Contacto: 604-366-9142 o linc@cnh.bc.ca

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

Asistencia de Asentamiento

Inglés, chino, español, tagalo y otros idiomas; hay trabajadores de asentamiento disponibles para brindar ayuda en línea y en persona, que incluye:

- Cómo tramitar servicios sociales
- Búsqueda de recursos de empleo
- Referencias y apoyo a programas para el aprendizaje de inglés
- Preparación para la vida cotidiana y talleres en

- grupo sobre temas como vivienda, salud, educación, ciudadanía e información legal
- Capacitación para desarrollar habilidades en medios digitales para diferentes programas y aplicaciones de computadora/teléfono

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

Desarrollo de Liderazgo para Mujeres Inmigrantes

Este programa ofrece apoyo a las mujeres inmigrantes para que desarrollen sus habilidades de liderazgo y para que planeen su carrera profesional/vocacional y su vida personal. Este programa también ofrece una oportunidad para que las participantes trabajen con un mentor que apoye su integración en Canadá.

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

Servicios de Asentamiento e Integración (BCSIS)

Programas de Apoyo para Trabajadores Extranjeros Temporales (TFW), Solicitantes de Refugio, Candidatos Nominados por la Provincia (PNP), Estudiantes Internacionales y Ciudadanos Naturalizados

Para apoyar la integración social y económica de los recién llegados, ofrecemos orientación (en línea, individual o en grupos), servicios de información y referencias, talleres de temas de interés, y ayuda para llenar formularios migratorios y de permisos laborales.

(Recibe financiamiento del gobierno de la Columbia Británica)

Programa de Empleo

Trabajadores de asentamiento están disponibles para ayudar a los recién llegados con sus currículums, habilidades para entrevistas de empleo, recursos para conseguir empleo y referencias. Además ofrecen sesiones grupales sobre empleo con temas como la búsqueda de trabajo y cómo desarrollar el c.v.

(Recibe financiamiento del programa de asentamiento de Immigration, Refugees and Citizenship Canada)

Clases de Artes Plásticas

Las personas recién llegadas interesadas en conocer gente nueva, practicar inglés y aprender nuevas habilidades en las artes plásticas, pueden inscribirse a una de nuestras clases de artes plásticas gratuitas para recién llegados. Son clases guiadas de artes plásticas y manualidades como costura, pintura con acuarelas, elaboración de tarjetas y mucho más.

Cocina Comunitaria

Explore la cocina colectiva, aprenda de sus vecinos y comparta platillos tradicionales a través de este programa mensual. Es necesario inscribirse y se da prioridad a los recién llegados a Canadá (personas que recibieron su estatus de residente permanente en los últimos 5 años).

Para **Servicios de Asentamiento para Jóvenes**, consulte las páginas 7-8.

Alcance Comunitario

Como parte del trabajo de apoyo que ofrecemos a nuestro vecindario, nos adherimos a los valores de justicia social y acceso equitativo a recursos de calidad.

Para más información, visite cnh.bc.ca/outreach o llame al 604-435-0323.

Alcance Comunitario (Vivienda)

Our outreach workers are available to help with housing applications, advocacy and referrals for counselling. They can help people apply for income assistance, get connected to medical services, and direct people to possible housing options including non-profit and social housing applications and basic tenancy information (note: we do not manage any housing).

Programa Morning Star (Estrella Matutina)

Los participantes comparten un desayuno caliente y nutritivo y reciben acceso a información y apoyo en asuntos de vivienda, abogacía, atención médica y consejería. Hay disponibilidad de duchas y ropa.

