



Harbor Happenings

Portada: Equipo de Harbor visita el Capitolio el Día de la Participación Ciudadana

CENTRO REGIONAL HARBOR

PRIMAVERA 2026

página 2
Defensa en acción: Harbor fortalece las voces de la comunidad

Cuatro Pilares de una Relación Saludable
página 12

Apoyos familiares coordinados
página 14

página 8
¡Conozca a Daisy y descubra todos los eventos centrados en la persona (PCT) que Harbor tiene para ofrecer!



Defensa en acción: Harbor fortalece las voces de la comunidad

Por Jasmin Maravilla, especialista en información pública



El equipo de Harbor visita el Capitolio el **Día de la Participación Ciudadana**

Fortaleciendo las voces de la comunidad

El Centro Regional de El Centro continúa ampliando las oportunidades para la defensa, la educación y la participación comunitaria, con el fin de asegurar que las voces de las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, y de sus familias, sean escuchadas.

A través de esfuerzos de defensa a nivel estatal, la colaboración con legisladores

locales y ambiciones de educación comunitaria, el Centro Regional Harbor continúa comprometido en fortalecer el sistema de centros regionales y en empoderar a las personas para participar activamente en conversaciones que modelan las políticas que impactan sus vidas.

Defensa a nivel estatal en el Día de la Participación Ciudadana

A principios de este año, el Centro Regional Harbor se

unió a defensores de todo California durante el Día de la Participación Ciudadana de ARCA en el Capitolio, un evento de defensa a nivel estatal organizado por la Association of Regional Center Agencies (ARCA) (Asociación de Agencias de Centros Regionales). Este evento anual reúne a defensores de la auto-protección, familias, proveedores de servicios y personal de los 21 centros regionales para conversar con los legisladores y mostrar de qué manera las

políticas y las decisiones de financiamiento influyen en la vida de las personas que atendemos.

Miembros del equipo de Harbor viajarán a Sacramento para participar en reuniones con las oficinas legislativas y defender la importancia de mantener servicios y apoyos sólidos para las más de 450,000 personas en California con discapacidades intelectuales y del desarrollo atendidas a través del siste-

ma de centros regionales. Estas conversaciones resaltaron el papel fundamental de los centros regionales al brindar apoyo a personas y familias en todo el estado.

Fortalecimiento de asociaciones locales

El Centro Regional Harbor continúa construyendo relaciones sólidas con los funcionarios electos locales que representan a las comunidades a las que servimos. La organización tuvo el

honor de dar la bienvenida a José Luis Solache Jr. y su equipo en nuestras oficinas de Long Beach durante una visita reciente.

Durante la visita, el personal y la dirección de Harbor destacaron el apoyo fundamental para las personas con discapacidades del desarrollo y ofrecieron al asambleísta la oportunidad de experimentar de primera mano los servicios disponibles. Como parte de la visita, los participantes se pusieron en la piel de las per-



El asambleísta **José Luis Solache** con participantes de Able ARTS Work

Defensa en acción: Harbor fortalece las voces de la comunidad

...Continuación



El asambleísta Solache recibe un recuerdo de un participante de Able ARTS Work

sonas atendidas, viajando en una furgoneta de transporte equipada con medidas de seguridad para visitar a dos de los proveedores de servicios de Harbor: Social Vocational Services (SVS) y Able Arts Work. Estas visitas destacaron el impacto significativo y cotidiano que los proveedores de servicios ejercen al apoyar a las personas para que vivan de manera comprometida y plena. Las personas atendidas y el personal del programa le dieron una cálida bienvenida al asambleísta, guiándolo

con entusiasmo a través del programa y compartiendo en qué estaban trabajando. Los participantes destacaron su creatividad y talento al presentar proyectos que evocaban piezas artísticas, como un cartel de bienvenida personalizado y trabajos de podcast, brindando una visión significativa de sus experiencias y logros diarios.

Harbor también se asoció con la oficina del asambleísta para un evento comunitario: Día de Necesidades Especiales en

Lynwood, donde los miembros del equipo de Harbor proporcionaron recursos, respondieron preguntas y conectaron a las familias con los servicios disponibles. Dos familias atendidas por Harbor disfrutaron de las festividades al unirse al Asambleísta Solache en su mesa. Estas asociaciones continuas fortalecen la comunicación entre los responsables de políticas y las comunidades a las que representan, asegurando que las necesidades de las personas y las familias per-

manezcan en el centro de las discusiones políticas.

