

# CHOICE NEIGHBORHOODS

## BOLETÍN INFORMATIVO PARA RESIDENTES

Mayo de 2026

Primavera  
en  
forma

¡Únase a "Walkers & Wheelers" de  
CNI los miércoles!



¿Sabía que caminar 30 minutos al día puede aumentar la capacidad cardiovascular, fortalecer los huesos, reducir el exceso de grasa corporal, aumentar la potencia muscular y construir resistencia? ¡Vamos a movernos!

## Residente destacado

### Semaj Major



Nos tomamos el tiempo para reconocer a Semaj por su compromiso y determinación. Trabajó diligentemente con los equipos de TCB y Serco para inscribirse y completar el Programa de Asistente Médico.

Como cuidador, ahora está certificado y listo para servir en otro nivel en el campo médico.

Ayúdeno a felicitarlo por un trabajo bien hecho y a desearle lo mejor en la siguiente etapa de su viaje. ¡Felicidades, Semaj!

### Actividades de mayo - ¡Apúntelas en su Calendario!

- **Conversación del primero viernes - 1 de mayo** - organizada por IMS en CKG y Left Field de 9 am a 12 pm - *Si tiene preguntas sobre el nuevo desarrollo de vivienda en CKG, ¡pregunte a los expertos!*
- **Distribución de alimentos - 11 de mayo - 2 pm** en Clement Kern Gardens - 1601 Bagley frente a la oficina de administración - *reciba alimentos nutritivos hasta agotar existencias.*
- **Serie de empoderamiento de la mujer - 13 de mayo** en Left Field - 2310 Cochrane - 4:30-6:00 pm - *"Usted es su mayor defensora"* - **¡SEÑORAS, POR FAVOR ACOMPÁÑENNOS!**
- **Serie para hombres Financiero Fade - 16 de mayo** - **MANTÉNGASE ATENTO PARA MÁS DETALLES - ¡TODOS SON BIENVENIDOS!**
- **Reunión de personas mayores de CNI - 20 de mayo** - 1:00-2:00 pm en Left Field 2310 Cochrane - *Mes de la salud mental*
- **Proyecto de graduación - 20 de mayo** - en Left Field - 2310 Cochrane St. - 4-5:30 pm - *TODOS LOS JÓVENES EN LAS CALIFICACIONES 7-12 SON BIENVENIDOS A PARTICIPAR.*
- **Trap & Paint - 22 de mayo** en Left Field - 2310 Cochrane de 5 a 7 pm. *¡Una divertida experiencia interactiva de educación financiera con música, arte y poderosas estrategias de dinero!*
- **Reunión del consejo de residentes - 26 de mayo** de 4 a 6 pm. *Residentes... Esta es su reunión... Si tienen inquietudes, ¡vengan y compartan!*
- **Distribución de Focus Hope para Personas Mayores - 26 de mayo** Recoger en la Oficina de Administración de CKG a partir de la 1 pm.



# Centro de Salud CNI

## Salud mental



### Consejos para apoyar el bienestar mental

- Comer para vivir
- Hacer ejercicio a su propio ritmo
- Descanse bien (sin distracciones, p. ej., televisión, dispositivos móviles)
- Relájese (tómese el tiempo para no hacer nada)
- Identificar sus sentimientos
- Buscar ayuda profesional (sin vergüenza)
- Permitirse algo de gracia
- Escribir un diario para liberar sus pensamientos
- Está bien decir cuando no está bien

## Salud Física

¡Caminar es Bueno para su Salud Física!

- **Fortalezca el Sistema Inmunológico:** Caminar puede ayudar a protegerse contra los resfriados y la gripe
- **Mejora la Salud Mental:** Caminar puede mejorar el estado de ánimo y reducir los síntomas de ansiedad y depresión
- **Ayuda con el Control de Peso:** Caminar ayuda a perder peso y a mantener un peso saludable
- **Mejora la Salud Cardiovascular:** Caminar regularmente puede mejorar la salud del corazón y reducir la presión arterial
- **Promueve un Mejor Sueño:** Caminar con regularidad puede mejorar la calidad del sueño

Estos beneficios resaltan por qué incorporar el caminar a su rutina diaria es una forma simple, pero efectiva, de mejorar la salud general.

## En Su

# -Patio Trasero-

Ralph C. Wilson Park  
Southwest Greenway  
Liga Atlética Policial (PAL)  
Roosevelt Park  
Planet Fitness

¡Póngase en forma y diviértase en SU comunidad, puede hacer ejercicio, caminar, correr, jugar o hacer todo!