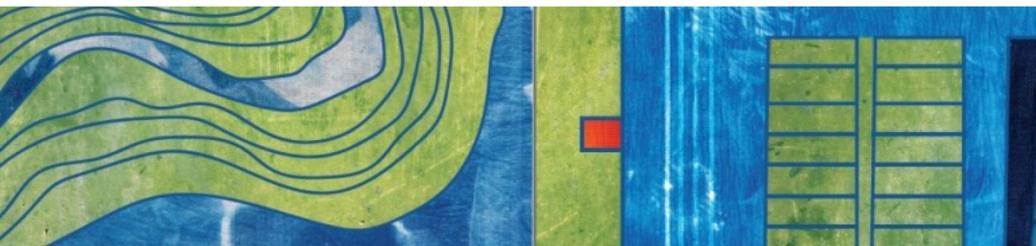
Sábados, Casa central de CNH

Duchas y ropa de 7 a 8 am

Desayuno de 8 – 8:30 am

SAFE en Collingwood

La iniciativa comunitaria SAFE (siglas inglesas de concientización sobre el trabajo sexual para todos) en Collingwood se enfoca en abordar temas de seguridad para trabajadores del sexo, residentes y comerciantes en relación con el trabajo sexual y la explotación sexual.





Cuidados de la Salud

Centro RISE de Salud Comunitaria

El Centro RISE de Salud Comunitaria (RISE: siglas de Resiliente, Integrativo, Socialmente Justo y Equitativo) tiene como objetivo apoyar la salud y el bienestar de los residentes de Renfrew-Collingwood.

Para más información, visite cnh.bc.ca/RISE o llame al **604-558-8090**.

CLÍNICA DE ATENCIÓN MÉDICA PRIMARIA

- Servicios de atención médica primaria para los residentes de Renfrew-Collingwood, dando prioridad a: Servicios para los residentes de Renfrew-Collingwood que enfrentan obstáculos para acceder a la atención médica primaria, dando prioridad a: Indígenas, recién llegados, jóvenes, adultos mayores, LGBTQ2S+, personas con dificultades financieras, personas con necesidades de salud mental leves o moderadas y uso de sustancias
- Un equipo de médicos de familias, enfermeras/os certificadas/os (nurse practitioners), trabajadores de salud comunitaria, enfermeras/os, asistentes de consultorios, nutricionistas/dietistas (dietitians), fisioterapeutas, consejeros, trabajadores sociales, farmacéuticos, especialistas en terapia ocupacional y otros

Si considera que usted o alguno de sus conocidos podría beneficiarse de los servicios de atención médica primaria que se ofrecen en RISE, llene un formulario de referencia en nuestra página web o llámenos.

Horario de Atención

Lunes a Viernes, 9:30 am – 6:30 pm

Sábados, 9 am – 5:00 pm

Cerrado los días festivos oficiales

Nota: La atención personal de un especialista en terapia ocupacional, consejería, nutricionista/dietista y servicio de fisioterapia solo están disponibles para clientes de atención médica primaria de RISE que cuentan con una referencia (derivación) de un proveedor de atención médica primaria de RISE

DESARROLLO Y FOMENTO DE LA SALUD EN LA COMUNIDAD

Programas, eventos y apoyo para fomentar la salud en Renfrew-Collingwood, incluyendo:

- Colaboración y vinculación con complejos habitacionales y organizaciones en la comunidad
- Educación y grupos de apoyo sobre temas de salud
- Un comité consultivo en la comunidad para ofrecer información sobre los servicios de RISE
- Puestos de información en eventos comunitarios y más

SERVICIOS DE REDUCCIÓN DE DAÑOS

- Ofrecen suministros para la reducción de daños y paquetes de naloxona que pueden recogerse durante horas hábiles (puede solicitarse capacitación para el uso de naloxona)
- Los enfermeros de práctica avanzada y médicos de RISE recetan terapias médicas para tratar adicciones a los clientes de atención primaria de la salud de RISE, incluyendo tratamientos con agonistas opiáceos (Opiate Agonist Therapy)

FARMACIA

- Se aceptan recetas de medicamentos, recoger en persona y/o solicitar que se los envíen (para tres o más recetas en un solo envío)
- Los farmacéuticos pueden administrar vacunas y recetar medicamentos para padecimientos leves
- Los pacientes pueden solicitar que se empaquen sus medicamentos en blísteres (blister packing) y revisar la información/dosificación de sus medicinas con nuestros farmacéuticos

Horario de Atención

Lunes a viernes, de 10:00 a.m. a 4:00 p.m.

