



POR LA FORMACIÓN DE NIÑOS Y JÓVENES®
POR UNA VIDA SALUDABLE
POR LA RESPONSABILIDAD SOCIAL

TODOS PERTENECEN EN LA Y



CATÁLOGO DE FOTOS DE LA COMUNIDAD YMCA OF GREATER FORT WAYNE

ÍNDICE

Fortalecer comunidades a través de la formación de niños y jóvenes, una vida saludable y la responsabilidad social

Nuestra misión, nuestra causa	3
Lugares donde brindamos servicios	4
Un vistazo a los establecimientos para miembros.....	5
¿Por qué unirse a la Y?.....	6
Me uní, ¿ahora qué?.....	7
Fechas de sesiones de los programas.....	8
Aplicación móvil de YMCA.....	8
Regístrese para un programa.....	9
Ligas de deportes.....	10, 11
Deportes, juegos y artes marciales	12-14
Programas para adolescentes.....	15
Fitness, entrenamiento, bienestar y educación.....	16-19
Arte, música, danza y gimnasia.....	20-22
Membresía GRATUITA para séptimo grado.....	22
Programas de énfasis cristiano.....	23
Adultos mayores activos	24
Sala de estimulación sensorial.....	24, 25
Programas para la familia	25
Clases de natación y actividades acuáticas	26-30
Viajes de servicio internacionales.....	31
Programas para la comunidad y voluntariado.....	32, 33
Programas inclusivos y de adaptación	34-37
YMCA Camp Potawotami.....	38, 39
Campamento de verano	40, 41
Cuidado de niños y Club de niños, Aprendizaje temprano/preescolar, Antes y después de la escuela	42, 43
Información general y políticas.....	44, 45
Socios de la misión de YMCA.....	46
Bienestar corporativo	46
Código de conducta de YMCA.....	47





Nuestra misión

Poner en práctica los principios cristianos a través de programas que desarrollan la salud del espíritu, la mente y el cuerpo de todos.

Quiénes somos

La Y es la principal organización sin fines de lucro de la nación que está comprometida a fortalecer las comunidades a través de la formación de niños y jóvenes, una vida saludable y la responsabilidad social.

Nuestra causa

En la Y, nuestra causa es fortalecer la comunidad. Cada día, trabajamos junto a nuestros vecinos para asegurarnos de que todos, independientemente de su edad, de sus ingresos o de su origen, tengan la oportunidad de aprender, crecer y progresar.

Nuestro impacto

La Y está, y siempre lo estará, dedicada a alentar el desarrollo de niños, adultos, familias y comunidades sanas, convencidas, conectadas y seguras.

Todos los días, nuestro impacto se manifiesta cuando una persona toma una decisión saludable, cuando un mentor inspira a un niño y cuando una comunidad se une por el bien común.

Cómo lo hacemos

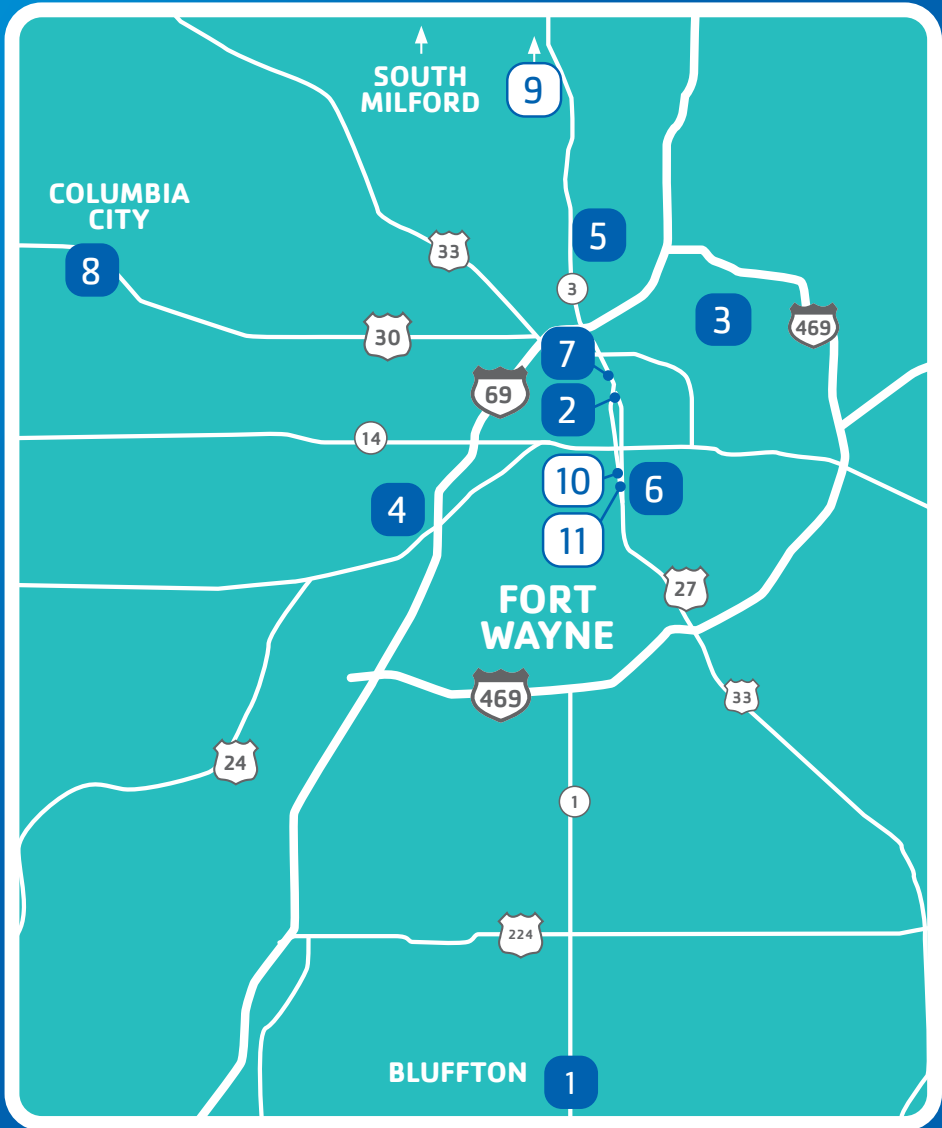
No hay otra organización sin fines de lucro como la Y. Esto se debe a que en 10,000 vecindarios en toda la nación, tenemos la presencia y la alianza para no solo prometer, sino brindar, cambios personales y sociales duraderos.

