

SEPTEMBER EVENTS

EVENTS REQUIRE ONLINE REGISTRATION Register at www.buildinghopesummit.org/events

SEPT

01

TUESDAY



THE HYPE ROPES COURSE AGES 12-20

Attendees Ages 12-20 are invited to challenge yourself on the Ropes Course. After instruction from BOEC staff you will go out on the two story multi-event ropes course located in the woods of our 39 acres in Breckenridge. We will have a rappel and zipline for you to try as well. Come hang out in the trees and challenge yourself!

Time: 3:45-6:00pm **Location:** BOEC Griffith Lodge

SEPT

01

TUESDAY



EXPRESSIVE ART: SCRIBBLE FOR DISCOVERY

Join Expressive Artist Kathye Conti to explore the role art plays in promoting personal well-being and connectedness. Inspired by music and using materials at home, we'll first explore drawing with our eyes closed to see how unpredictability turns into creative possibilities. Participants will be led to take their artwork in whatever direction they desire adding color and designs to complete the piece of art.

Time: 6-7:30pm **Location:** Online - Register for the Zoom Meeting Details

SEPT

03

THURSDAY



THE HYPE ART STUDIO TEEN METALSMITHING

In collaboration with BreckCreate, we invite teens ages 12-20 to learn metalsmithing techniques such as using a jewelry saw, filing, stamping, sanding, and polishing to create a dog/cat tag, key chain, or pendant that you will take home with you. This class is designed for all ability levels so come join us to learn a new skill!

Time: 4-6 pm **Location:** Breckenridge Art District

SEPT

10

THURSDAY



NATURE WALK AND INTENTION SETTING

Enjoy a journey through the forest to connect with your true nature and potential. This event will be an opportunity to get outside with like-minded individuals and create positive conversations to support mental health and well-being. Leslie Glenn will offer mindful stops along the way for reflection, mindful movement and meditation to help you find clarity, connection and set an intention for the fall season. Please bring a journal, appropriate shoes, clothing, sunscreen, water and snacks.

Time: 9 am-Noon **Location:** Breckenridge

SEPT

10

THURSDAY



THE HYPE ROCK CLIMB AT SWAN MOUNTAIN

Attendees Ages 12-20 are invited to climb on Swan Mountain. After instruction from BOEC staff we will spend our time climbing, learning how to belay, tie climbing knots, and challenge each other. This is a great opportunity to learn about the basics of climbing and belaying. Adaptive rock climbing tools will also be available.

Time: 3:45-6:00 pm **Location:** Swan Mountain

SEPT

16

WEDNESDAY



THE HYPE: SUP & KAYAK

Attendees Ages 12-20 are invited to get out on the water. The BOEC lake is a great place to paddle board and kayak. The lake is the perfect size to get out there and relax, socialize and be outside after your school day. We will have an assortment of boards and kayaks to explore.

Time: 3:45-6:00 pm **Location:** BOEC Griffith Lodge

SEPT

17

THURSDAY



QPR TRAINING TO PREVENT SUICIDE

September is Suicide Awareness Month. Do you know what to say if someone suggests their considering suicide? Do you know how to dig deeper if you have a feeling someone is more than just sad or overwhelmed? Learn to Save a Life! The QPR (Question/Persuade/Refer) mission is to reduce suicidal behaviors and save lives by providing innovative, practical and proven suicide prevention training.

Time: 6-7:30 pm **Location:** Online - Register for the Zoom Meeting Details

SEPT

23

WEDNESDAY



IN-PERSON OUTDOOR YOGA

Yoga helps clear the mind, offers calm and healing and helps unite communities. Join Leslie Glenn and Amy Sabreen for this hour class designed to create an open, safe place for anyone who wants to stretch, breathe and experience a sense of community, connection and healing. All ages and levels are welcome to join us. Registration opens September 1.

Time: 12:30-2 pm **Location:** Silverthorne

SEPT

29

TUESDAY



THE MINDFUL MAN

Join us for a unique workshop meant to address issues faced by the modern man. This month's event features Drew Mikita, LPC and Associate Professor at CMC. Learn practical ways to deal with stresses and frustrations faced in daily life. Explore proven techniques to relax your mind, manage your feelings, develop healthy relationships, achieve your goals, and grow your happiness. Take away concrete tips, methods and practices that will immediately help you feel more fulfilled, joyous and connected to yourself and everyone around you. *Please note, this event is intended for men only

Time: 6-7:30 pm **Location:** Online - Register for the Zoom Meeting Details

SEPT

30

WEDNESDAY



EXPRESSIVE ART: MATTERS OF THE HEART

Led by Kathye Conti, participants explore the role art plays in promoting personal well being and connectedness. Each participant will create an individual expression of their heart's desire which will be combined into a heart mural to reflect who we are as a community. This event will be offered with real-time interpretation for Spanish speakers.

Time: 6-8 pm **Location:** Silverthorne



Eventos del mes de Septiembre

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

SEPT

01

MARTES



CURSO DE CUERDAS HYPE

Se les invita a participar en el desafío del Entrenamiento de Circuito de Cuerdas a los jóvenes de 12 a 20 años de edad. Después de la instrucción del personal de BOEC, saldrán los jóvenes al campo de cuerdas de dos pisos para eventos múltiples ubicado en el bosque de 39 acres en Breckenridge. Tendremos un rappel y zip line para que practiques también. ¡Ven a pasar el rato divertido entre los árboles y desafíate a ti mismo!