Cerrado los días festivos oficiales



Familia

Nuestros programas y servicios para familias están enfocados en la salud y el bienestar. Creemos que todos los niños en nuestra comunidad merecen tener un comienzo saludable en la vida. Ofrecemos un entorno seguro y acogedor a todas las familias y suministramos programas y servicios que apoyan a los niños a alcanzar su pleno potencial.

Para más información sobre los siguientes programas, visite cnh.bc.ca/family o llame al **604-435-0323**.

Programa Familia Indígena Amlat'si, Sin Previa Cita

Este es un programa para padres, abuelos y cuidadores de niños indígenas, desde recién nacidos hasta 6 años de edad. El objetivo es crear un sentido de pertenencia y comunidad para los niños indígenas y sus familias, y para fomentar las relaciones con su comunidad.

Los niños y sus padres hacen nuevos amigos, aprenden formas positivas de apoyarse mutuamente y aprenden nuevas manualidades, cuentos y juegos desde el enfoque indígena. Las actividades incluyen juegos, salidas, talleres, oradores invitados y actividades de artes plásticas y manualidades tradicionales.

Collingwood Family Place

Este es un programa interactivo para padres, abuelos y cuidadores de niños, desde recién nacidos hasta 5 años de edad. Brindamos un espacio semiestructurado, seguro y divertido para que los bebés, infantes y niños en edad preescolar jueguen juntos, y para que los padres y cuidadores tengan la oportunidad de desarrollar habilidades, establecer contactos y aprender unos de otros

y, al mismo tiempo, interactuar con sus hijos con el apoyo de moderadores especializados en la primera infancia allí mismo. Ofrecemos artes plásticas y manualidades, música y movimiento, narración de historias, yoga, momento de compartir (circle time) y muchas más actividades divertidas.

Programa Familiar “Branching Out” (Programa CAPC)

Este programa está diseñado para padres, abuelos y cuidadores de niños recién nacidos y hasta los 6 años. El enfoque principal es la salud y el bienestar de los hijos pequeños y sus familias y su relación con la comunidad donde viven. Tanto los hijos como los padres desarrollan nuevas amistades, aprenden patrones positivos de apoyo mutuo y comparten sus conocimientos. Las actividades incluyen reuniones informales de planificación, excursiones, talleres, oradores invitados y artesanías y manualidades tradicionales.

**Branching out significa diversificar, ensayar nuevas cosas*

Alfabetización

CNH apoya programas de alfabetización e iniciativas comunitarias por medio del programa de extensión “Literacy Outreach.”

Para más información, visite cnh.bc.ca/literacy o llame al 604-435-0323.

Círculo de Lectura

A través de la lectura de novelas en inglés simplificado y de conversaciones significativas, los adultos y las personas de la tercera edad mejoran su vocabulario y sus habilidades para hablar y escuchar. Los participantes se reúnen y conectan con otros miembros de la comunidad, establecen relaciones saludables, aprenden unos de otros, intercambian ideas sobre libros y mejoran sus diversas habilidades de lectoescritura.

Grupo de Conversación E.A.L. (Inglés Como Idioma Adicional) para Adultos Mayores

Este programa guiado por voluntarios ofrece un espacio y horario para que los adultos mayores/personas de la tercera edad puedan mejorar sus habilidades básicas de lectura, aprendan habilidades de conversación cotidiana y se diviertan aprendiendo inglés en un ambiente agradable. Los participantes aprenden el alfabeto, la pronunciación y cómo leer historias cortas.

Desarrollo Comunitario

Estamos dedicados a crear un vecindario en el cual todos los miembros de la comunidad reciban apoyo para estar saludables y prosperar en sus relaciones de reciprocidad, creatividad e igualdad.

