

MONARCH ILS

Winter/Invierno 2020



*Staying connected
during COVID-19*

*Mantenerse
conectado durante
COVID-19*

Letter from the Director

2020 has been a year of resilience and change for Monarch. The pandemic has created stress and worry for clients and their families, but has brought out the best in many people during unprecedented times.

When the Governor's Shelter in Place (SIP) order was implemented due to Covid-19, in-person services were halted but in order to continue providing services, our clients and staff came together and created meaningful ways of working together without seeing one another in person. Activities suitable for virtual platforms were created including arts and crafts, cooking demonstrations, fitness and dancing, book club, budgeting, and advocacy.

continued on page 6

Carta de la Directora

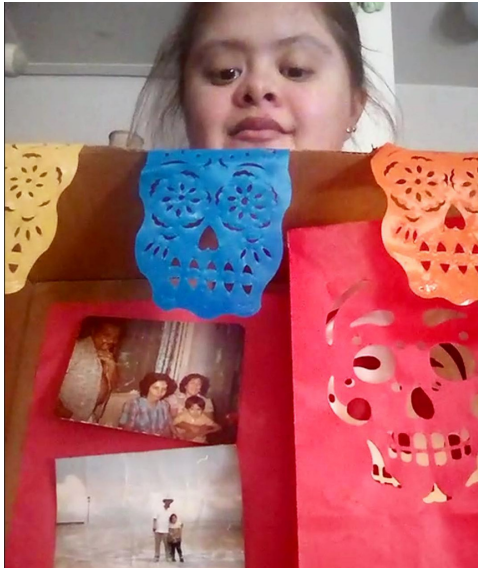
2020 ha sido un año de resiliencia y cambio para Monarch. La pandemia ha creado estrés y preocupación para los clientes y sus familias, pero ha sacado lo mejor de muchas personas durante tiempos sin precedentes.

Cuando se implementó la orden de permanecer en casa del gobernador debido a Covid-19, los servicios en persona se detuvieron. Para poder continuar brindando servicios, nuestros clientes y el personal se unieron y crearon formas significativas de trabajar juntos sin verse en persona. Se crearon actividades adecuadas para plataformas virtuales que incluyen artes y manualidades, demostraciones de cocina, aptitud y baile, club de lectura, elaboración de presupuestos y abogacía.

Se continúa en la página 6

Día de los Muertos

Day of the Dead



El Día de los Muertos es un feriado de dos días celebrado entre la comunidad Latinx, del 1 al 2 de noviembre, en el que las familias se reúnen para honrar la vida de los seres queridos que han fallecido. Días antes del festejo, la gente se prepara montando un altar con fotografías de los difuntos, las comidas y bebidas favoritas del individuo, pan de muerto, y es decorado con flores de cempasúchil, calaveras, velas, colores brillantes y otros objetos para recordar a sus seres queridos.

“

El Día de los Muertos es un día muy importante para mí porque me da la oportunidad de sentirme conectado con mis seres queridos que han fallecido. Poder compartir las tradiciones con los clientes de Monarch es realmente significativo para continuar sintiendo un sentido de comunidad y ¡me alegra haber podido celebrarlo de forma remota este año!