- La Y tiene presencia local y alcance nacional. Movilizamos a las comunidades locales para efectuar cambios significativos y duraderos.
- La Y se centra en la comunidad. Por casi 165 años, hemos estado escuchando y dando respuesta a sus necesidades.
- La Y une a las personas. Conectamos a personas de todas las edades y orígenes para mejorar la calidad de vida de todos.
- La Y nutre el potencial. Creemos que todos deberían tener la oportunidad de desarrollar la salud del espíritu, la mente y el cuerpo. Inculcamos valores básicos de bondad, honestidad, respeto y responsabilidad, que ayudan a moldear y formar a futuros líderes.



UBICACIONES DE YMCA OF GREATER FORT WAYNE

- 1 CAYLOR-NICKEL FOUNDATION FAMILY YMCA**
550 West Dustman Road
Bluffton, IN 46714
260.565.9622
- 2 CENTRAL BRANCH YMCA**
1020 Barr Street
Fort Wayne, IN 46802
260.422.6486
- 3 JACKSON R. LEHMAN FAMILY YMCA**
5680 YMCA Park Drive W.
Fort Wayne, IN 46835
260.755.4949
- 4 JORGENSEN FAMILY YMCA**
10313 Aboite Center Rd.
Fort Wayne, IN 46804
260.432.8953
- 5 PARKVIEW FAMILY YMCA**
10001 Dawsons Creek Blvd.
Fort Wayne, IN 46825
260.497.9996
- 6 RENAISSANCE POINTE YMCA**
2323 Bowser Avenue
Fort Wayne, IN 46803
260.447.4567
- 7 SKYLINE YMCA**
838 South Harrison Street
Fort Wayne, IN 46802
260.755.4900
- 8 WHITLEY COUNTY FAMILY YMCA**
950 East Van Buren Street
Columbia City, IN 46725
260.244.9622



- 9 YMCA CAMP POTAWOTAMI**
7255 East 700 South
Wolcottville, IN 46795
260.351.2525
- 10 YMCA CHILD CARE SERVICES**
1025 W. Rudisill Blvd, Box #7
Fort Wayne, IN 46807
260.449.8464
- 11 YMCA YOUTH SERVICE BUREAU**
3701 South Calhoun Street
Fort Wayne, IN 46807
260.449.7511

Ser miembro de YMCA incluye las 8 ubicaciones de la membresía.

UN VISTAZO A LOS ESTABLECIMIENTOS PARA MIEMBROS

CAYLOR-NICKEL FDN. FAMILY YMCA 260.565.9622	CENTRAL BRANCH YMCA 260.422.6486	JACKSON R. LEHMAN FAMILY YMCA 260.755.4949	JORGENSEN FAMILY YMCA 260.432.8953	PARKVIEW FAMILY YMCA 260.497.9996	RENAISSANCE POINTE YMCA 260.447.4567	SKYLINE YMCA 260.755.4900	WHITLEY COUNTY FAMILY YMCA 260.244.9622
---	-------------------------------------	--	---------------------------------------	--------------------------------------	---	------------------------------	---

CENTRO DE BIENESTAR

Equipo cardiovascular	•	•	•	•	•	•	•
Pesas libres	•	•	•	•	•	•	•
Equipo de fitness de adaptación	•	•	•	•	•	•	•

SERVICIOS DE LAS INSTALACIONES

Campos deportivos	•		•	•	•	•	•
Capilla	•	•	•	•	•		
Pared de escalada				•	•		
Laboratorio de computadoras					•		
Centro de aprendizaje temprano	•						•
Estudio de danza	•	•	•	•	•	•	•
Vestuarios universales	•	•	•	•	•	•	•
Sala de juegos	•		•	•	•	•	•
Salas de ejercicios grupales	•	•	•	•	•	•	•
Gimnasio	•	•	•	•	•	•	•
Pista cubierta		•	•	•	•		•
Área de juegos para niños			•	•	•		
Sala de música					•		
Canchas de ráquetbol		•			•		
Sauna	•	•	•	•	•		•
Sala de estimulación sensorial	•		•	•			
Baño de vapor		•	•	•	•		•
Cocina de enseñanza			•	•			
Sendero para caminata	•		•	•	•		•
Piscina de hidromasaje	•	•		•	•		

PARQUE ACUÁTICO/PISCINA DE CHAPOTEO

Piscinas cubiertas	•	•	•	•	•	•	•
Piscinas exteriores				•			
Piscina de chapoteo					•	•	

• Ubicado en los Centros de Salud Privados de la Sucursal Central (Central Branch), tienen un cargo mensual adicional.