Si usted reside en Renfrew-Collingwood y tiene ideas de cómo mejorar su comunidad, nosotros podemos ayudar con:

- Información sobre oportunidades e iniciativas locales
- Vínculos con vecinos que comparten sus intereses
- Desarrollo de liderazgo y aptitudes

Para más información, visite cnh.bc.ca/community-development o llame al **604-435-0323**.

Artes, Cultura y Celebraciones

Celebre la rica diversidad e historia de nuestro vecindario a través de diversas iniciativas de artes plásticas, incluyendo danza, artes visuales, cortometrajes, narración de historias, artesanías y manualidades, etc.

DÍAS COLLINGWOOD

DEL 12 AL 21 DE JULIO DE 2024

Una semana de arte, festividades y presentaciones artísticas para celebrar la diversidad creativa de los residentes de Renfrew-Collingwood. Diversos artistas de la comunidad comparten su talento y cultura con sus vecinos mediante una gama de presentaciones, espectáculos artísticos, narración de historias y presentaciones culturales-históricas ¡para celebrar nuestro vecindario!

Página Web: collingwooddays.com

MAKE YOUR MARK - INTERCAMBIO DE BOCETOS Y HABILIDADES

En este programa gratuito que no requiere inscripción, los participantes acceden al estudio de arte del anexo (Annex Art Studio) para trabajar en sus propios proyectos aprendiendo de otros artistas y compartiendo habilidades con ellos. El programa ofrece consejos de enseñanza y materiales para hacer bocetos (sketching), pintar con acuarelas, pintar con acrílico, bordar, coser de forma sencilla, hacer manualidades y mucho más.

Consulte *Recién Llegados e Inmigrantes* para conocer el programa de clases de arte para recién llegados en la página 10.

Planificación de Servicios e Instalaciones Comunitarias

Por medio de una serie de discusiones en la comunidad se han identificado las prioridades artísticas, culturales y sociales. En CNH seguimos participando en discusiones acerca del desarrollo de la comunidad.

Programa de Pequeños Subsidios Vecinales

Hay subsidios disponibles de hasta \$500 de la Vancouver Foundation para apoyar proyectos que ayuden a fortalecer la comunidad y las conexiones entre vecinos.

Página Web: neighbourhoodsmallgrants.ca

Periódico Comunitario – Renfrew-Collingwood Community News

El periódico “Renfrew-Collingwood Community News” es una publicación mensual sin ánimo de lucro, dirigida a los habitantes de Renfrew-Collingwood, con distribución gratuita por medio de organizaciones y comercios locales.

Cualquier residente puede contribuir con artículos, retratos y arte sobre temas, gente y acontecimientos de la localidad. La tarifa de publicidad es razonable por lo que muchos comerciantes locales publican anuncios permanentes en este periódico para mantener contacto con los residentes.

Página Web: renfrewcollingwoodcommunitynews.com

Cambio de Sistemas

El programa Cambio de Sistemas (Systems Change) acerca a las comunidades a tomar acción para resolver las raíces que originan problemas sociales complejos. Esto significa desafiar ideas, creencias, y conductas de personas, comunidades, organizaciones, e instituciones. Por medio de Systems Change, los vecinos se empoderan para abogar por justicia en las comunidades y lugares que les importan y en los que viven. Estamos logrando esto por medio de iniciativas enfocadas en el antirracismo, la equidad, y la justicia.

RED ANTIRRACISMO RESILIENCE BC

En nombre de la Red de Antirracismo y Resiliencia de BC, el personal de CNH trabaja en iniciativas contra el racismo, el odio y a favor de la equidad en el vecindario de Renfrew-Collingwood.