Time: 3:45-6:00pm **Location:** BOEC Griffith Lodge

SEPT

01

MARTES



ARTE EXPRESIVO: GARABATOS PARA DESCUBRIR

Únase a la artista de arte expresivo Kathy Conti, para explorar el papel que juega el arte en la promoción del bienestar personal y la conexión. Dibujaremos inspirándonos en la música y usando materiales de casa, primero exploraremos el dibujo con los ojos cerrados para ver cómo la imprevisibilidad se convierte en posibilidades creativas. Se guiará a los participantes a llevar su obra de arte en la dirección que deseen, agregando color y diseños para completar la obra de arte.

Time: 6-7:30pm **Location:** Regístrese en línea para los detalles de la reunión de Zoom.

SEPT

03

JUEVES



METALSMITH HYPE

En colaboración con BreckCreate, invitamos a los adolescentes de 12 a 20 años a aprender técnicas de orfebrería, como usar una sierra de joyería, limar, estampar, lijar y pulir para crear una placa de perro / gato, un llavero o un colgante que se llevará a casa. Esta clase está diseñada para todos los niveles de habilidad, ¡así que únete a nosotros para aprender una nueva habilidad!

Time: 4-6 pm **Location:** Breckenridge Art District

SEPT

10

JUEVES



CAMINATA POR LA NATURALEZA

Disfruta de una caminata por el bosque para conectarte con tu verdadera naturaleza y potencial. Este evento será una oportunidad para salir al aire libre para compartir con personas y crear conversaciones positivas para apoyar la salud mental y el bienestar. Leslie Glenn durante la caminata ofrecerá paradas para reflexionar, realizar movimiento consciente y meditar para ayudarlo a encontrar claridad, conexión y establecer una intención para la temporada de otoño. Por favor traiga un cuaderno, zapatos apropiados, protector solar, agua y bocadillos.

Time: 9 am-12 pm **Location:** Breckenridge

SEPT

10

JUEVES



ESCALANDO EN SWAN MOUNTAIN

Se invita a los jóvenes de 12 a 20 años de edad a escalar la montaña de Swan. Después de las instrucciones del personal de BOEC, aprenderán a cómo asegurar, atar nudos para escalar y practicar. Esta es una gran oportunidad para aprender los conceptos básicos de escalar y la seguridad a la hora de realizar este deporte. También estarán disponibles herramientas de escalar.

Time: 3:45-6:00 pm **Location:** Swan Mountain

SEPT

16

MIÉRCOLES



HYPE: SUP Y KAYAK

Se invita a los jóvenes de 12 a 20 años de edad a salir al agua. En el lago de BOEC, es un gran lugar para practicar paddle surf y kayak. El lago tiene el tamaño perfecto para salir y relajarse, socializar y estar al aire libre después de la jornada escolar. Tendremos una variedad de tablas y kayaks para que puedan explorar diferentes estilos en este deporte.

Time: 3:45-6:00 pm **Location:** BOEC Griffith Lodge

SEPT

17

JUEVES



ENTRENAMIENTO DE QPR, PARA PREVENIR EL SUICIDIO

Septiembre es el mes de la concientización sobre el suicidio. ¿Sabes qué decir si alguien te dice que esta considerando el suicidio? ¿Sabes cómo profundizar más, si tienes la sensación de que alguien está más que triste o preocupado? ¡Aprenda a salvar una vida! La misión de QPR (Preguntar / Persuadir / Referir) es reducir los comportamientos suicidas y salvar vidas proporcionando una formación innovadora, práctica y probada en la prevención del suicidio.

Time: 6-7:30 pm **Location:** Regístrese en línea para los detalles del entrenamiento por Zoom

SEPT

23

MIÉRCOLES



YOGA AL AIRE LIBRE

Practicar yoga nos ayuda a despejar la mente, ofrece calma y sanación también ayuda a unir la comunidad. Únase a Leslie Glenn y Amy Sabreen en esta clase de una hora diseñada para crear un lugar abierto y seguro para cualquiera que quiera estirarse, respirar y conectar con miembros de la comunidad. Todas las edades y niveles pueden unirse a nosotros. La inscripción abre el 1 de septiembre.

Time: 12:30-2 pm **Location:** Silverthorne

SEPT

29

MARTES



EL HOMBRE CONSCIENTE

Únase a nosotros en un taller único destinado a abordar los problemas que enfrenta el hombre moderno. El evento de este mes cuenta con Drew Mikita, LPC y profesor asociado en CMC. Aprenda formas prácticas de lidiar con el estrés y las frustraciones que enfrenta en la vida diaria. Explore técnicas probadas para relajar su mente, manejar sus sentimientos, desarrollar relaciones saludables, lograr sus metas y hacer crecer su felicidad. Recibirás consejos, métodos y prácticas concretas que te ayudarán de inmediato a sentirte más realizado, feliz y conectado contigo mismo y con todos los que te rodean. *Nota: Este evento es solo para hombres.

Time: 6-7:30 pm **Location:** Regístrese en línea para los detalles de la reunión de Zoom

SEPT

30

MIÉRCOLES



ARTE EXPRESIVO: ASUNTOS DEL CORAZÓN

Dirigido por Kathy Conti, los participantes exploran el papel que juega el arte en la promoción del bienestar personal y la conexión. Cada participante creará una expresión individual del deseo de su corazón que se combinará en un mural de corazón para reflejar quiénes somos como comunidad. En este evento se ofrecerá interpretación en Español.

Time: 6-8 pm **Location:** Silverthorne