• Se puede acceder a través del área de poca profundidad o de una silla elevadora.

Para ver una lista completa de los servicios y los horarios de atención de nuestra sede, visite www.fwymca.org/locations o nuestra sede local.



¿POR QUÉ UNIRSE A LA Y?

Cuando se une a la Y, no es simplemente un miembro de un establecimiento; **es parte de algo más grande.** Usted es parte de una organización impulsada por una causa que es mucho más profunda que una piscina. Con el compromiso compartido de fomentar el potencial de los niños, mejorar la salud y el bienestar y brindar apoyo a nuestros vecinos, la Y le da la oportunidad de alcanzar su potencial.

Somos una comunidad. Rodeado de nuevos amigos y un equipo atento e informado, puede cultivar su espíritu, mente y cuerpo de formas que nunca había imaginado.

No somos una organización con fines de lucro. Las donaciones a la Y ayudan a eliminar las barreras financieras para que más niños, adultos y familias se puedan unir. Su apoyo hace que la Y sea accesible a aquellos que desean participar pero no pueden pagar el costo de la membresía y los programas.

COMO MIEMBRO DE LA Y, USTED RECIBE:

- Acceso ilimitado a las ocho ubicaciones en los condados de Allen, Whitley y Wells
- Participación ilimitada en miles de clases de ejercicio grupales gratuitas como yoga, pilates, Zumba®, Bootcamp (entrenamientos intensivos), ciclismo y aeróbica acuática para todos los niveles de estado físico
- Cuidado gratuito para niños inscritos en una membresía activa mientras sus padres estén en la Y. Cuidado de niños: desde las 6 semanas hasta los 11 años; Club de niños: de 6 a 11 años
- Controles y programas de orientación gratuitos de salud y bienestar
- Programa de aranceles reducidos y registro de prioridad para programas deportivos, clases de natación, campamentos de día y mucho más
- La membresía en toda la nación permite a los miembros de la Y visitar cualquier YMCA participante en los Estados Unidos



ME UNÍ A LA Y. ¿AHORA QUÉ?

Concurrir a una recepción de miembro nuevo

¡Aproveche todos los beneficios de su membresía! Regístrese en nuestra recepción de miembro nuevo gratuita de 30 minutos. Lo ayudaremos a descubrir los diferentes programas que ofrecemos.

Tras finalizar la recepción, recibirá una tarjeta de recompensa de la Y. Pase por el mostrador de recepción para obtener más información sobre las próximas fechas de recepción.

Registrarse en Bienestar de por vida

Nuestro programa de entrenamiento gratuito Wellness for Life (Bienestar de por vida) lo conecta con un entrenador de bienestar capacitado para ayudarlo en su búsqueda de una vida saludable. Nuestro personal capacitado y alentador lo guiará por el proceso de fijar sus metas y le brindará herramientas y recursos que lo ayudarán en su camino hacia el bienestar. Tras finalizar el programa, recibirá una tarjeta de recompensa de la Y. Pase por el mostrador de Bienestar para registrarse.

Programar una orientación en el Centro de bienestar

¿No está seguro de dónde empezar en el Centro de bienestar? Haga un recorrido y obtenga un panorama general de los equipos de resistencia y cardiovasculares disponibles. Pase por el mostrador de recepción para registrarse. ¿Tiene hijos de entre 11 y 14 años? Pregunte acerca de YouthFit (Ejercicio para jóvenes). (Consulte las páginas 18 y 19).

¿Tiene preguntas? Envíelas por correo electrónico a HereForYou@fwymca.org y detalle la sede que visitará más veces así podemos ayudarlo.

LA ASISTENCIA FINANCIERA HACE QUE LA Y ESTÉ DISPONIBLE PARA TODOS.

Para solicitar la asistencia financiera, complete el formulario de solicitud que puede descargar en fwymca.org/financial-assistance. Reúna todos los documentos de la siguiente lista que correspondan a su situación: los últimos 30 días de ingresos para todos los asalariados, verificación de asistencia gubernamental, documentos del seguro social, otras fuentes de ingresos, prueba de desempleo u órdenes judiciales que verifiquen la manutención infantil. Acerque los documentos y la solicitud a la recepción en cualquier Y en los condados de Allen, Whitley o Wells. ¿Tiene preguntas? Envíelas por correo electrónico a HereForYou@fwymca.org.

REGISTRO en LOS PROGRAMAS



SESIONES DE LOS PROGRAMAS

Invierno I

Invierno II

Primavera

Verano I

Verano II

Otoño I

Otoño II

¡Escanee aquí para suscribirse y recibir mensajes de correo electrónico de la Y!



Para ver sesiones o fechas de registro de un programa específico, visite fwymca.org/SessionInfo o acérquese a su sede local.

APLICACIÓN MÓVIL DE YMCA

La aplicación móvil de YMCA le ofrece diversas y excelentes funciones que le van a encantar.