Alimentación y Jardines Comunitarios

Bajo el liderazgo del equipo encargado de los programas de Justicia Alimentaria de Renfrew-Collingwood (RCFJ), CNH tiene como objetivo unir al vecindario por medio de actividades de jardinería, cocina e intercambio de alimentos. Nos esforzamos en fomentar el aprendizaje y liderazgo sobre cultivos sostenibles, comida local, tradiciones multiculturales sobre alimentación y dieta saludable.

Para más información, visite cnh.bc.ca/rcfj o llame al **604-435-0323**.

Centro de Alimentos

El Centro de Alimentos de Renfrew-Collingwood (Renfrew-Collingwood Food Hub) forma parte de los Centros de Alimentos de United Way (United Way Food Hubs). Ofrecemos programas que apoyan a los miembros de la comunidad para que tengan opciones de alimentos de bajo costo y expandan sus conocimientos sobre alimentación; asimismo, apoyamos a los pequeños negocios y granjas locales.

CUIDADO COMUNITARIO – CANASTA DE PRODUCTOS AGRÍCOLAS Y MERCADO

El programa de Cuidado Comunitario – Canasta de Productos Agrícolas (Community Care Harvest Box) es una suscripción a las cosechas de una granja local desde la primavera hasta el otoño. El costo de una canasta ayuda a subsidiar a los

participantes con bajos ingresos. Además, organizamos un pequeño mercado que cuenta con una mesa donde se puede pagar lo que se pueda (pay-what-you-can) para quienes no se han suscrito a la canasta de productos agrícolas.

REFRIGERADOR COMUNITARIO

Contamos con un refrigerador (nevera) y despensa comunitarios para ofrecer alimentos accesibles, gratuitos y saludables a todos los miembros de la comunidad. El refrigerador está ubicado afuera de la entrada principal de la casa central de CNH. Aquí no se juzga a nadie ni se vigila a los miembros de la comunidad, porque ¡la comida es para todos!

ALIMENTOS GRATUITOS

Los jueves de cada semana organizamos el programa de entrega de alimentos (Thursday food drop). Esta iniciativa tiene como propósito ayudar a los residentes locales que necesitan apoyo alimentario. Este es un programa gratuito que no requiere inscripción ni identificación.

CUPONES PARA 'FARMERS MARKET NUTRITION'

El programa de cupones nutricionales para mercados de agricultores locales (Farmers' Market Nutrition Coupon) es una iniciativa de alimentación sana que apoya a los mercados de agricultores locales y fortalece la seguridad alimentaria en toda la Columbia Británica. CNH participa proporcionando cupones a las familias de bajos ingresos, personas embarazadas y personas mayores. Los cupones pueden usarse en los mercados de agricultores locales de B.C. que participan en este programa para comprar verduras, frutas, nueces, huevos, productos lácteos, hierbas aromáticas, plantas de hortalizas y árboles frutales, miel, carne y pescado.

