

EVENTOS DE ABRIL

Para participar en estos eventos Usted tiene que registrarse en nuestro Website:
Por favor regístrate aquí www.buildinghopesummit.org/events

ABR

1

JUEVES



CLASE DE GRABADO EN LINÓLEO PARA EDADES ENTRE 12-20 AÑOS

En colaboración con BreckCreate, esta clase enseña técnicas de grabado de bloques de linóleo. Dirigidos por Callie Glidden, los participantes aprenderán sobre materiales de grabado y cómo usar herramientas de manera segura para crear una impresión terminada al final de la clase.

Hora: 3:30-5:30 pm **Ubicación:** Breckenridge

ABR

1

JUEVES



CÍRCULO DE MUJERES

Un círculo de mujeres es una reunión segura y solidaria de mujeres para compartir, expresar y reflexionar con aceptación. Esta reunión en línea incluirá el aprendizaje a través de la narración mientras exploramos juntos una historia corta y tenemos tiempo para discutir los significados de nuestras vidas. Abriremos la discusión entre nosotros, aprenderemos Prácticas de Tutoría (Grounding Practices) y concluiremos con una práctica de movimientos suaves y reconfortantes. Este taller está abierto a personas mayores de 14 años que se identifiquen como mujeres.

Hora: 6-7:30 pm **Ubicación:** Regístrese en línea para obtener los detalles de la reunión de Zoom

ABR

7

MIÉRCOLES



ESQUÍ DE FONDO DE 12 A 20 AÑOS

En colaboración con Breckenridge Outdoor Education Center (BOEC), únase a nosotros para aprender una de las mejores formas de experimentar el aire libre en invierno. Hemos creado una serie de sesiones grupales de Cross Country Ski en las que aprenderás a esquiar a campo traviesa, a estar activo y a pasar tiempo con tus amigos. ¡Todos los niveles y habilidades son bienvenidos!

Hora: 3:30-5:30 pm **Ubicación:** Breckenridge

ABR

7

MIÉRCOLES



MTN AXE EDADES 12-20

¡Únase al personal de MTN AX y aprenda sobre uno de los deportes más divertidos y de más rápido crecimiento a nivel mundial! Hemos creado una serie de clínicas para enseñarle todo sobre el lanzamiento de hachas. Comenzamos cada sesión con seguridad, seguidas de técnicas de lanzamiento, y trabajamos con cada persona individualmente para ayudarlo a perfeccionar sus lanzamientos, practicamos y jugaremos algunos juegos.

Hora: 5-6 pm **Ubicación:** Breckenridge

ABR

13

MARTES



COCINANDO PARA LA ESPERANZA

¡Obtenga una experiencia interactiva que es como tener un chef con usted en la cocina de su casa mientras cocina! Interactúe en vivo a través del video de WebEx con el chef, Ian Buchanan, Justin Pollack y Drew Mikita y haga preguntas en tiempo real mientras prepara las recetas para la cena. Las recetas, los ingredientes y los utensilios de cocina se le enviarán por correo electrónico después de que se registre, así que tenga su cocina, utensilios e ingredientes (en rodajas, en cubitos, picados, picados, medidos) antes del comienzo de la clase. ¡Diviértete solo o invita a familiares y amigos a unirse!

Hora: 6-7:30 pm **Ubicación:** Regístrese en línea para obtener los detalles de la reunión de Zoom

ABR

14

MIÉRCOLES



YOGA Y MINDFULNESS DE 13 A 18 AÑOS

En colaboración con Meta Yoga Studios, aprenda posturas de yoga y ejercicios de atención plena en un entorno interactivo. Mejore el enfoque y la atención, aborde el estrés y la ansiedad para mejorar la salud física y mental en general y diviértase haciéndolo. Esta clase es para todas las habilidades, desde principiantes / nunca hasta experimentados. ¡Prueba algo nuevo y trae a un amigo!

Hora: 5:30-6:30 pm **Ubicación:** Breckenridge



EVENTOS DE ABRIL

Para participar en estos eventos Usted tiene que registrarse en nuestro Website:
Por favor regístrate aquí www.buildinghopesummit.org/events

ABR

15

JUEVES



FIGURAS DE ACCIÓN DE ENSAMBLAJE DE 12 A 20 AÑOS

En colaboración con BreckCreate, aprenda sobre el arte Ensamblaje que se hace a partir de varios objetos cotidianos, también conocidos como "objetos encontrados" en la escultura. En esta clase nos enfocaremos en usar elementos como palos, piñas, tapas de botellas, botones, plumas y todo tipo de cosas para hacer una escultura figurativa. Repasaremos varias técnicas de escultura para unir diferentes tipos de objetos, ya sea pegado, cosido, delimitado u otras estrategias.

Hora: 3:30-5 pm **Ubicación:** Breckenridge

ABR

20

MARTES



ARTE EXPRESIVO: CRIANZA EN LA NATURALEZA

A medida que comenzamos a entrar en la primavera, abrámonos para explorar nuestra creatividad para inspirarnos juntos y crear una obra de arte que sea un reflejo de nosotros mismos dentro de la naturaleza. Traiga los materiales que tenga a mano. Herramientas de dibujo como bolígrafos, lápices, marcadores o pinturas, papel o un lienzo y materiales de referencia como flores, una planta, hojas, ramas, piñas, semillas, vainas, cualquier cosa que refleje la naturaleza.

Hora: 6-7:30 pm **Ubicación:** Regístrese en línea para obtener los detalles de la reunión de Zoom

ABR

22

JUEVES



AVENTURA AL AIRE LIBRE DE GO4GRAHAM

Únase a Building Hope y Go4Graham en una aventura al aire libre, una caminata guiada de 2 horas, raquetas de nieve o esquí de fondo de 10 am a 12 pm. Go4Graham es un movimiento para la salud mental. Están formando una comunidad de base de personas apasionadas para destruir el estigma en torno a la salud mental y para ser defensores de la salud mental en sus comunidades. ¡Solo juntos podemos hacer cambios y mejorar vidas! Vístase abrigado y traiga capas. La ubicación de la reunión se enviará después del registro.

Hora: 10 am - 12 pm **Ubicación:** Frisco

ABR

27

JUEVES



YOGA COMUNITARIO

El yoga ayuda a despejar la mente, ofrece calma y sanación y ayuda a unir comunidades. Únase a Leslie Glenn en esta clase de una hora diseñada para crear un lugar abierto y seguro para cualquiera que quiera estirarse, respirar y experimentar un sentido de comunidad, conexión y sanación.

Hora: 6-7:30 pm **Ubicación:** Silverthorne

ABR

28

MIÉRCOLES



MTN AXE EDADES 12-20

¡Únase al personal de MTN AX y aprenda sobre uno de los deportes más divertidos y de más rápido crecimiento a nivel mundial! Hemos creado una serie de clínicas para enseñarle todo sobre el lanzamiento de hachas. Comenzamos cada sesión con seguridad, seguidas de técnicas de lanzamiento, y trabajamos con cada persona individualmente para ayudarlo a perfeccionar sus lanzamientos, practicamos y jugaremos algunos juegos.

Hora: 5-6 pm **Ubicación:** Breckenridge