- **Tarjeta digital de membresía de YMCA**
Use su smartphone para escanearla en la Y.
- **Cronogramas de ejercicios grupales y otra información**
Acceda a miles de cronogramas de clases de ejercicios grupales, además de los calendarios de las piscinas, gimnasios, cuidado de niños y club de niños.
- **Registro en los programas**
Ahorre tiempo usando la aplicación para registrarse en los programas.
- **Notificaciones push**
Reciba alertas sobre los cierres y las cancelaciones.
- **Entrenamientos y centro de metas**
Haga un seguimiento de sus entrenamientos y registre los progresos hacia sus metas de aptitud física.

Vea sus logros de aptitud física. Conéctese con otros miembros y aliéntelos.



Escanee aquí para descargarla ahora mismo.



fwymca.org/app

REGÍSTRESE EN UN PROGRAMA:

EN PERSONA:

Acérquese a su sede local y el personal del mostrador de recepción lo ayudará a comenzar. Para usar cupones de crédito u otros descuentos, regístrese en persona en el mostrador de recepción en cualquier sede de los condados de Allen, Whitley o Wells.

POR INTERNET:

1. Vaya a fwymca.org/register
2. Haga clic en **Login**.
3. Cree una cuenta o inicie sesión.
4. Encuentre un programa, haga clic en **Register**.

APLICACIÓN MÓVIL DE YMCA

1. Vaya a fwymca.org/app para descargar la aplicación de YMCA
2. Haga clic en el icono de Program Registration.
3. Busque el programa al que desea registrarse y haga clic en el botón **Register** ubicado en la parte inferior.
4. Cree una cuenta en línea o inicie sesión.

Algunos programas se llenan, por lo que es importante el registro anticipado.

Consulte Program Schedules para ver los horarios, las fechas, la disponibilidad y las descripciones.



Visite fwymca.org para ver los horarios de los programas o llévese de la sede una copia específica del lugar.



ALENTAR EL TRABAJO EN EQUIPO

LIGAS DE DEPORTE

"Me gustan los valores, me gusta el nivel de juego y seguridad y me gusta que se sienta como una familia. ¡Los niños siempre hacen grandes amigos!"

Los deportes para jóvenes en la Y son el punto de partida para muchos chicos para que aprendan la importancia de ser activos y desarrollar hábitos saludables que los beneficiarán en la vida. Ya sea para ganar la confianza que proviene del aprendizaje de una nueva habilidad o para construir relaciones positivas que conducen a un buen espíritu deportivo y al trabajo en equipo, participar en los deportes de la Y se trata de fomentar los valores fundamentales y ayudar a los niños a alcanzar su pleno potencial.



LIGAS DE DEPORTE DE YMCA

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

	NOMBRE DE LA LIGA	LOS GRADOS VARIAN*	SEDES
PREESCOLAR	Coach Pitch Baseball (béisbol)	Prejardín	Jorgensen
	Flag Football (fútbol)	Prejardín	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Floor Hockey (hockey sala)	Prejardín	Caylor-Nickel
	Soccer (fútbol americano)	Prejardín	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Youth Basketball (Baloncesto juvenil)	Prejardín	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
EDAD ESCOLAR	Coach Pitch Baseball (Béisbol)	De jardín a 2.º grado	Jorgensen
	Flag Football (Fútbol)	De jardín a 6.º grado	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Floor Hockey (Hockey sala)	De jardín a 5.º grado	Caylor-Nickel
	Soccer (Fútbol americano)	De jardín a 6.º grado	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Volleyball (Vóleibol)	De 2.º a 6.º grado	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Youth Basketball (Baloncesto juvenil)	De jardín a 6.º grado	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
ADOLESCENTES	High School Winter Basketball (Baloncesto de invierno para escuela secundaria)	De 9.º a 12.º grado	Jorgensen
	Soccer (Fútbol americano)	De 7.º a 8.º grado	Caylor-Nickel, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Volleyball (Vóleibol)	De 7.º a 8.º grado	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Youth Basketball (Baloncesto juvenil)	De 7.º a 8.º grado	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
ADULTOS	Adult Basketball (Baloncesto para adultos)	Más de 18 años	Jorgensen, Whitley
	Pickleball	Más de 19 años	Jorgensen

APOYADO POR:



DESARROLLAR EL CARÁCTER



DEPORTES,
JUEGOS
Y ARTES
MARCIALES

*"Mi hija
creció como
atleta y como persona
desde que participa en los
programas deportivos de YMCA.
El entrenador voluntario ha
realizado un trabajo increíble
en ayudarla a aprender el
deporte y a desarrollar
su carácter."*



DEPORTES, JUEGOS Y ARTES MARCIALES

Las descripciones del programa se pueden encontrar en la página 14 de Deportes, juegos y artes marciales