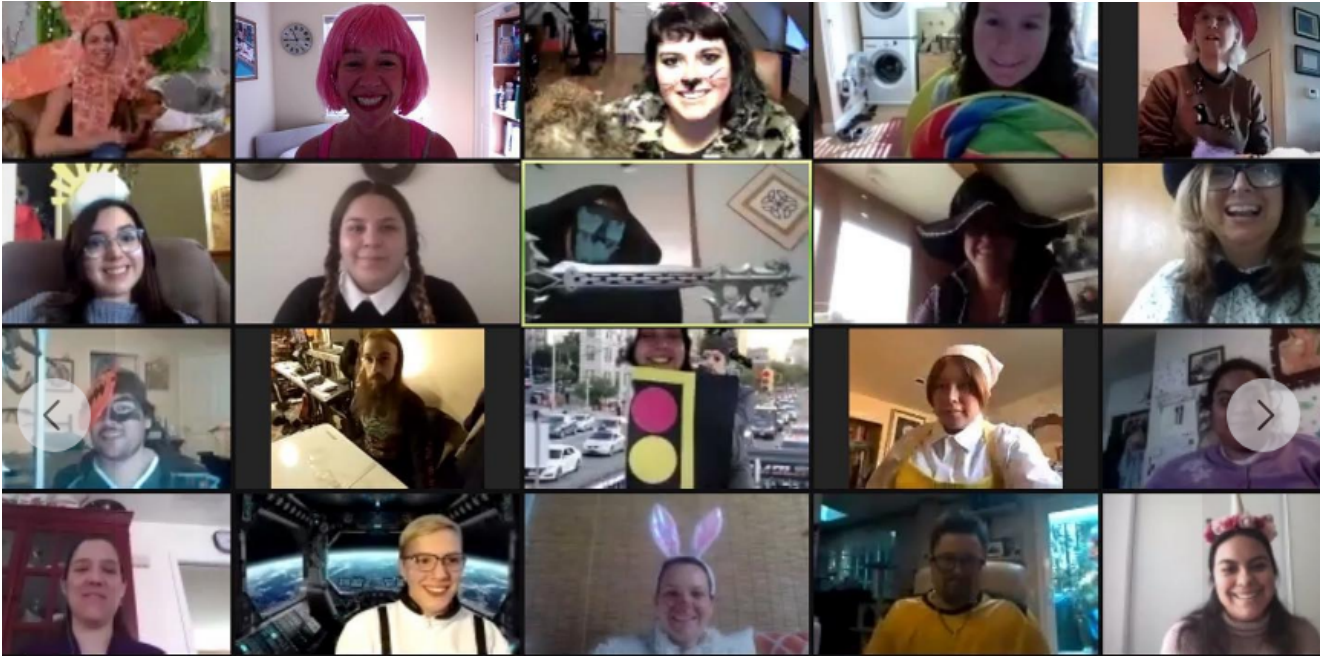
Day de los muertos is a very important day for me because it gives me an opportunity to feel connected to my loved ones who have passed. Being able to share in traditions with Monarchs is really meaningful to continue to feel a sense of community and I am glad we were able to celebrate it remotely this year!

”

Día de los Muertos (Day of the Dead) is a two-day holiday celebrated amongst the Latinx community, from November 1st to the 2nd, in which families get together to honor the lives of loved ones that have passed away. Days prior to the holiday, people prepare by setting up an altar with photographs of the departed, the favorite foods and drinks of the individual, pan de muerto (bread of the dead), and decorated with marigold flowers, skulls, candles, bright colors, and other objects to remember their loved ones by.



Happy Halloween!



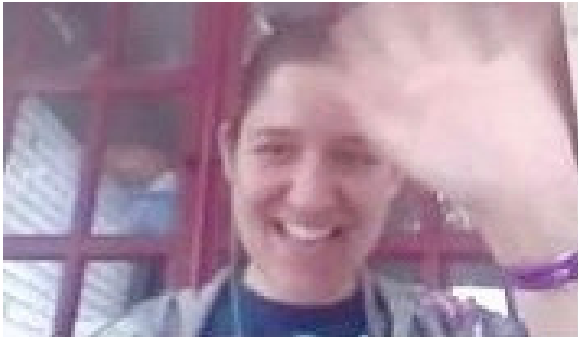
While we missed the Peer Group's annual Halloween dance party, we found plenty of safe ways to celebrate together!

From costume contests to crafting jack-o-lanterns to Halloween themed bingo to healthy treats, October was filled with lots of spooky fun.

