

# CLEMENT KERN GARDENS

## BOLETÍN INFORMATIVO PARA LOS RESIDENTES

Mayo/junio  
de 2024

*Póngase  
en  
forma*

¡Únase a Corktown Health en  
"Walkers & Wheelers" los miércoles!



¿Sabía que caminar 30 minutos al día puede mejorar la condición cardiovascular, fortalecer los huesos, reducir el exceso de grasa corporal, aumentar la potencia muscular y desarrollar la resistencia? ¡Pongámonos en marcha, CKG!

¡Dele un aire nuevo a esta primavera  
con un plan de cuidado de la unidad!

1. ¿Necesita ayuda con consejos para respaldar su limpieza de primavera?

 ¡Llame a SU coordinador de servicios!

2. ¿Necesita ayuda para desarrollar un plan de cuidado de la unidad?

 ¡Llame a SU coordinador de servicios!

3. Personas mayores, ¿necesitan suministros esenciales para empezar a limpiar?

 ¡Llame a SU coordinador de servicios!

### Actividades de mayo - Marque su calendario

- Wheelers & Walkers en asociación con Corktown Health - 15, 22 y 29 de mayo en CKG, de 12:00-1:00 p. m. **TODOS SON BIENVENIDOS** a recorrer el barrio mientras mejoramos nuestra salud.
- Taller de empoderamiento financiero de ODTY - 22 de mayo de 5:30-6:30 p. m. en Detroit Hispanic Development Corporation (1211 Trumbull St.) - ¿Necesita crear un presupuesto? Este taller es para usted. ¡Este taller está abierto para todos!
- Personas mayores de CKG - 24 de mayo - 1:00-2:00 p. m. en CKG
- Reunión del Consejo de Residentes - 28 de mayo - 4:00-6:00 p. m. en CKG. **RESIDENTES... ESTA ES SU REUNIÓN, ASÍ QUE VENGAN Y COMPARTAN SUS PENSAMIENTOS SOBRE SU COMUNIDAD. LO QUE LES GUSTE O QUIZÁS LO QUE FALTA. ¡QUEREMOS SABER SU OPINIÓN!**
- Distribución de Focus Hope para personas mayores - 26 de mayo en CKG
- Primeros viernes - 7 de junio, de 9:00 a. m.-12 p. m. en la Oficina de Administración de CKG
- Taller financiero de PNC - ¡más por venir! Comuníquese con Christina en TCB
- Serie sobre empoderamiento de la mujer, parte 19 - 13 de junio - 4:30-6:00 p. m. en TCB (1842 Michigan Ave). Oradora Raquel Harrison. Serie de oradores que ofrecen motivación, empoderamiento y conexiones para apoyar el crecimiento personal.



## Mes de concientización sobre la salud mental



### Consejos para apoyar el bienestar mental

- Comer para vivir
- Haga ejercicio a su propio ritmo
- Descanse bien (sin distracciones, p. ej., televisión, dispositivos móviles)
- Relájese (tómese un tiempo para no hacer nada)
- Identifique sus sentimientos
- Busque ayuda profesional (sin vergüenza)
- Permitase un poco de gracia
- Diario para liberar sus pensamientos
- Está bien decir cuando no está bien

CORKTOWN HEALTH PRESENTA  
Clases de salud, nutrición y bienestar

Camión de productos agrícolas de duraznos y verduras - Cada tercer martes del mes en nuestro lobby de Corktown (1726 Howard St) de 10-12 p. m.

Cooking Matters 5/31/24-7/5/24 (compromiso de 6 semanas). Para obtener información/si está interesado, llame a Ta'ri al (313) 832-3300, ext. 29

Plant Based EatZ - Venga a cocinar con la chef Nina (Cocinando con amor) La próxima clase será el 8 de mayo después de las clases quincenales de los miércoles.



## Dimensiones de verano



## Descubrimiento de verano

¡Inscriba a su hijo para el verano de 2024!

Summer Discovery explorará sus intereses, participará en sus comunidades y descubrirá su potencial mediante una sólida programación académica y de enriquecimiento. Este es un programa **GRATIS** que da experiencias de aprendizaje divertidas para apoyar al niño en su totalidad en su viaje educativo y en su vida más allá del salón de clases.

Summer Discovery atiende a estudiantes que completan los grados K-8 en la primavera de 2024 (estudiantes que entran a 1.º-9.º grado).

Visite [www.summerdiscoverymi.org](http://www.summerdiscoverymi.org)



## Oficina de Administración de CKG - REUBICACIÓN

¡Estamos a 90 días de la primera fase de reubicación! Los residentes que residen en los edificios 11 y 12 se trasladarán temporalmente a Left Field. Para obtener más información, visite la Oficina de Administración durante el horario de atención o comuníquese con Amber al 313-965-5650. Horario de atención: 8 a. m.-5 p. m., lunes-viernes

*La oficina está cerrada durante la hora del almuerzo, de 12-1 p. m.*

## Buscando ahorrar dinero

### Únase a SaverLife

Obtenga recompensas por ahorrar



Únase a más de 600,000 miembros de SaverLife que ganaron más de \$4.5 millones en recompensas en efectivo y aceleraron sus ahorros para alcanzar sus metas financieras.