Desarrollar habilidades de defensa a través de la educación

Además de colaborar con los responsables de políticas, Harbor se dedica a empoderar a las personas y a las familias para que se conviertan en defensores activos dentro de sus propias comunidades. A principios de este año, Harbor organizó un taller de Defensa Legislativa 101,

diseñado para introducir a los participantes en los fundamentos de la defensa y el proceso legislativo.

La capacitación proporcionó una visión clara de cómo se formulan las políticas estatales, el rol de los legisladores en la definición de servicios y apoyos, y las estrategias prácticas para que las personas y las familias compartan sus experiencias e interactúen de forma efectiva con los funcionarios electos. Los

participantes también obtuvieron información sobre herramientas y recursos de defensa disponibles, para mantenerse informados y participar activamente en futuras oportunidades de defensa.

El taller también contó con defensores de sí mismos que compartieron experiencias personales y consejos para contar sus historias de manera más efectiva ante responsables de políticas y líderes comunitarios.



Delegados de Harbor y SCLARC se reúnen con el Asambleísta Josh Lowenthal en Sacramento, CA



Harbor recibe al personal de la senadora Lena Gonzalez en ICAN (California Abilities Network)

El equipo de Harbor se reúne con el **asambleísta Pacheco**

La Defensa Legislativa 101 regresa este verano

Tras el éxito del taller inicial, el Centro Regional Harbor presenta nuevamente la Defensa Legislativa 101 este verano para seguir fortaleciendo el conocimiento cívico y la capacidad de defensa dentro de la comunidad. El taller ofrecerá a las personas atendidas, a sus familias y a los miembros de la comunidad la oportunidad de comprender de forma más

clara cómo las decisiones legislativas influyen en los servicios y apoyos para las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo. Los participantes adquirirán herramientas prácticas para dialogar con los responsables de políticas, compartir sus experiencias de forma auténtica y mantenerse al tanto de oportunidades para defender sus derechos.

Se compartirán más detalles,

incluidas las fechas y la información de registro, en los próximos meses.

Mirando hacia el futuro

El Centro Regional Harbor mantiene su compromiso de fortalecer alianzas con legisladores, organizaciones comunitarias y familias, al tiempo que amplía las oportunidades para que las personas participen activamente en esfuerzos de defensa.

A través de iniciativas como el Día de la Participación Ciudadana, las visitas a leyes locales, las asociaciones comunitarias y los talleres de educación en defensa, Harbor seguirá elevando las voces de las comunidades a las que sirve y asegurando que sus experiencias informen las políticas que impactan los servicios de desarrollo en todo California.

Delegados de Harbor y del Centro Regional del Sur de Los Angeles se reúnen con el **asambleísta Mike Gipson**



¡Conozca a Daisy y descubra todos los eventos del Pensamiento Centrado en la Persona (PCT) que Harbor tiene para ofrecer!