Aunque nos perdimos la fiesta de baile anual de Noche de Brujas (Halloween) de Peer Group, ¡encontramos muchas formas seguras de celebrar juntos! Desde concursos de disfraces hasta elaboración de tallado de calabazas (Jack-o-lanterns), bingo con temática de Halloween y golosinas saludables, octubre estuvo lleno de mucha diversión espeluznante.



Brianne, Housing Advocate



Hi my name is Brianne and I am a Monarch, I recently graduated from Raise the Roof which is a national program that is designed to teach people with disabilities how to become housing advocates.

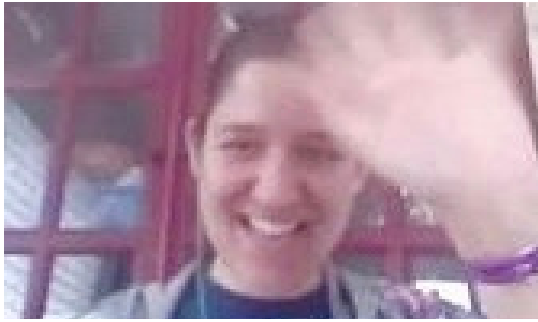
One of the topics that was greatly discussed was housing is social justice, that talks about how people with disabilities are still discriminated against today in regards to housing. There are no longer institutions, yet when living in housing where there are only people with disabilities we are no longer living in an integrated place. When we live in those types of communities we are not being challenged or pushed beyond our own understanding of the world.

This was shocking for me to discover because I didn't realize how people with disabilities are still fighting for their own housing independence, and we are not a part of the much bigger picture that is called the greater community. We are then limited to only seeing the same people and not being able to mentally grow in our own right, as being a part of a much larger community.

Historically buildings were not accessible for people with disabilities, and it's still not a priority for the housing builders today. The housing advocates need to be very attentive when it comes to housing projects although something might be accessible in the plan sometimes builders during the building process if people aren't paying close attention. Even in a building that is considered "accessible" some areas are accessible and some areas are not.

After graduation I plan on being able to teach others like myself more about housing and how to become a housing advocate themselves. My goal is to be able to create powerpoint presentations to be able to show what I have learned, and to better educate others in the area of housing. I'm in the process of networking with some of the local housing advocate organizations in Santa Cruz. My ultimate goal is to be able to grow as many voices as possible to back me in saying that we need more affordable housing in Santa Cruz for everyone with a disability. The more noise that we make the more likely we are to be heard and seen, and not pushed to the side.

Brianne, Defensora de la Vivienda



Hola, mi nombre es Brianne y soy Monarch. Recientemente me gradué de 'Raise the Roof', que es un programa nacional diseñado para enseñar a las personas con discapacidades cómo convertirse en defensores de la vivienda.

Uno de los temas que se discutió mucho fue la vivienda es la justicia social que habla de cómo las personas con discapacidad siguen siendo discriminadas en la actualidad con respecto a la vivienda.

Ya no hay instituciones, pero al vivir en viviendas donde solo hay personas con discapacidad ya no vivimos en un lugar integrado. Cuando vivimos en ese tipo de comunidades, no somos desafiados ni impulsados más allá de nuestra propia comprensión del mundo.

Fue impactante para mí descubrirlo porque no me di cuenta de cómo las personas con discapacidades aún están luchando por su propia independencia de vivienda, y no somos parte de la perspectiva más amplia que se llama la comunidad en general. Estamos limitados a entonces ver solo a las mismas personas y no ser capaces de crecer mentalmente por derecho propio, como parte de una comunidad mucho más grande.

Históricamente, los edificios no eran accesibles para personas con discapacidades, y aun no es una prioridad para los constructores de viviendas. Los defensores de la vivienda deben estar muy atentos cuando se trata de proyectos de vivienda, aunque a veces los constructores pueden acceder a algo en el plan durante el proceso de construcción si las personas no prestan mucha atención. Incluso en un edificio que se considera "accesible", algunas áreas son accesibles y otras no.