Alfabetización Alimentaria y Conexiones

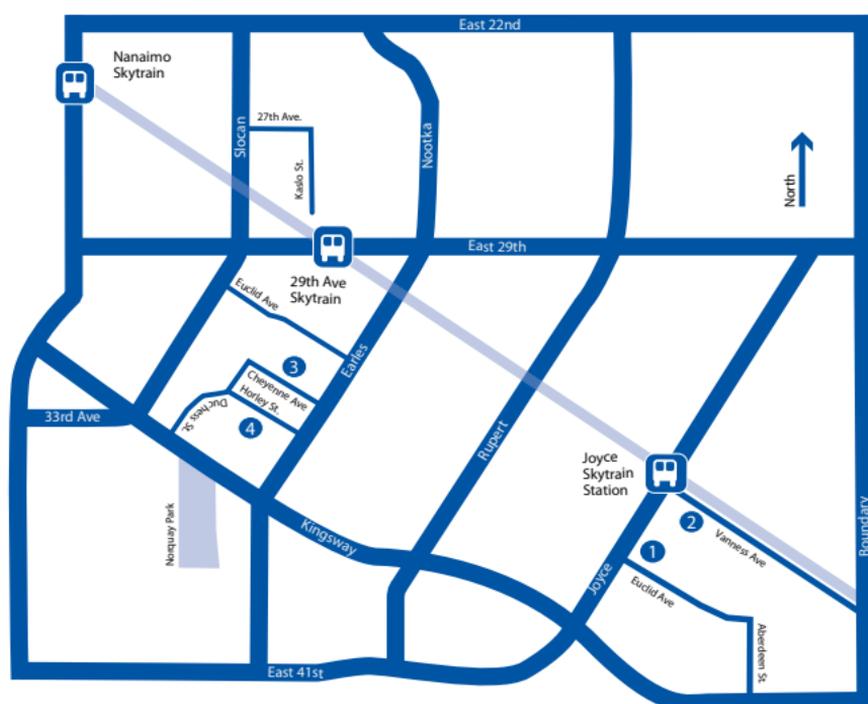
TALLERES DE HABILIDADES ALIMENTARIAS

A lo largo del año ofrecemos diversos talleres sobre habilidades alimentarias. Aprenda a preparar encurtidos y conservas, kimchi, pan fresco y mucho más. Las fechas y los costos de los talleres varían.

Consulte *Recién Llegados e Inmigrantes* para conocer el programa de cocina comunitaria para recién llegados en la página 10.

Tierras Alimentarias

ESPACIOS PARA CULTIVO



1 Huerto en la Azotea de CNH, 5288 Joyce St.

El huerto en la azotea de CNH está adornado con un mosaico comunitario y tiene jardineras o bancales elevados en los que se cultivan diversas hortalizas, frutas, plantas nativas y hierbas aromáticas. Buena parte de esta cosecha se usa en los almuerzos comunitarios y se vende en la mesa “pague lo que pueda” (pay-what-you-can) durante nuestro mercado de verano.

2 Jardín comunitario en Collingwood, 3500 Vanness Ave.

Las parcelas de los huertos comunitarios en Collingwood y Cheyenne (#3) se rentan a los vecinos de la comunidad. Estos huertos funcionan como espacios de reunión y aprendizaje para la comunidad, a la vez que fomentan la seguridad alimentaria del vecindario mediante el acceso a espacios verdes.

3 Jardín comunitario en Cheyenne, 2755 Cheyenne Ave.

4 Bosque de Alimentos de la Comunidad Norquay, 2732 Horley St.

CNH tiene a cargo el Bosque de Alimentos de la Comunidad Norquay, una joya escondida y tranquila situada entre viviendas unifamiliares y multifamiliares en Horley Street. El bosque alberga una variedad de plantas nativas frutales, comestibles y medicinales; cuenta también con un compostador, un columpio y un área para sentarse a disfrutar de eventos y talleres.



Tercera Edad

CNH ofrece programas y servicios sociales y recreativos para adultos mayores y personas de la tercera edad que apoyan su bienestar mental, social y físico. Desde comidas nutritivas y ayuda con las labores domésticas, hasta encuentros en persona y en línea; hay algo para todos.

Para más información, visite cnh.bc.ca/seniors o llame al **604-435-0323**.

Better at Home

Los programas Better at Home (Mejor en Casa) ayudan a los adultos mayores a seguir viviendo independientemente en sus propias casas por más tiempo, pues ofrecen:

- Ayuda con limpieza ligera (bajo costo)
- Servicio de transporte en grupo y en autobús a bajo costo
- Envío gratuito de comestibles y provisiones
- Programa de comidas congeladas
- Club de Caminantes – ¡Gratis!

Cumpleaños y Bingo

El primer lunes de cada mes a la 1:30 p.m. (excepto feriados oficiales), los adultos mayores pueden acudir a la casa central de CNH para celebrar los cumpleaños y disfrutar deliciosos pasteles, y después jugar bingo liderado por voluntarios.