[Haga clic aquí:](#)  
[Enlace Saverlife](#)

## Sitio web de Choice Neighborhoods

¿Ha visto nuestro sitio web recientemente actualizado? ¡Lo rediseñamos específicamente para usted! Obtenga más información sobre nuestras estrategias de participación de personas, vivienda, barrio y residentes e incluso lea estos boletines informativos en línea. Vaya al sitio web: [detroitmi.gov/choiceneighborhoods](http://detroitmi.gov/choiceneighborhoods)

**HAPPY BIRTHDAY**

Devon Porter  
Jeremiah Legreair  
Ebony Johnson  
Edna Robinson  
La'Mya Clark  
Jaiden Paynes-Hebron  
Johnita Jackson

Oscar Eston  
Kiana Hyche  
Maricela Burke  
Noreena Thomas  
Christopher Ballinger  
Tameka Dawkins  
Virgil Pullins IV

A'Niya Green  
Jacob Dawson  
Daryl Bonner Jr.  
Arnold Newton  
Brittany Adams  
Carmen Robles  
Melinda Smith - TCB-CL



**SEGURIDAD DE LA  
COMUNIDAD  
ES UNA  
RESPONSABILIDAD  
COMPARTIDA**



**¿CÓMO  
CONTRIBUIRÁ?  
¡Próximamente la  
Cumbre de  
Seguridad!**

**"Team Huddle" del consultor de carrera de CKG**



Tanisha Burton

¿Qué le impide trabajar? ¡Puede ser nada! Comuníquese lo antes posible con su consultor de fuerza laboral de CKG para conocer trabajos, capacitación y carreras que se ajusten y coincidan con sus objetivos de fuerza laboral.

**¡OPORTUNIDADES DE EMPLEO! ¡POSTÚLESE AHORA!**

Liberty Security Group  
1620 Michigan Ste 127  
855-457-4732  
[www.libertysecurity.us](http://www.libertysecurity.us)

Eagle Security  
500 Griswold Ste 1300  
Detroit MI 48226  
313-393-3191  
[info@eagle-securityservices.com](mailto:info@eagle-securityservices.com)

McShane Irish Pub & Whiskey Bar  
1460 Michigan Ave  
Detroit MI 48216  
[www.mcshanespub.com](http://www.mcshanespub.com)

# Recursos de la comunidad de CKG



## COOKING MATTERS® SHOPPING ON A BUDGET

Join us for a FREE, interactive class as we discuss:

- Reading nutrition facts labels
- Reading and using unit prices
- The differences between fresh, frozen, and canned produce.
- Identifying whole grains

**Monday 6/24/24 at 4-5:30PM**

Contact Christina Mireles to sign up!  
313-484-4709 [christina.mireles@tcbinc.org](mailto:christina.mireles@tcbinc.org)

Get a free \$10 gift card for attending!



This institution is an equal opportunity provider.



### WHEN:

Thursday, June 13th to  
Saturday, June 15th 2024

9:00AM - 6:00PM Thurs & Fri  
9:00AM - 2:00PM Saturday

### WHERE:

Grace Community Church  
21001 Moross Road  
Detroit, MI 48236

Join OneSight EssilorLuxottica Foundation for this FREE three-day vision clinic to benefit local Detroit community. Our goal is to bring clear sight to up to 450 children and adults giving them the ability to learn and earn to their full potential.

Daily volunteer opportunities are available. Volunteers will provide direct service to patients, who will receive free eye exams and glasses on-site. You will help people experience the gift of clear sight, sometimes for the time ever. It's life-changing! Training will also be provided on-site.

Volunteers can sign up here: TBD

Questions? Contact Trish Nguyen at [pnyuen@onesight.org](mailto:pnyuen@onesight.org). We hope to SEE you there!

Corporate Partner:



Community Partner:



Safety is our focus. This clinic will only be held if it is safe to do so. We will abide by all government regulations and guidelines for the health and safety of our patients, partners, volunteers and guests.

\*Clinic may end later than 5PM depending on patient flow.

HAP CareSource is an industry-leading, multi-state, multi-plan, government-sponsored health care organization that's reimagining health care.

Grace community church welcomes people from all stages and walks of life, regardless of where they are on their spiritual journey.

## ¡Resumen de la reunión del Consejo de Residentes de abril!

United Community Housing Coalition (UCHC) y The Community Builders (TCB), y los campeones residentes Rhonda Ellington y D’Nisha Brannon colaboraron para organizar la reunión del Consejo de Inquilinos de abril el lunes 29 de abril para celebrar el Día del Niño Pequeño junto con las inscripciones para el programa de verano para niños. El Día del Niño Pequeño reconoce la importancia de educar a los niños pequeños para prepararlos para el éxito futuro. El día espera llamar la atención del público sobre las necesidades de los niños pequeños y sus familias. UCHC también dio pizza, bebidas y galletas para que todos pudieran disfrutar.

TCB y UCHC invitaron a socios de la comunidad para celebrar. Cada socio dispuso de su propia mesa informativa con inscripciones. Los socios fueron Matrix Human Services, CODE 313, Brilliant Detroit, Motor City Street Dance Academy, Congress of Communities y Roberto Clemente del Departamento de Recreación de la Ciudad de Detroit (City of Detroit Recreational Department). Las familias hablaron con los grupos sobre programación y aprendieron sobre los recursos que ofrecen. TCB tenía su propia mesa con actividades para colorear y libros gratis para que leyeran las familias y los niños. Si tiene preguntas sobre cómo inscribirse en programas de verano, puede comunicarse con Christina Mireles de TCB al (313) 484-4709.

Si tiene alguna idea o quiere participar en el proceso de planificación de futuras reuniones del Consejo de Inquilinos, puede comunicarse con Pablo o Meg a los números que figuran abajo.

Meg Marotte: 313-261-4709  
Pablo Marcos: 313-572-1401  
Claudia Sanford: 313-570-0992