Después de la graduación, planeo poder enseñar a otros como yo más sobre la vivienda y cómo convertirse ellos mismos en defensores de la vivienda. Mi meta es poder crear presentaciones en PowerPoint para poder mostrar lo que he aprendido y para educar mejor a otros sobre la vivienda. Estoy en el proceso de establecer contactos con algunas de las organizaciones locales de defensa de la vivienda en Santa Cruz. Mi última meta es poder hacer crecer tantas voces como sea posible para respaldarme al decir que necesitamos viviendas más económicas en Santa Cruz para todas las personas con discapacidad. Cuanto más ruido hagamos, más probable será que nos escuchen, nos vean, y que no nos hagan a un lado.

Letter From the Director continued...

For clients without technology, Monarch purchased Kindle devices for them through its non-profit corporation, Wings of Success. Staff provided assistance and training in navigating Zoom and with other technological issues. This transition was not easy for everyone, yet the Monarch community responded to challenges with determination and pride in their achievements. At one juncture there was hope that in-person services could resume in July, however continuation of the pandemic dashed that hope. In response, Monarch staff and clients developed even more creative and engaging activities. Currently there are over 100 monthly virtual activities being provided. I encourage you to reach out to me with ideas you think may help Monarch further enrich its services, and to voice needs you have with which we could provide assistance.

Recently a number of our clients participated in a short film which showed them engaged in their activities and expressing their positive feelings for their providers. My heart was warmed by their gratitude to Monarch for enriching their lives. This film was selected to be shown at Imagine SLS's Disability Film Festival and received kudos for its content. Those kudos belong to everyone in the Monarch community who have responded to these terrible times with fortitude and grace. As Director, I am so proud of you all.

—Sarah Macy

Para los clientes sin tecnología, Monarch les compró dispositivos Kindle a través de su corporación sin fines de lucro, Wings of Success. El personal brindó asistencia y capacitación en la navegación de Zoom y con otros problemas tecnológicos. Esta transición no fue fácil para todos, sin embargo, la comunidad Monarch respondió a los desafíos con determinación y orgullo por sus logros. En un momento dado, existía la esperanza de que los servicios en persona pudieran reanudarse en julio, sin embargo, la continuación de la pandemia hizo trizas esa esperanza. En respuesta, el personal y los clientes de Monarch desarrollaron actividades aun más creativas e interesantes. Actualmente se ofrecen más de 100 actividades virtuales cada mes. Pueden comunicarse conmigo con ideas que crean que puedan ayudar a Monarch a enriquecer aun más sus servicios y a expresar sus necesidades con las que podríamos brindarle asistencia. Recientemente, varios de nuestros clientes participaron en un cortometraje que los mostró involucrados en sus actividades y expresando sus sentimientos positivos por sus proveedores. Mi corazón se sintió reconfortado por su gratitud a Monarch por enriquecer sus vidas. Esta película fue seleccionada para mostrarse en el Imagine SLS's Disability Film Festival (un festival de cine en el cual Imagine SLS fue el anfitrión) y recibió elogios por su contenido. Esas felicitaciones pertenecen a todos los miembros de la comunidad de Monarch que han respondido a estos momentos terribles con fortaleza y gracia. Como directora, estoy muy orgullosa de todos ustedes.

— Sarah Macy

Creativity Corner

During the covid-19 Pandemic, Joaquin has been using art as a way to manage stress and to keep himself safe and healthy at home. Joaquin enjoys coloring just as much as he enjoys working on art projects like the ones seen on these pictures. When Joaquin is not working on art activities, he is working on word search puzzles. In addition to art, Joaquin has been physically active and exercises daily with his staff over FaceTime. Joaquin practices low-impact cardio with staff, and on his own he walks around his neighborhood or does things like push-ups, sit-ups, and squats at home. Joaquin's walks around his neighborhood include him consistently wearing face masks, practicing social distancing, and washing his hands when he comes back home.