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

Para Deportes, juegos y artes marciales de adaptación, ver páginas 35-37

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARIAN*	SEDES
PREESCOLAR	Homeschool PE (Educación física para niños con escolarización casera)	De 3 a 5 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Martial Arts (Artes marciales)	5 años	Jorgensen, Parkview, Jackson Lehman
	Soccer (Fútbol americano)	Prejardín	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
EDAD ESCOLAR	Basketball Fundamentals & Conditioning (Conceptos y acondicionamiento de baloncesto)	Grados 4 a 6	Jorgensen, Renaissance Pointe
	ESports (Deportes electrónicos)	De 11 a 12 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Homeschool PE (Educación física para niños con escolarización casera)	De 6 a 11 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Intro to Triathlon (Introducción al triatlón)	De 7 a 12 años	Jorgensen
	Martial Arts (Artes marciales)	De 6 a 12 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Race Training Programs (Programas de entrenamiento para carreras)	De 6 a 12 años	Jorgensen, Parkview
	Running (Cross Country/Running Club/Track Conditioning) (campo a través/club de running/ acondicionamiento de pista)	Grados 2 a 6	Jorgensen, Parkview
	Volleyball Skills & Fundamentals (Habilidades y conceptos de vóleybol)	De 8 a 12 años	Renaissance Pointe
ADOLESCENTES	Basketball Fundamentals & Conditioning (Conceptos y acondicionamiento de baloncesto)	Grados 7 a 8	Jorgensen
	ESports (Deportes electrónicos)	De 13 a 18 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	High School Basketball (Baloncesto para escuela secundaria)	Grados 9 a 12	Jorgensen
	Homeschool PE (Educación física para niños con escolarización casera)	De 13 a 18 años	Caylor-Nickel, Jorgensen, Parkview
	Intro to Triathlon (Introducción al triatlón)	De 13 a 18 años	Jorgensen
	Late Night Basketball (Baloncesto de noche)	De 16 a 18 años	Renaissance Pointe
	Martial Arts (Artes marciales)	De 13 a 18 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Pick Up Indoor Soccer (Fútbol sala amateur)	De 17 a 18 años	Central
	Pickleball	De 13 a 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Race Training Programs (Programas de entrenamiento para carreras)	De 13 a 18 años	Jorgensen, Parkview
	Running (Cross Country/Running Club/Track Conditioning) (campo a través/club de running/ acondicionamiento de pista)	Grados 7 a 8	Jorgensen, Parkview
	Teen Drop-in Volleyball (Vóleybol para adolescentes sin cita previa)	Grados 7 a 12	Jackson Lehman, Parkview
	Volleyball Skills & Fundamentals (Habilidades y conceptos de vóleybol)	De 13 a 15 años	Renaissance Pointe

DEPORTES, JUEGOS Y ARTES MARCIALES CONTINUACIÓN

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES Y LOS GRADOS VARÍAN*	SEDES
ADULTOS	Adult Climb (Escalada para adultos)	Más de 18 años	Jorgensen, Parkview
	Adult Pick Up Badminton (Partidos de bádminton para adultos)	Más de 18 años	Jorgensen, Parkview
	Adult Pick Up Basketball (Partidos de basquetbol para adultos)	Más de 18 años	Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Adult Pick Up Indoor Soccer (Fútbol sala amateur para adultos)	Más de 18 años	Central
	Adult Pick Up Volleyball (Partidos de vóleybol para adultos)	Más de 18 años	Central, Jackson Lehman, Parkview
	Late Night Basketball (Baloncesto de noche)	De 18 a 26 años	Renaissance Pointe
	Martial Arts (Artes marciales)	Más de 18 años	Jackson Lehman
	Pickleball	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Race Training Programs (Programas de entrenamiento para carreras)	Más de 18 años	Jorgensen, Whitley

DEPORTES, JUEGOS Y ARTES MARCIALES: DESCRIPCIONES DE LOS PROGRAMAS

Adult Climb (Escalada para adultos): La pared de escalada se reserva a miembros e invitados de más de 18 años.

Adult Pick Up Basketball/Badminton/Indoor Soccer/Volleyball (Baloncesto, bádminton, fútbol sala y vóleybol para adultos): Partidos informales de baloncesto, bádminton, fútbol sala y vóleybol.

Basketball Fundamentals & Conditioning (Conceptos y acondicionamiento de baloncesto): El programa se enfoca en desarrollar las bases del baloncesto, los fundamentos y la diversión.

ESports (Deportes electrónicos): Los deportes electrónicos, o Esports, son competiciones de videojuegos organizadas, en línea y con múltiples jugadores. Son una de las tendencias de más rápido crecimiento para la participación de los jóvenes. A través del programa Esports de Y, los adolescentes pueden mostrar como son, lograr la excelencia en lo que aman, y desarrollar las habilidades sociales, estratégicas y de resolución de problemas necesarias para convertirse en adultos prósperos, todo ello en un ambiente seguro, moderado e inclusivo.

High School Basketball (Baloncesto para escuelas secundarias): Liga cinco contra cinco de la escuela secundaria. Forme su propio equipo y juegue contra otros equipos de secundaria.

Homeschool PE (Educación física para niños con escolarización casera): Clase de educación física (gimnasia y piscina) con la posible adición de artes para niños con escolarización casera.

Intro to Triathlon (Introducción al triatlón): Este programa inicia a los participantes en el mundo del entrenamiento multideporte y de triatlones. Al final de la temporada, los participantes competirán en un minitriatlón de interiores con otros participantes de su grupo de edad.

Late Night Basketball (Baloncesto de noche): Se centra en brindar a los adolescentes y adultos jóvenes un entorno positivo y seguro, mientras se los expone a mucho más que baloncesto.

Martial Arts (Karate, Hung Ga, Tang Soo Do, Judo) (Artes marciales [Karate, Hung Ga, Tang Soo Do, Judo]): El objetivo es inculcar una pasión en los participantes por la disciplina mental, física y espiritual.