Choose to Move

Este programa gratuito y flexible basado en investigaciones ofrece a sus participantes la motivación y el apoyo para volverse más activos. Choose to Move (Elija Moverse) puede ayudarle a integrar la actividad en sus rutinas diarias, hacer nuevas amistades y cambiar positivamente.

Coffee Social

Cada semana le damos la bienvenida a las personas de la tercera edad en la casa central de CNH para que conozcan a sus vecinos en un ambiente social relajado. Así, forman fuertes lazos con los demás participantes y desarrollan un sentido de pertenencia. Se ofrecen algunas bebidas sin alcohol y tentempiés.

Información y Referencias

Información individual, referencias y apoyo mediante asesoría personal para los adultos mayores, con el propósito de:

- Navegar los sistemas públicos (p. ej., prestaciones federales o provinciales, vivienda, transporte, finanzas, sistema legal, sistema fiscal, salud, empleo, etc.)
- Asistir con el llenado de formularios (p. ej., OAS, GIS, CPP, SAFER, MSP, el programa de autobuses para adultos mayores de B.C., el programa de vivienda en BC etc.)
- Acceder servicios en la comunidad
- Crear conciencia y abogar por la disponibilidad de recursos y servicios de salud en la comunidad

Solo disponibles mediante previa cita.

Karaoke

Los adultos mayores crean vínculos a través de la música. Se reúnen para cantar canciones de karaoke en cualquier idioma. Los participantes pueden traer su propia música o un anfitrión voluntario puede ayudarles a encontrar música en Internet.

Apoyo Personalizado Sobre Tecnología

Las personas de la tercera edad que necesiten ayuda con cualquiera de sus dispositivos, como teléfonos inteligentes (smartphones), tabletas, laptops o computadoras de escritorio, pueden solicitarla a nuestros amigables especialistas voluntarios, que estarán complacidos en darle instrucciones sencillas, paso por paso. *Solo disponibles mediante previa cita.*

Programas Recreativos

CNH ofrece una amplia gama de programas recreativos a bajo costo y de alta o baja intensidad para adultos mayores. Para participar en los programas, se requiere registrarse previamente o adquirir un pase de ejercicio físico para adultos mayores (senior's fitness pass).

Consulte *Actividades Recreativas* en la página 3.

Club Social

El Club Social CNH 55+ ofrece a los adultos mayores de 55 años un lugar para jugar y hacer conexiones el último lunes de cada mes. Los juegos y los rompecabezas mantienen la mente despierta. Los talleres y las actividades guiadas ofrecen divertidas oportunidades para aprender. Los materiales para artes plásticas y manualidades proporcionan un medio para la creatividad. Con un poco de música y algunos refrescos, las personas mayores pueden tener un lugar cálido y cordial donde forjar una sólida red social.

Programa de Prescripción Social

El programa de Prescripción Social (Social Prescribing) tiene un formato estructurado de salud y servicios sociales para adultos de 55 años de edad en adelante, residentes de Renfrew-Collingwood, atendiendo sus necesidades de manera holística. El personal de CNH trabaja de cerca con cada adulto mayor para desarrollar e implementar un plan de bienestar que tome en cuenta sus necesidades y objetivos conectándolos con recursos locales.

Club de Caminata

Los adultos mayores se reúnen en el lobby de la casa principal de CNH los lunes y miércoles por la mañana. El lunes es para dar un paseo corto por los alrededores, y el miércoles es para hacer caminatas más largas/viajes de un día en transporte público. Vístase apropiadamente para el clima y traiga un almuerzo (lunch) cuando sea necesario. Para conocer los detalles de las rutas de las caminatas, consulte el calendario mensual en el vestíbulo del CNH.

World Café

Guiados por un anfitrión voluntario, los adultos mayores conversan sobre temas de actualidad e intercambian ideas e historias.