Durante la pandemia de Covid-19, Joaquín ha estado utilizando el arte como una forma de controlar el estrés y mantenerse sano y a salvo en casa. A Joaquín le gusta colorear tanto como le gusta trabajar en proyectos de arte, como los que se ven en estas imágenes. Cuando Joaquín no está trabajando en actividades artísticas, está trabajando en sopa de letras. Además del arte, Joaquín ha estado físicamente activo y se ejercita a diario con su personal a través de FaceTime. Joaquín practica cardio de bajo impacto con el personal y solo camina por su vecindario o hace cosas como lagartijas, abdominales y sentadillas en casa. Las caminatas de Joaquín por su vecindario lo incluyen constantemente usando el cubrebocas, practicando el distanciamiento social y lavándose las manos cuando regresa a casa.

Craft Idea: Paper bead holiday garland

Looking to do some stress relieving crafts yourself? Monarch's art class recently made garlands out of beads made from strips of magazines and old wrapping paper! Simply cut the paper into strips, wrap the strip around a pencil, and glue the end down to make a bead. Once your beads dry, you can use them to make a garland for a Christmas tree, or even a necklace to give someone as a homemade gift!

¿Quieres hacer manualidades para aliviar el estrés? La clase de arte de Monarch hizo recientemente guirnalda con cuentas hechas con tiras de revistas y papel de regalo viejo. Simplemente corte el papel en tiras, envuelva la tira alrededor de un lápiz y pegue el extremo hacia abajo para hacer una cuenta. Una vez que tus cuentas se sequen, puedes usarlas para hacer una guirnalda para un árbol de Navidad, ¡o incluso un collar para regalar a alguien como un regalo casero!

Matt's tips for Stress Relief during COVID

What has been the biggest challenge for you during this pandemic?

Not seeing my friends as often, laid off but then coming back to work. Bus

transportation was hard at first, I enjoyed my walking but since this pandemic I do limit it. It's very stressful not to have anything to do anymore.

What is your go-to stress-management technique when you are feeling overwhelmed?

I have stress balls, music, word search, going for a walk, and meditating!

What other activities do you like to engage in when you feel stressed out?

I really enjoy doing word searches, I play with our dog, take naps with the dog and just relax!



¿Cuál ha sido el mayor desafío para usted durante esta pandemia?

No veo a mis amigos con tanta frecuencia, me despiden pero luego regresan al trabajo.

El transporte en autobús fue difícil al principio, disfruté caminando, pero desde esta pandemia lo limito. Es muy estresante no tener nada que hacer más

¿Cuál es su técnica para manejar el estrés cuando se siente abrumado?

¡Tengo pelotas antiestrés, música, sopa de letras, salgo a caminar y medito!

¿En qué otras actividades le gusta participar cuando se siente estresado?

Realmente disfruto hacer sopa de letras, jugar con nuestro perro, tomar siestas con el perro y simplemente relajarme.

Big Thanks / Muchas Gracias

Wings of Success, the non-profit branch of Monarch, was able to purchase and distribute 30 Kindle Fire tablets and 2 Tracfonos to help clients stay connected to services and their community during the pandemic!

We never would have been able to help so many people without the generosity of everyone who has contributed to our fundraising efforts. So thank you!!!

If you would like to contribute to Wings of Success, please visit:

wings of success.org

¡Wings of Success, la rama sin fines de lucro de Monarch, pudo comprar y distribuir 30 tabletas Kindle Fire y 2 Tracfonos para ayudar a las personas a mantenerse conectadas con los servicios y su comunidad durante la pandemia!

Nunca hubiéramos podido ayudar a tanta gente sin la generosidad de todos los que han contribuido a nuestros esfuerzos de recaudación de fondos. ¡Así que gracias!

Si desea contribuir a Wings of Success, visite:

wingsofsuccess.org