## Salud Financiera

### Join SaverLife

Get Rewarded for Saving



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:

[https://www.saverlife.org/en/users/?utm\\_source=detroitthrives&utm\\_campaign=129&utm\\_medium=email](https://www.saverlife.org/en/users/?utm_source=detroitthrives&utm_campaign=129&utm_medium=email)

## En Su Comunidad, ¡Para USTED!



Citizens Bank



THE COMMUNITY BUILDERS



ACD

IMS



United Community Housing Coalition

¡La inscripción ya está abierta para el Campamento de Descubrimiento de Verano!  
¡Registre a su hijo hoy...es 100% gratis! Visita <https://summerdiscoverymi.org/summer-site-locations/>

Sitio web de Choice Neighborhoods

¡Visite el sitio web de Choice Neighborhoods HOY!  
[detroitmi.gov/choiceneighborhoods](http://detroitmi.gov/choiceneighborhoods)

# Mayo de 2026

## Clement Kern Gardens - Left Field - The Preserve On Ash I - Notas de la comunidad -

### Oficina de Administración de CKG

#### -The Connect-

Residentes que estén dentro de los 30 días de su fecha de recertificación, asegúrense de presentar todos los documentos o ponerse en contacto con la oficina para verificar su estado.

Puede visitar durante el horario de oficina o ponerse en contacto con Amber al 313-965-5650.

Horario de oficina: 8AM - 5PM - Martes y Jueves

**La oficina está cerrada durante la hora del almuerzo - 12-1pm**



La Comunidad Es  
UNA RESPONSABILIDAD  
Compartida

¡Construyamos!

### Oficina de Administración de Left Field

#### - The Leak -

¡El Consejo de residentes lo está buscando a **USTED!** Únase al Consejo de residentes para planificar actividades, promover la responsabilidad y colaborar con sus equipos de CNI para fortalecer la comunidad.

**¡Necesitamos su ayuda!**

Para mantener la Sala de la Comunidad en las mejores condiciones, por favor haga lo siguiente:

1. Limpie los derrames y tire su basura.
2. Respete el horario de funcionamiento: 8am-8pm (a menos que esté reservado y aprobado).
3. Informe a Amber inmediatamente de cualquier problema, error o actividad sospechosa.

Puede visitarnos durante el horario de atención o contacto con Amber al 313-650-6850.

Horario de oficina: 8AM - 5PM - Lunes, Miércoles y Viernes

**La oficina está cerrada durante la hora del almuerzo - 12-1pm**

### Oficina de Administración de The Preserve On Ash

#### - The Push -

¡Bienvenido a casa, estamos muy emocionados de tenerlos como residentes! Para que esta sea la mejor experiencia, por favor recuerde lo siguiente:

- Tiene vecinos arriba, abajo y a los lados, conózclos para construir comunidad en su edificio.
- La vida en apartamentos puede ser ruidosa, pero usted puede ayudar a crear la cultura que desea manteniendo el ruido, los golpes y los saltos al mínimo, especialmente después de las 10 p. m.
- Avísenos de inmediato si algo no funciona correctamente, para que podamos trabajar en resolverlo.

¡AHORA ARRENDAMOS NUESTROS APARTAMENTOS A PRECIO DE MERCADO! ¡CONSULTE ADENTRO PARA MUDANZA INMEDIATA!

Puede visitar durante el horario de oficina o contacto Adrian Welch al 313-635-4473.

Horario de oficina: 9AM - 4PM - Lunes - Viernes

**La oficina está cerrada durante la hora del almuerzo - 12-1pm**



### Marque Sus Calendarios

- **Eventos de CKG** - Distribución de Alimentos - 2do Lunes de 2-3pm (ocurre cada mes)
- **Eventos de Left Field** - Personas Mayores de CNI, WES y Proyecto de Graduación (ocurre cada mes)
- **Preserve On Ash (POA)** - Alcance del Coordinador de Servicios de Vida de la Comunidad (Community Life Service Coordinator, CLSC)

**¡El Equipo de Vida de la Comunidad ahora está en 3316 16th Street Venga a visitarnos!**



## Rincón de Niños (Edades 5-8 años)



**Leyendas de Lego**  
4:00 - 5:00 pm  
¡Regístrese HOY!

**Golf de Pequeños Golfistas**  
**Fútbol Little Kickers**  
Edades 5-7  
¡Inscríbese Ahora!

¡Inscríbese en un programa de socio HOY, avísenos si necesita ayuda!

## Proyecto de Graduación (Calificaciones 7-12)

¡Celebre el Mes de la Salud Mental! Actividades divertidas para verificar cómo está usted.

**How's Your Mental?**

**You good?**

In school?  
With your friends?  
At home?  
Let's check!

Date - Wednesday, May 20, 2026  
Time - 4:00 - 5:30 pm

Left Field Apartments Lounge  
2310 Cochrane St  
Detroit, MI 48216

Call or Text Questions to:  
Kimberly Cooley - 313.484.4709  
Melinda Smith - 313.484.4702

THE COMMUNITY BUILDERS

## Youthville (Calificaciones K-12)

¡Únase a la Diversión de Aprendizaje!  
Martes y Jueves  
4:00 - 6:00 pm

Llame/Envíe Mensaje de Texto  
Kimberly Cooley  
313.484.4709



Llame/Envíe Mensaje de Texto  
LaShand Kline  
313.635.7951 x 7951

## ¡Consejos para Graduarse a Tiempo!

**Reúnanse con su Consejero** - Verifique los créditos para asegurarse de que está en el objetivo.

**¿Necesita ayuda?** Obtenga un Tutor. Tome los exámenes.

**ASISTENCIA** - ¡Es muy importante! No empiece a faltar cuando la escuela casi termina. ¡Afecta su próximo!

**TUTORING**  
*Student Success Sessions*  
Join us for a transforming educational experience that will increase grades, inspire confidence, and uncover students' entire potential!

