



EL DEFENSOR

Un boletín informativo para la Comunidad de
North Bay

*Como un faro que guía a los
barcos, El Boletín de Defensor
guía a nuestra Comunidad NBRC
juntos*

Ellen Sweigert
Defensora del Consumidor
Ext. 1208

Mi Información de Contacto:

Ellen Sweigert, Defensora del Consumidor

Teléfono: (707) 256-1208

610 Airpark Road, Napa, CA 94558

Ellens@nbrc.net

Invierno 2025

Mensaje para nuestra Comunidad y Clientes de NBRC

El otoño está en el aire,

Ahora que termina la temporada de otoño y llega el invierno, quiero mantener informada a nuestra comunidad NBRC sobre las diferentes formas de mantenerse activos en su vida diaria y dentro de nuestra comunidad. Este boletín está dirigido específicamente a las personas afiliadas a NBRC y a nuestros proveedores comunitarios.

Espero que este boletín les sirva como un recurso valioso para la defensa de los clientes a través de algunos de mis proyectos y presentaciones, incluyendo los diferentes tipos de Defensores y Vías de Defensa para ustedes dentro de nuestra comunidad NBRC. Tanto ustedes como nuestros proveedores son esenciales para mejorar la vitalidad de NBRC dentro de nuestra comunidad.

Si tiene alguna sugerencia o idea que le gustaría compartir con otros miembros de nuestra comunidad NBRC, no dude en ponerse en contacto conmigo en Ellens@nbrc.net y compartir sus opiniones. Como Defensora del Cliente del Centro Regional de North Bay, mi intención es facilitar el intercambio de recursos e información sobre novedades y eventos interesantes en el área de North Bay.



Ellen Sweigert, Defensora del Cliente

“El invierno es un grabado, la primavera una acuarela; el verano un óleo y el otoño un mosaico de todos ellos”

-Stanley Horowitz

“Esta Sensación de Otoño”

El otoño es una estación hermosa, un festín para los ojos. Hay muchos aspectos de él sobre los que se puede escribir poéticamente. Los colores encantadores de la naturaleza, las hojas que caen, las calabazas, el aire fresco. El otoño es un símbolo de cambio. El cambio es inevitable. El otoño le dice que deje ir los rencores y los problemas del ego, como las hojas que caen de los árboles. El otoño nos enseña a conservar no solo los pasteles y los encurtidos, sino también el sentimiento de agradecimiento que perdura en cada uno de nosotros. Es esa época del año en la que todos los seres vivos comienzan a prepararse para los largos y fríos meses de invierno. Es un período de comodidad y protección. Si lo comparamos con la vida, el otoño es un paso más cerca del final. Puede significar madurez, felicidad o incluso dolor. Diferentes perspectivas dependiendo de las experiencias personales



Comunidad NBRC

Centro de Atención

Por el Personal de ALIFT

Graduación de la Academia de Liderazgo de Alift

¡El 4 de noviembre, los miembros de la Cohort II se graduaron con orgullo de la Academia de Liderazgo de Alift!

La Academia de Liderazgo forma parte de la misión de Alift de formar líderes educados y empoderados que tengan un impacto positivo en el sistema de servicios para personas con discapacidad.

Durante el programa, los participantes aprendieron habilidades de liderazgo y defensa en siete sesiones en línea. Las sesiones cubrieron los siguientes temas:

- Cómo usar Zoom
- Autodefensa y Mentoría
- Cómo ser un Líder
- Habilidades de Presentación y Facilitación
- Cómo tener un Impacto en su Comunidad
- Comprender el Sistema de Discapacidad
- Comprender los Servicios Basados en el Hogar y la Comunidad (HCBS)

Estas habilidades ayudan a las personas con discapacidades a convertirse en líderes más fuertes en sus propias vidas y comunidades. Como parte del programa, los graduados tendrán la oportunidad de asesorar a los futuros miembros del grupo, ayudar a dirigir futuras formaciones y trabajar en puestos de liderazgo remunerados.

Visión de ALIFT sobre la Academia de Liderazgo

Elvializ Ramos, Coordinadora de Divulgación de alift, compartió: “¡Estamos muy orgullosos de nuestros graduados y estamos deseosos de ver cómo siguen marcando la diferencia en sus comunidades!”

"Ha sido una buena experiencia y me gustaría seguir participando como Líder de Cohorte", Kim Stevens





Próximos Eventos de Defensa y Actualizaciones

Si usted desea comprometerse más con su comunidad, ¡aquí tiene algunas oportunidades para participar! Por favor, consulte las fechas y horarios a continuación.

ALIFT organizará una Academia de Liderazgo en Español e Inglés a lo largo de 2026. Si alguien está interesado en obtener más información sobre este programa, debe ponerse en contacto con Elvializ en elvializ@aliftllc.com.

Lamentamos informarles que la venta de arte y artesanía Mary Ida no se llevará a cabo este diciembre debido a las renovaciones en curso en el edificio 610 del NBRC. Actualmente estamos colaborando con la gerencia para explorar posibles fechas alternativas para la feria de artesanía en el futuro. Hay muchos factores que influyen y aún no se ha determinado una fecha concreta. Les mantendremos informados tan pronto como tengamos más información. Gracias por su comprensión.

Es esa época del año en la que se celebra el Baile Mejor Juntos. ¡Es hora de empezar a inscribirse y prepararse para una noche inolvidable! Este enlace es para inscribirse para el baile. <https://forms.gle/tT66e4GZYyx4npM47>.

El segundo enlace es para las personas interesadas en ser voluntarias en el baile. <https://forms.gle/hTch2jEcJ8tQdXPF8> (Formulario de voluntariado)

Felices Fiestas

Su Defensora,

Ellen