Misión

Fomentar el bienestar de la comunidad de Renfrew-Collingwood, proveyendo liderazgo y trabajando en colaboración con individuos, familias, agencias y otros grupos para desarrollar y apoyar iniciativas y servicios incluyentes, innovadores y sustentables que respondan a las necesidades sociales, educacionales, económicas, de salud, culturales y recreativas de la comunidad.

Valores

Collingwood Neighbourhood House, en su trabajo de apoyo a nuestro vecindario, afirma los siguientes valores:

- Nuestro vecindario es un lugar conectado, incluyente y con sentido de pertenencia
- Las virtudes y dones individuales forman el fundamento de las relaciones
- El interculturalismo y la apreciación de nuestra diversidad colectiva
- La cooperación y el respeto mutuo
- La toma de decisiones participatoria es un vehículo hacia el empoderamiento y la autorrealización
- Justicia social y acceso equitativo a una gama integral de recursos comunitarios de calidad
- Integración, colaboración y cooperación con otras organizaciones

Lineamientos de la Comunidad

Para nuestros participantes, voluntarios y personal:

1. ¡CNH somos todos! Participantes, familias y personal
2. Un lugar donde somos importantes, hacemos conexiones, desarrollamos un sentido de pertenencia y crecemos. Trabajamos juntos para hacer de CNH un lugar donde las personas de la comunidad pueden sentirse seguras, aceptadas, apreciadas e íntegras.
3. Todos tenemos derecho a que nos traten con respeto, compasión y dignidad. Comunique sus ideas con respeto y espere respeto de los demás.
4. ¡Estamos juntos en esto! Podemos agradecer a los demás cuando las cosas van por buen camino y ofrecer consejos sobre cómo mejorar. Cuando resolvemos problemas juntos, ayudamos a mejorar las cosas.

¡Usted puede ayudar!

Participe activamente en
Collingwood Neighbourhood House:

1. Intégrese como participante o voluntario en nuestros programas.

2. Afíliese. Nuestros miembros pueden votar en la Reunión General Anual, recibir nuestra correspondencia y participar en programas. Cuotas anuales: Adulto \$3, Tercera edad \$2, Jóvenes \$2, Familia \$7, o Socios Vitalicios \$140. Sólo los socios de CNH pueden participar en nuestros programas.

3. Done. CNH es una obra de beneficencia registrada (#118868298RR0001) y puede emitir comprobantes fiscales. Contáctenos para más información o visite cnh.bc.ca/donate.

4. Intégrese a uno de nuestros comités. Visite cnh.bc.ca/committees para consultar la lista de comités. Los miembros de comités proveen consejería en la dirección, acción y hechos que afectan CNH y los programas y servicios que brindamos a la comunidad.



Fondo de Dotación de CNH

El Collingwood Amenities Endowment Fund y el Collingwood Neighbourhood House Society Endowment Fund, ambos con el respaldo de la Vancouver Foundation, proveen apoyo económico operacional para CNH. Las ganancias de estos fondos de dotación, ponderadas anualmente, ingresan a la Sociedad.

La financiación de muchos programas y servicios de CNH y gran cantidad de la compra de equipo está provista por sus fondos de dotación. Al hacer una donación, o al incluir en su testamento a Collingwood Neighbourhood House Society usted puede seguir ayudando a personas necesitadas. Collingwood Neighbourhood House Society es una obra de beneficencia registrada. Para saber más sobre cómo apoyar al fondo de dotación, contacte al director ejecutivo de CNH llamando al **604-412-3835**.



CASA CENTRAL

5288 Joyce Street
Vancouver, BC V5R 6C9

Teléfono: 604-435-0323

Fax: 604-451-1191

C./e.: info@cnh.bc.ca

ANEXO CNH

3690 Vanness Avenue
Vancouver, BC V5R 5B6

Teléfono: 604-428-9142

Fax: 604-451-1191

C./e.: info@cnh.bc.ca

Llame para informarse sobre el horario actualizado.



*"Un lugar al que
pertenezco, un lugar
donde puedo crecer."*

www.cnh.bc.ca