Por Daisy Bejarano, Gerente de Prácticas Centradas en la Persona



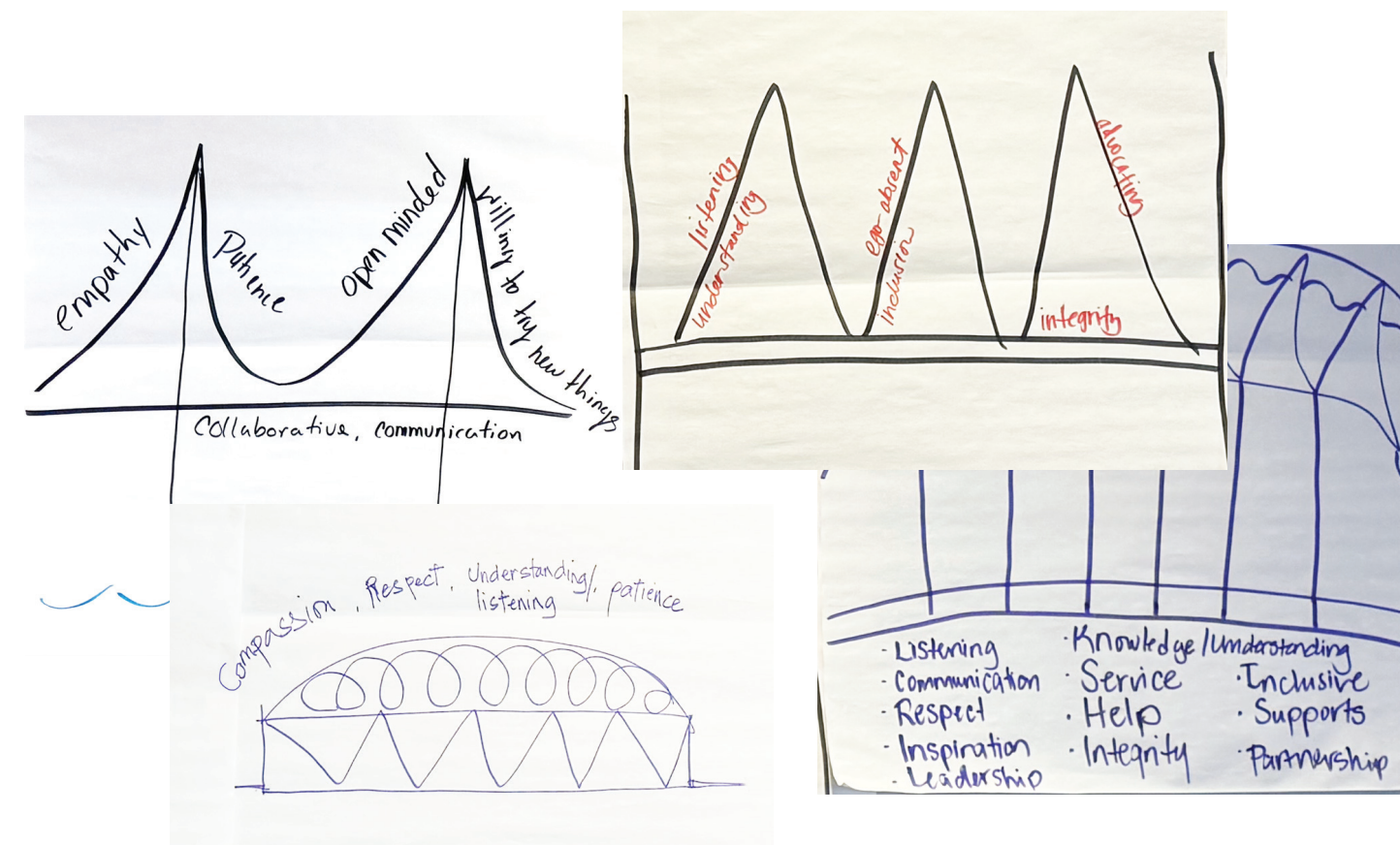
Daisy se unió al Centro Regional de Harbor en 2019 como Coordinadora de Servicios. Desde que se unió a Harbor, Daisy también ha trabajado como Gerente de Servicios al Cliente y, más recientemente, como Gerente de Prácticas Centradas en la Persona de Harbor. En este puesto, Daisy se ha dedicado a compartir prácticas centradas en la persona con toda la comunidad de Harbor: personas y familias, proveedores

de servicios y el personal de Harbor.

Daisy ha liderado esfuerzos para garantizar que todos los empleados de Harbor cuenten con capacitación en Pensamiento Centrado en la Persona, de modo que puedan aplicar estos principios de forma tangible en su labor diaria con las personas a las que servimos.

Con asociaciones comuni-

tarias, Daisy sigue creando espacios que refuerzan el compromiso de Harbor de implementar prácticas centradas en la persona. ¡Ahora ofrecemos una creciente variedad de capacitaciones y talleres para personas, familias y personal de apoyo interesados en aprender sobre el pensamiento y las prácticas centradas en la persona! ¡Continúe leyendo para conocer más sobre cada oferta única!



La Comunidad de Práctica (CoP)

La Comunidad de Práctica (CoP) es un espacio cálido y colaborativo donde personas, familias y proveedores de servicios se reúnen para compartir lo que han aprendido, lo que han intentado y los éxitos o desafíos que han vivido al aplicar prácticas centradas en la persona. Nuestra CoP combina inmersiones presenciales y Círculos de Coaching virtuales, facili-

tando que los participantes se unan de la forma que les resulte más conveniente y atractiva.

