

Un boletín para la comunidad de North Bay

## Mi Información de Contacto:

Ellen Sweigert, Defensora del Consumidor

Teléfono: (707) 256-1208

600 Airpark Road, Napa, CA  
94558

[Ellens@nbrc.net](mailto:Ellens@nbrc.net)

Edición de invierno de 2024

*Como un faro que guía a los barcos, el Boletín EL DEFENSOR guía a nuestra Comunidad NBRC.*

### **Un mensaje a Todos los Consumidores**

Feliz Año Nuevo NBRC, espero que todos lo hayáis pasado bien celebrando el Año Nuevo mientras damos juntos la bienvenida al 2024.

Este nuevo año me gustaría que nuestra comunidad NBRC sea consciente de las múltiples maneras de participar activamente en su vida cotidiana y en su comunidad. Quiero enfatizar que este boletín es para USTEDES, aquellos que están involucrados en NBRC, o nuestros proveedores en la comunidad. Por lo tanto, si tiene alguna sugerencia que quiera que comparta, no dude en ponerse en contacto conmigo y compartir esas ideas. Como Defensora del Consumidor del Centro Regional de North Bay, es importante compartir recursos e información sobre todas las cosas interesantes que suceden en el área de North Bay. Espero que este boletín le proporcione información que le ayude a conocer mejor cómo funcionan las cosas en el Centro Regional North Bay y cómo funcionan las cosas en nuestra comunidad. Recuerde que usted y nuestros proveedores son una parte vital de NBRC en su comunidad.

### **Recursos Artísticos en las Comunidades**

¿Le interesa probar una nueva afición? ¿Siempre ha querido pintar, trabajar la arcilla o alguna otra forma de arte? ¿Se te da bien dibujar o escribir? Tal vez siempre hayas querido ser actor o cantante. Expresarte a través del arte es una forma estupenda de mostrar a los demás tus puntos fuertes y tus dones, al tiempo que refuerzas tu confianza en ti mismo y en lo que quieres en la vida. Hay muchas maneras de empezar a buscar oportunidades artísticas en nuestra comunidad. Los colegios comunitarios locales ofrecen varias clases diferentes que puedes considerar. Además, NBRC está desarrollando nuevos programas recreativos sociales que incluyen clases de arte y



*Ellen Sweigert, Defensora del Consumidor*

teatro. El condado de Sonoma cuenta con De Colores y Movement Lab. Estos proveedores enseñan arte y baile a las personas atendidas por el centro regional. Hable con su coordinador de servicios para ver si estos recursos pueden ser una opción para el artista que hay en usted.

## **El Arte de la Abogacía a Través de Mis Ojos**

Hay muchas formas de expresarse a través del arte. Pintar, dibujar o fotografiar son formas de expresarte y compartir con los demás tu punto de vista sobre el mundo y tu vida. Al ampliar tus habilidades y aprender cosas nuevas, creas valor en tu vida y puedes aprender a defenderte de una forma que no habías intentado antes. Conociéndote a ti mismo y creciendo de nuevas maneras y trabajando con tu coordinador de Servicios, estás haciendo arte. Trabajar para conseguir una vida propia e independiente; éste es el Arte de la Abogacía que puede ser gratificante para ti y para tu familia.

---

*"Nada puede atenuar la luz que brilla desde dentro".*

*Maya Angelou*

---

## **El Centro de Atención del NBRC**

**Este mes nos centramos en la Feria Anual de Artesanía Mary Ida Cook, creada en 2002 como un proyecto del Plan de Incentivos al Rendimiento (PIP) por dos coordinadoras de servicios, Mary Cook y Heidi Oestreich. Tanto Mary como Heidi eran firmes defensoras de la promoción de los talentos artísticos de nuestros clientes y se dieron cuenta de que nuestra gente tenía muy pocos lugares donde mostrar sus increíbles obras y poder vender las cosas que han hecho.**

**La exposición de arte ha tenido lugar todos los años (excepto COVID-19) de alguna forma desde su fundación. Este evento comenzó con sólo dos personas coordinando y tal vez 8-10 programas de día. Ha crecido hasta contar con todo un equipo que apoya y coordina el evento, llenando varias salas del NBRC y con la participación de más de 40 artistas individuales y programas. El evento incluye ahora a artistas individuales que no forman parte necesariamente de un programa pero que quieren mostrar su talento, así como a artistas musicales individuales y en grupo.**

**Durante los últimos 21 años, el personal del NBRC ha colaborado de forma increíble en la organización de esta feria. El personal de NBRC ha trabajado en el equipo organizador, así como otros ayudando a montar y desmontar el evento. Algunos miembros del personal que ya no trabajan para NBRC siguen volviendo para este evento. Nuestros empleados del NBRC han ayudado a que este evento crezca a lo largo de los años y se convierta en este espectacular evento anual para celebrar y mostrar los talentosos artistas que tenemos en nuestra comunidad.**

**-Heidi Oestreich**



## **Obras de Arte para el Consumidor**

**Elizabeth Quezada tiene 8 años y le encanta crear arte a través del dibujo, y también le encanta utilizar las tijeras. Esta obra es un aclamado autorretrato.**



**Sofía López tiene 14 años y le encanta el arte y la moda. Incluso crea trajes por su cuenta tras esbozar sus ideas.**



**Iker García tiene 9 años y le gusta el arte. Hace poco participó en un programa extraescolar de arte y está deseando inscribirse en más clases de arte.**



### **Ideas y Reflexiones Finales**

**¿Qué hará en 2024? ¿Cómo te desafiarás a ti mismo y harás crecer tu lado creativo? ¿Tienes un talento oculto que quieres compartir con los demás después de tomar una clase o practicar en tu programa o con la ayuda de familiares y amigos? ¿Quizá el año que viene muestres tu talento en la próxima Feria de Artesanía Mary Ida Cook? Espero con entusiasmo el 2024 y todas las formas en que podemos abogar por más oportunidades para nuestra comunidad de North Bay.**

- **Chat mensual de consumidores 1\24\24 a la 1:00pm vía Zoom**  
<https://uso2web.zoom.us/j/83733267705?pwd=VmQ4bDRUNjFiVjRjVDAYbElHVmZEdz09>
- **Número de Reunión: 837 3326 7705 Código de Acceso: 354934**

**Feliz Año Nuevo**

**Su Defensora,**

*Ellen*