Pickleball: Un deporte de raqueta que combina elementos de bádminton, tenis y tenis de mesa es la forma perfecta de hacer ejercicio sin sobrecargar el cuerpo.

Race Training Programs (Programas de entrenamiento para carreras): Una variedad de programas que se encuentran disponibles durante el año y se enfocan en un objetivo.

Running (Cross Country/Running Club/Track Conditioning) (Running [campo a través/club de running/acondicionamiento de pista]): Estos programas ayudan a los participantes a trabajar en su resistencia y les enseñan los conceptos básicos.

Soccer (Fútbol): La clínica de fútbol para padres e hijos de YMCA es un programa de introducción para niños de 3 a 4 años de edad. Este programa durará 4 semanas, durante las cuales los participantes tendrán la oportunidad de aprender los conceptos básicos del fútbol y partidos en un ambiente de diversión no competitivo.

Teen Drop-in Volleyball (Vóleybol para adolescentes sin cita previa): Juegos de vóleybol informales.

Volleyball Skills & Fundamentals (Habilidades y conceptos de vóleybol): Los participantes aprenderán los conceptos del vóleybol, incluso las habilidades, ejercicios y juegos.

APOYADO POR:

NUCOR®

HACER CONEXIONES

A través de las actividades de YMCA para adolescentes, la juventud está cultivando los valores, las habilidades y las relaciones que conducen a comportamientos positivos, mejor salud y logros educativos.



PROGRAMAS PARA ADOLESCENTES

NOMBRE DEL PROGRAMA PARA ADOLESCENTES	LAS EDADES Y LOS GRADOS VARÍAN*	SEDES
Afterschool In Motion (AIM) (En movimiento después de la escuela)	Grados 6 a 8	Jorgensen
Cooking Classes (Clases de cocina)	Grados 6 a 12	Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
Friday Night Live/Saturday Night Fever (Noche de viernes en vivo/Fiebre de sábado por la noche)	Grados 6 a 12	Renaissance Pointe, Jorgensen
Late Night Basketball (Baloncesto de noche)	De 16 a 25 años	Renaissance Pointe
Miss Independent (Niñas independientes)	Grados 6 a 12	Central
Safe Sitter Babysitting Class (Clase de seguridad en el cuidado de niños)	De 11 a 14 años	Caylor-Nickel, Jorgensen, Parkview, Whitley
SOS Achievers (Triunfadores de SOS)	Grados 6 a 12	Renaissance Pointe
TASS The After School Spot (El lugar TASS después de la escuela)	Grados 6 a 12	Renaissance Pointe
Teen Leaders Club (Club de líderes adolescentes)	Grados 6 a 12	Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
Teen Takeover (El momento de los adolescentes)	De 11 a 18 años	Jorgensen
YMCA Youth and Government (Juventud de YMCA y gobierno)	Grados 7 a 12	Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
Youth Chef Academy (Academia de chefs para adolescentes)	De 11 a 18 años	Parkview

DESCRIPCIONES DE LOS PROGRAMAS PARA ADOLESCENTES

Afterschool In Motion (AIM) (En movimiento después de la escuela): Este programa extracurricular les da a los estudiantes la libertad de elegir entre una variedad de actividades, con apoyo de tareas disponibles.

Cooking Classes (Clases de cocina): Clases instructivas para enseñar a los participantes a cocinar y hornear y poder ayudar en la cocina.

Friday Night Live/Saturday Night Fever (Noche de viernes en vivo/Fiebre de sábado por la noche): Una experiencia social interactiva para involucrarse en deportes, videojuegos, música y más.

Late Night Basketball (Baloncesto de noche): Se centra en brindar a los adolescentes y adultos jóvenes un entorno positivo y seguro, mientras se los expone a mucho más que baloncesto.

Miss Independent (Niñas independientes): Este programa de empoderamiento para niñas de ocho semanas promueve la confianza, el conocimiento y la hermandad y, a la vez, explora quiénes somos y cómo pueden ser la mejor versión de sí mismas.

Safe Sitter Babysitting Class (Clase de seguridad en el cuidado de niños): Enseña a niñeras potenciales cómo cuidar a los niños. Da conceptos básicos de reanimación cardiopulmonar general para bebés y niños, primeros auxilios y más.

SOS Achievers (Triunfadores de SOS): Este programa de preparación para la universidad ofrece talleres para estudiantes y padres, visitas a la universidad, oportunidades de voluntariado y pasantías, así como oportunidades de períodos de observación profesional.

TASS The After School Spot (El lugar TASS después de la escuela): Ofrece apoyo académico, aprendizaje en servicio y desarrollo de habilidades para la vida. Las actividades de ocio van desde artes culinarias hasta baile hip hop.

Teen Leaders Club (Club de líderes adolescentes): Se centra en el desarrollo del liderazgo, el servicio a los demás, la responsabilidad social y el crecimiento personal.

Teen Takeover (El momento de los adolescentes): Los adolescentes asisten a YMCA después de horas. ¡Baloncesto, vóleybol y videojuegos, además de pizza y refrigerios!

YMCA Youth and Government (Juventud de YMCA y gobierno): Brinda a los jóvenes de la escuela secundaria la oportunidad de estudiar y debatir temas públicos, experimentar la rama judicial de nuestro gobierno estatal, redactar legislación y mucho más.