¡La CoP está impulsada por los participantes! Los miembros de la comunidad ayudan a dar forma a cada sesión identificando los temas que más les importan. Los temas anteriores abarcan la implementación de la regla final de los Servicios Basados en el Hogar y la Comunidad (HCBS)

mediante prácticas centradas en la persona, la colaboración inter-institucional para apoyar a las personas y el uso de un lenguaje que priorice a las personas destinatarias.

Cualquier persona en la comunidad de Harbor que desee conocer a otros, compartir ideas y aprender habilidades prácticas de pensamiento centrado en la persona es bienvenida.

¡Conozca a Daisy y descubra todos los eventos centrados en la persona (PCT) que Harbor tiene para ofrecer!

...Continuación



La próxima inmersión está programada para el 10 de junio a las 10 a.m.

Taller familiar para el Desarrollo de Descripción de Una Página

El Taller Familiar para el Desarrollo de una Descripción de Una Página (OPD) es un nuevo programa trimestral diseñado para ayudar a las familias y cuidadores a crear una descripción de una página clara y atractiva para sus hijos o seres queridos. Una OPD es una forma rápida de compartir información sobre

alguien para asegurarse de que reciba el apoyo que necesita, tal como él o ella lo desea. Los OPD capturan aquello que a otros les agrada y admiran de la persona, lo que es importante para ellos y la forma en que pueden apoyarlos. Pueden ser útiles en diversas situaciones, como al conocer a un nuevo maestro o cuidador, comenzar un nuevo trabajo o recibir atención médica.

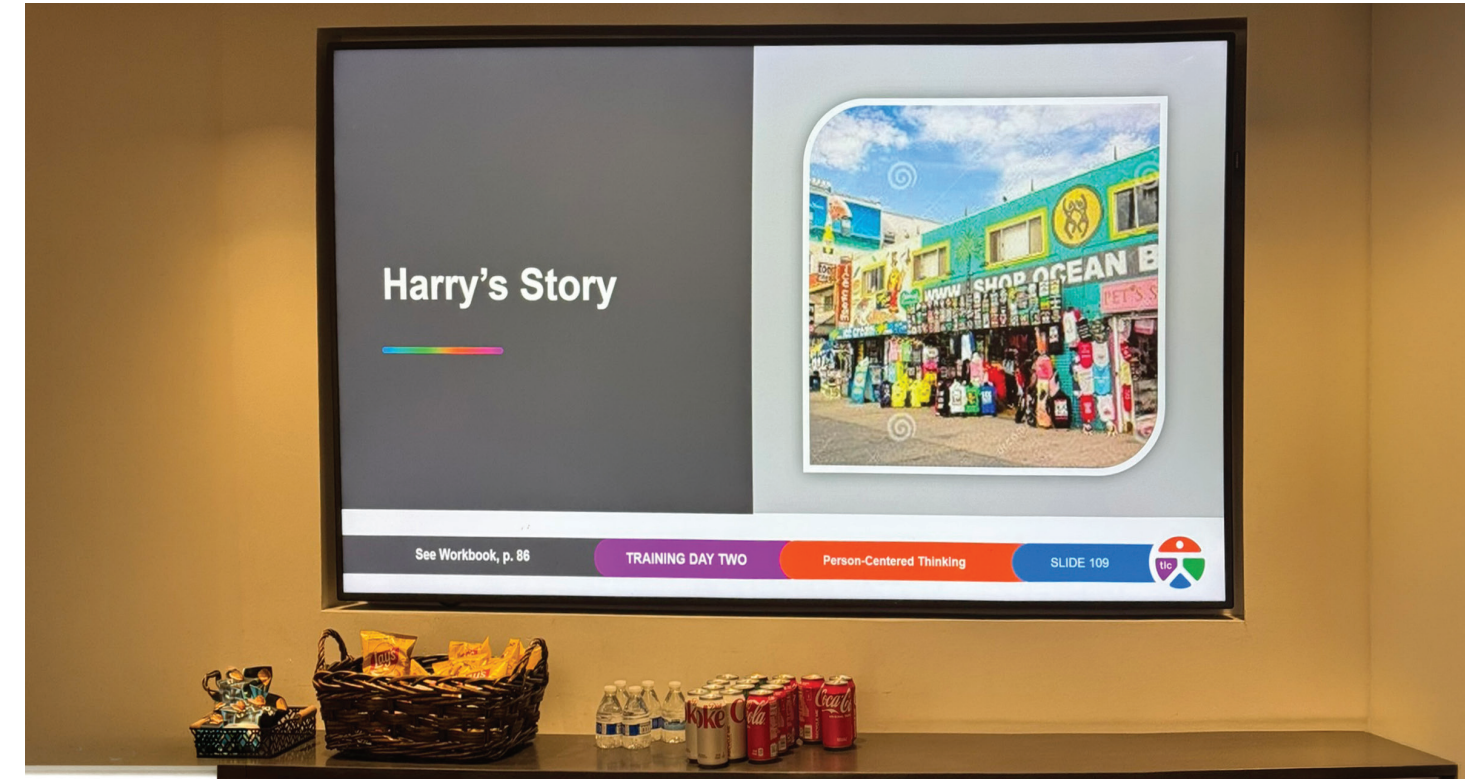
Durante este taller, los participantes aprenden:

- Los conceptos fundamen-

tales del pensamiento centrado en la persona

- Cómo presentar positivamente a su familiar a través de una OPD
- Diferentes maneras de utilizar una OPD para apoyar a su familiar
- Cómo desarrollar una OPD que realmente refleje a su familiar

Los talleres se ofrecen en inglés y español en ambos campus del Centro Regional Harbor en Torrance y Long Beach, con opciones disponibles por la



mañana y por la tarde.

Taller Familiar para el Desarrollo de una Descripción de Una Página en Harbor Long Beach

- Inglés - 13 de agosto de 2026, de 1 p.m. a 4 p.m.
- Español - 24 de septiembre de 2026, de 1 p.m. a 4 p.m.

Capacitación en el Pensamiento Centrado en la Persona

Si has participado en otras ofertas centradas en la persona de Harbor y está listo(a)

para profundizar, le invitamos a unirse a nuestra capacitación intensiva de 3 días en Pensamiento Centrado en la Persona (PCT).

Durante la Capacitación en Pensamiento Centrado en la Persona, los participantes adquieren habilidades esenciales para acompañar a otros y favorecer un control positivo en su vida cotidiana. Esta capacitación es ideal para familiares, cuidadores, personal de apoyo y personal de centros regionales. Todos los participantes reciben un certificado de

finalización al completar este curso de 3 días.

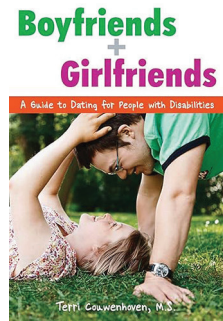
La Capacitación en Pensamiento Centrado en la Persona se ofrece dos veces al año en nuestro campus de Torrance en inglés y español.

- Español - 7, 9 y 11 de septiembre de 9:30 a.m. a 2:30 p.m.

Para inscribirse en cualquiera de nuestros próximos eventos de PCT o para responder a preguntas, envíe un correo electrónico a PCT@HarborRc.org

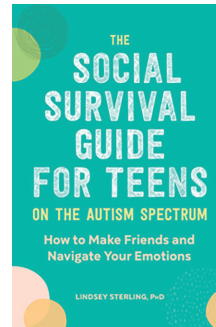
Los cuatro pilares de una relación saludable

Por Tim'an Ford, defensor de pares, Centro Regional Harbor



Boyfriends + Girlfriends: A Guide to Dating for People with Disabilities por Terri Couwenhoven, M.S.

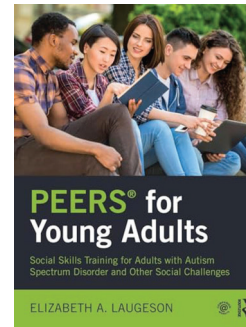
Ya sea que viva de forma independiente o bajo el cuidado de sus padres o de un cuidador, es natural desear la presencia de otras personas en su vida para compartir momentos y buscar compañía. Para muchos, es simplemente un grupo de amigos con los que se mantiene un contacto habitual. Para algunos, sin embargo, anhela una forma de apoyo más profunda e íntima, expresada en una relación romántica. Para muchas personas de nuestra comunidad, desenvolverse en entornos sociales y, sobre todo, en el ámbito de las citas, puede resultar bastante desafiante, especialmente cuando se tiene una discapacidad del desarrollo. Algunos miembros adultos de la comunidad enfrentan una lucha ardua por



The Social Survival Guide for Teens on the Autism Spectrum por Lindsey Sterling, PHD.

hacerse visibles, especialmente quienes convivimos con discapacidades significativas y de por vida. Me gustaría compartir una guía rápida y práctica para fomentar y gestionar relaciones interpersonales, ya sean platónicas o románticas, adaptada a quienes viven con una discapacidad del desarrollo.