Math \* Reading \* ELA \* SAT prep



# FELIZ CUMPLEAÑOS

**(The Late) Arnold Newton**  
**Brittany Adams**  
**Damarion Treadwell**  
**Devon Porter**

**Kiana Hyche**  
**Syncere Hutchins**  
**Ebony Johnson**  
**Melinda Smith (TCB)**

**Jacob Dawson**  
**Ja'Mani Greer**  
**Jeremiah Legreair**  
**Journee Johnson**



## Rincón del Asesor de Carrera

¿Sabía usted que el **70% de los empleadores** revisan las redes sociales? ¿Qué dice la suya sobre USTED?

### Cómo las redes sociales ayudan...

**Optimizar la visibilidad en línea.** 1) Cree perfiles en sitios que coincidan con el tipo de trabajo que busca - LinkedIn, TikTok, Instagram y publique que está buscando trabajo. 2) Publique actividades positivas de la vida, voluntariado, membresías de grupos, el hecho de que está buscando trabajo.

**Basado en habilidades** - Publique fotos que destaquen el trabajo, experiencia, talentos.

**Sea consistente.** Tenga los mismos datos de trabajo y títulos en cada sitio.

**Búsquese en Google.** Solicite que se elimine la información negativa/inexacta.

### Cómo las redes sociales perjudican...

**Fotos.** No comportamiento inapropiado/ilegal incluso si está configurado como privado.

**Contenido.** No quejas, política, ni dar me gusta/compartir publicaciones negativas.

## ¡Oportunidades de Empleo!

Nuestro socio, SER Metro-Detroit está organizando su evento más grande del verano con muchos empleadores

**¡Feria Anual de Carreras!**

**Jueves, 25 de junio de 2026**

**10:00 am - 2:00 pm**

**9301 Michigan Avenue, Detroit, MI 48210**

¡No es demasiado temprano! Asíciense como socio con el Asesor de Carrera para obtener currículum, práctica de entrevistas, etiqueta de ferias de empleo, vestimenta, etc. Contact Gloria if you need transportation. **GET READY!**

### Sus Contactos de Empleo o Capacitación

**Gloria Messenger** Servicios de Empleo 1:1, Transporte. **Llame o Envíe Mensaje de Texto -**

313.962.9675 x 4281 **Correo Electrónico-**  
gmessenger@detroitatwork.com

**Maikia McGee** para Asesor de Carrera y Capacitación.

**Llame/Envíe Mensaje de Texto -**

313.962.9675 x 1699 **Correo Electrónico-**  
mmcgee@detroitatwork.com

## Resumen del Consejo de Residentes

United Community Housing Coalition organizó la reunión del consejo de inquilinos en Left Field el martes 27 de abril de 4:00 a 5:30 pm. El evento se llevó a cabo en el salón de la comunidad del primero piso. Todos los residentes de Left Field fueron invitados, y UCHC tocó las puertas de todos para invitarlos.

El Organizador de Inquilinos, Pablo, de UCHC continúa hablando sobre la importancia de tener una reunión del consejo de inquilinos recurrente con los residentes. Las reuniones pueden usarse como un momento para conocer a sus vecinos y comunidad. Los residentes que asistieron hablaron sobre la alarma de incendios y algunas inquietudes de mantenimiento. Si alguien está interesado en obtener más información, por favor comuníquese con UCHC para participar en la planificación. Los inquilinos también compartieron entre sí sus cosas favoritas para hacer en el vecindario de Corktown.

United Community Housing Coalition y The Community Builders también hicieron un sondeo entre los residentes del nuevo edificio Preserve on Ash. Queremos iniciar un consejo de inquilinos allí también, pero primero queremos recopilar más opiniones de la comunidad. Si vive en Preserve on Ash, ¡por favor escanee el código QR y complete nuestra breve encuesta!

Si tiene alguna pregunta, comentario o inquietud sobre el plan de desarrollo más amplio de Corktown, por favor contacte a los organizadores de inquilinos de UCHC, al personal de la Ciudad y de Community Builder:

Pablo Marcos (313) 572-1401 [jmarcos@uchcdetroit.org](mailto:jmarcos@uchcdetroit.org)

Theresa Mitchell (313) 635-4554 [Theresa.mitchell@tcbinc.org](mailto:Theresa.mitchell@tcbinc.org)

Alexis Alexander [Alexis.Alexander@detroitmi.gov](mailto:Alexis.Alexander@detroitmi.gov)



THE **C**OMMUNITY  
**B**UILDERS



ACD

IMS



United Community  
Housing Coalition