Youth Chef Academy (Academia de chefs para jóvenes): Aprenda lo básico para cocinar comidas rápidas y sencillas. Lecciones sobre utensilios de cocina, seguridad, limpieza y lectura de ingredientes.





ESTIMULAR HÁBITOS SALUDABLES

FITNESS,
ENTRENAMIENTO,
BIENESTAR Y
EDUCACIÓN

"Comencé a alimentarme de manera más saludable y mi estado físico mejoró. Aprendí a tomar mejores decisiones sobre mi tiempo y cómo utilizarlo. ¡Mi entrenadora es increíble! Realmente me ayudó con mi dieta y a mejorar mi salud en general."



FITNESS, ENTRENAMIENTO, BIENESTAR Y EDUCACIÓN

Estar saludable significa más que simplemente ser físicamente activo. Se trata de mantener un espíritu, una mente y un cuerpo equilibrados. En la Y, no se trata tanto de la actividad que elija sino de los beneficios de vivir de manera más saludable tanto por dentro como por fuera.

En la página 19, se pueden encontrar descripciones de las clases de fitness, entrenamiento, bienestar y educación.

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

	NOMBRE DE LA CLASE/DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARÍAN*	SEDES
FITNESS	Group Exercise (Ejercicio grupal) (ver a continuación) ¡GRATUITO!	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Todas
	Corporate Challenge (Desafío corporativo)	Más de 18 años	Central, Whitley
	eGym (Entrenamiento inteligente) ¡GRATUITO!	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Skyline, Jorgensen
	Express Workout LifeFitness Resistance (Entrenamiento exprés de resistencia LifeFitness)	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Whitley
	Healthy Events & Challenges (Eventos y desafíos saludables)	Todas	Todas
	Precor Workout Tracking System (Sistema de seguimiento del entrenamiento Precor) ¡GRATUITO!	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Jackson Lehman, Skyline
	Queenax/Synergy (Sinergia) ¡GRATUITO!	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Skyline, Jackson Lehman, Jorgensen
	Walk/Run/Swim Race Events (Eventos de competición: caminar/correr/nadar)	Todas	Todas

Las clases de **Group Exercise (Ejercicio grupal)** son una excelente manera de conocer gente, impulsar su motivación y hacer distintos tipos de entrenamientos. Ejercite el corazón y los pulmones, mejore la fuerza muscular, explote la pista de baile o concéntrese en la salud de su mente y cuerpo.



Obtenga cronogramas, notificaciones y actualizaciones de los establecimientos. Escanee este código QR para descargar nuestra aplicación móvil de YMCA GRATUITA.

O visite: fwymca.org/app



Clases de Group Exercise (Ejercicio grupal) ¡GRATUITO! (Solo para miembros) Una manera divertida de mantenerse motivado y alcanzar sus metas personales de acondicionamiento físico. En lugar de saltar en una máquina o salir a correr, reúna a algunos amigos y haga ejercicio moviéndose al ritmo de sus canciones favoritas. Instructores capacitados dirigen el entrenamiento mediante una variedad de combinaciones de movimientos que ejercitan sus músculos mientras se divierte al mismo tiempo. Ya sea kick-boxing, yoga, ciclismo o Zumba®, elija algo que le guste y únase al grupo. Muchos instructores ofrecen adaptaciones para principiantes para que cualquiera pueda beneficiarse independientemente de su nivel de condición física.

Las clases pueden ser, entre otras: equilibrio y coordinación, danza del vientre, Body Blast, Boot Camp, Core 15, Core 30, ciclismo, Flex N Stretch, kick boxing, danza en línea, pilates, Piloxing®, PiYo®, Pound, entrenamiento en circuitos Queenax, RIP, RX Fitness, SilverSneakers®, Step N Sculpt, Tabata, Tabata Shred, T-N-T (tensar y tonificar), TRX®, Turbokick®, Y-Cycle, yoga, Yopalates, Zumba®, Zumba® coreografía, Zumba® Gold, Zumba® Toning, aeróbica acuática, Bootcamp de exteriores.

FITNESS, ENTRENAMIENTO, BIENESTAR Y EDUCACIÓN

CONTINUACIÓN

*Los grados y las edades varían según la sede.
Consulte con su sede para más información.

Para la clase de Adaptive Wellness (bienestar adaptativo), consulte las páginas 35-37.