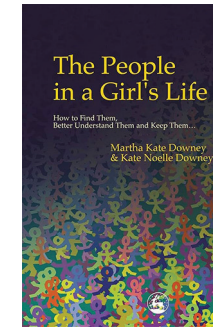
1. **Priorice su seguridad.** Este primer paso es fundamental para disfrutar al máximo tanto al hacer amistades como al salir en citas. Como adulto con una discapacidad del desarrollo, es importante mantener conversaciones claras y honestas sobre sus límites, su red de apoyo y qué información considera apropiada divulgar en un primer encuentro. Además,



PEERS® for Young Adults por Elizabeth A. Laugeson

también debe considerar la naturaleza de la relación en función de las edades de las personas involucradas. En el ámbito de las relaciones románticas, es fundamental limitar la interacción a personas mayores de 18 años. Sobre todo, asegúrese de informar a su red de apoyo sobre sus planes con otra persona. Si no se siente cómodo(a) estando solo(a) con una persona desconocida, puede llevar a un amigo de confianza o a una persona de apoyo para acompañarle durante el primer encuentro.

2. **Comience con puntos en común.** Una vez que haya establecido una base segura y estable con otra persona, puede comenzar a fomentar la relación a su



The People in a Girl's Life por Martha Kate Downey & Kate Noelle Downey

propio ritmo. Comparta sus pasatiempos e intereses, asegúrese de dar a la otra persona tiempo para compartir cosas sobre sí misma y comuníquese abiertamente sobre cómo se siente. Las conexiones reales, tanto románticas como de otro tipo, requieren tiempo para crecer verdaderamente, así que asegúrese de avanzar a un ritmo que le haga sentir cómodo a usted y a los demás.

3. **Sea observador(a).** A medida que una persona se sienta más cómoda a su alrededor, comenzará a mostrar partes de sí misma que de otro modo no mostraría a un extraño o conocido. Si bien puede verse como algo positivo, también es importante estar atento a

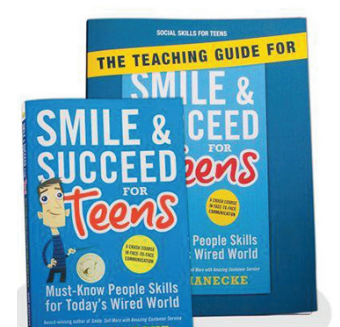


Queerly Autistic por Erin Ekins

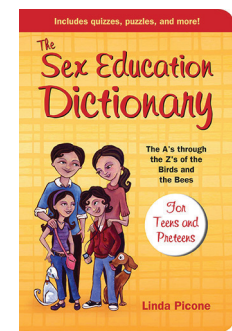
cualquier cambio en su actitud hacia usted que le haga sentir incómodo o inseguro. Si un amigo o pareja hace esto, considere mencionarlo directamente o recurrir a alguien de su red de apoyo. Reflexionar sobre una relación es reconocer que es una vía de doble sentido; no debería sacrificar su felicidad y seguridad por alguien que no escucha ni tiene en cuenta sus sentimientos.

4. **Tómelo con calma, vaya despacio.** Y sobre todo, recuerde que usted merece amor en todas sus formas. Con el apoyo y la orientación adecuados, puede fomentar un ecosistema próspero de relaciones interpersonales.

Construir y mantener relaciones sociales requiere tiempo,



Smile & Succeed For Teens por Kirt Manecke



The Sex Education Dictionary por Linda Picone

paciencia y auto-conciencia, junto con una comprensión de los demás. Estas son mis reflexiones personales sobre las relaciones saludables, y espero que esta guía le apoye en su camino.

Para obtener más información sobre las relaciones interpersonales, explore algunos libros que están disponibles en los sitios del Centro de Recursos Familiar Harbor.

Apoyos familiares coordinados: un año de crecimiento e impacto positivo

Por Erika Landeros, especialista en relaciones con proveedores



Coordinated Family Supports (Apoyos Familiares Coordinados) (CFS) es un programa piloto diseñado para adultos de 18 años o más que eligen vivir en el hogar familiar y son atendidos por el centro regional. El CFS ayuda con la coordinación de servicios y apoyos que permiten a los adultos continuar viviendo en el hogar familiar. Los servicios se adaptan y se ofrecen de manera que respeten el idioma y la cultura del individuo.

El CFS está diseñado para ayudarle a usted y a su familia con lo siguiente:

- Coordinar y programar los servicios que recibe
- Informarse sobre su diagnóstico
- Ayudar con la planificación para el futuro
- Identificar y conectarle con servicios adicionales para los que pueda calificar (genéricos y financiados por el centro regional)
- Capacitación para las personas que le apoyan, de modo que estén mejor preparadas para trabajar con usted y su familia
- Identificar recursos de transporte, proveedores de respaldo, y ayudarle a informarse sobre grupos de auto-defensa en su área.

Harbor cuenta con 13 proveedores de CFS, cada uno capaz de atender a individuos en varios idiomas, incluyendo inglés, español, tagalo, lenguaje de señas americano, jemer, coreano y halang. Hasta ahora, más de 400 personas atendidas por Harbor se han beneficiado del apoyo y los servicios proporcionados a través de este programa. Además, nuestros provee-



dores de CFS continúan creciendo y están contratando activamente más personal y expandiéndose para satisfacer las necesidades de la comunidad de Harbor.

Harbor se enorgullece del impacto visible que el CFS está alcanzando en nuestra área y de cómo está mejorando la vida de las personas. Los proveedores del CFS están haciendo un trabajo increíble con las personas y sus familias. Las familias han expresado su satisfacción con el programa y su deseo de seguir recibiendo

estos servicios. Hasta ahora, los proveedores de CFS han podido acompañar a nuestra comunidad y a sus familias en diversas áreas de su vida, como facilitar la solicitud de Servicios ACCESS para apoyar la integración comunitaria; orientar a las familias a través del complejo proceso de solicitud de Servicios de Apoyo en el Hogar mediante Medi-Cal; ayudar a las familias a encontrar recursos relacionados con los derechos de los inquilinos; y asistir en la obtención de recursos generales para hacer frente a facturas de servicios públicos venci-

das. Estos son solo algunos ejemplos de los resultados notables que este programa ha logrado en tan poco tiempo, ¡y estamos emocionados de verlo seguir creciendo!

Si es atendido(a) por el centro regional, tiene al menos 18 años de edad, vive en casa con su familia y siente que CFS puede ayudarle a alcanzar sus metas, comuníquese con su Coordinador de Servicios. Ellos pueden ayudarle a obtener más información sobre el programa y el proceso de referencia.



JUNTA DIRECTIVA DE HARBOR **LIDERAZGO HARBOR**

LaVelle Gates
Presidente

Joseph Czarske
Vicepresidente

Dr. James Flores
Secretario

Fu-Tien Chiou
Tesorero

Angie Rodriguez
Representante del Proveedor de Servicios

G. David Gauthier

Ronald Bergmann

Gordon Cardona

Ramon Gonzalez

Jeffrey Herrera

Patricia Jordan

Ann Lee, Ph.D.

Laurie Zaleski

Patrick Ruppe
Director Ejecutivo

Eun Kim
Directora, Servicios de Admisión y Clínicos

LaWanna Blair
Directora, Servicios de Primera Infancia

Antoinette Perez
Directora, Servicios para Niños y Adolescentes

Judy Taimi
Directora, Servicios para Adultos

Mary Hernandez
Directora, Servicios de Apoyo a la Gestión de Casos

Judy Wada
Directora Financiera

Tammy Carter
Directora de Recursos Humanos

Elizabeth Garcia-Moya
Directora, Servicios Comunitarios

Thao Mailloux
Directora, Comunicaciones Estratégicas y Participación



Harbor
Happenings

OFICINA DE TORRANCE

Edificio Principal
21309 Hawthorne Blvd.
Torrance, CA 90503

(310) 543-0100
www.harborrc.org

OFICINA DE LONG BEACH

1155 E. San Antonio Dr.
Long Beach, CA 90807

DIRECCIÓN POSTAL

21231 Hawthorne Blvd.
Torrance, CA 90503

Equipo Editorial: Thao Mailloux, Erika Segovia y Jasmin Maravilla

Diseño: Heather Lee, 7 Edge Creative