	NOMBRE DE LA CLASE/DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARÍAN*	SEDES
ENTRENAMIENTO	Personal & Group Training (Entrenamiento personal y grupal)	Más de 18 años	Todas
	Lifeguarding Class (Clase de guardavidas)	Más de 15 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview
	Safety Course CPR/First Aid/AED (Curso de seguridad de reanimación cardiopulmonar/primeros auxilios/desfibrilador externo automático)	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	YouthFit (Ejercicio para jóvenes) ¡GRATUITO!	De 11 a 14 años	Todas
BIENESTAR	Blood Pressure Screenings (Controles de presión arterial) ¡GRATUITO!	Más de 18 años	Todas
	Blood Pressure Self Monitoring Program (Programa de autocontrol de la presión arterial)	Más de 18 años	Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Skyline, Whitley
	Body Composition Analysis (Análisis de la composición del cuerpo) ¡GRATUITO!	Más de 18 años	Todas
	Enhance Fitness (Mejora de la aptitud física) ¡GRATUITO!	Más de 55 años	Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Fitness Assessments (Evaluaciones de la aptitud física) ¡GRATUITO!	Más de 18 años	Todas
	LIVESTRONG® en la YMCA ¡GRATUITO!	Más de 18 años	Central, Jackson Lehman, Renaissance Pointe, Parkview, Jorgensen, Whitley
	Monthly Health Screenings (Controles de salud mensuales) ¡GRATUITO!	Más de 18 años	Jorgensen
YMCA Diabetes Prevention Program (Programa de prevención de la diabetes de YMCA)	Más de 18 años	Los lugares pueden variar	
EDUCACIÓN	Spanish (Español)	Más de 16 años	Central, Jorgensen, Parkview
	English as a Second Language (Inglés como segunda lengua) ¡GRATUITO!	Más de 16 años	Central, Jorgensen
	Cooking Classes (Clases de cocina)	Más de 3 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Youth Chef Academy (Academia de chefs para adolescentes)	De 11 a 18 años	Parkview

LA Y ESTÁ CONTRATANDO, ¡ÚNASE A NUESTRO EQUIPO!

- Membresía para empleados de Y
- Horario laboral flexible
- Programa de bienestar para empleados
- Programas de YMCA con descuento

fwymca.org/jobs



ESCANEE PARA CONSULTAR
LOS PUESTOS LABORALES
DISPONIBLES



FITNESS, ENTRENAMIENTO, BIENESTAR Y EDUCACIÓN: DESCRIPCIONES DE LOS PROGRAMAS

Blood Pressure Screenings (Controles de la presión arterial): Controles GRATUITOS de la presión arterial.

Blood Pressure Self Monitoring Program (Programa de autocontrol de la presión arterial): Los participantes trabajan con embajadores entrenados de corazón sano en un programa de 4 meses.

Body Composition Analysis (Análisis de la composición del cuerpo): Esta evaluación individual mide la frecuencia cardíaca en reposo, la presión arterial, la composición corporal, la resistencia cardiovascular, la fuerza y resistencia muscular y la flexibilidad.

Cooking Classes (Clases de cocina): Aprenda nuevas recetas y disfrute de una deliciosa comida. Puede incluir clases como Entradas sabrosas, Pruebe el mundo con poco presupuesto, Ensaladas sensacionales y Comidas rápidas y fáciles.

Corporate Challenge (Desafío corporativo): Lleve lo mejor de su equipo a varias competencias atléticas con otras compañías locales.

eGym (Entrenamiento inteligente): Un sistema de entrenamiento en circuito de 8 ejercicios que se ajusta a sus objetivos y progreso. Este sistema le permitirá realizar un seguimiento de los entrenamientos, realizar pruebas de fuerza, determinar los desequilibrios musculares y la edad biológica.

English as a Second Language (Inglés como segunda lengua): Los participantes aprenderán vocabulario básico y frases usando el idioma inglés. El cuidado de los niños se proporciona a petición.

Enhance Fitness (Mejora de la aptitud física): Un programa de manejo de la salud y la artritis basado en la tercera edad que se enfoca en aumentar la resistencia cardiovascular, la fuerza, el equilibrio y la flexibilidad.

Express Workout LifeFitness Resistance (Entrenamiento exprés de resistencia LifeFitness): Este entrenamiento está diseñado para aquellos que están de paso o para alguien que desee incorporar un entrenamiento de cuerpo entero en menos de treinta minutos. Este entrenamiento en circuito incorpora máquinas y un temporizador para iniciar y detener cada ejercicio.

Fitness Assessments (Evaluaciones de la aptitud física): Una serie de ejercicios que ayudan a evaluar la salud general y el estado físico de una persona.

Group Exercise (Ejercicio grupal): Consulte la página 17.

Healthy Events & Challenges (Eventos y desafíos de salud): Varios eventos que incluyen Turkey Trot (Trote de pavo), triatlón, Rat Race (Carrera de la rata), Strength Challenge (Desafío de resistencia), Power Lifting (Levantamiento de pesas), etc. Los eventos, las edades y las sedes varían.

Lifeguarding Class (Clase de guardavidas): El propósito del curso de salvavidas de la Cruz Roja Americana es ofrecer a los participantes de nivel inicial el conocimiento y las habilidades para prevenir, reconocer y responder ante emergencias acuáticas y proporcionar atención para emergencias cardíacas y respiratorias, lesiones y enfermedades repentinas hasta que el personal médico de emergencia se haga cargo de la situación.

LIVESTRONG® at the YMCA (LIVESTRONG® en YMCA): Este programa gratuito de 12 semanas cubre las necesidades de los adultos con cáncer antes, durante y después del tratamiento. Los sobrevivientes de cáncer dejan en segundo plano la enfermedad para recuperar el bienestar en espíritu, mente y cuerpo.

Monthly Health Screenings (Controles de salud mensuales): Los servicios pueden incluir exámenes de pie y tobillo, exámenes quiroprácticos y evaluaciones de bienestar.

Personal & Group Training (Entrenamiento personal y grupal): Este programa es para aquellos que están empezando a incorporar el ejercicio y la Y en su estilo de vida o para aquellos miembros que buscan expandir sus rutinas actuales.

Precor Workout Tracking System (Sistema de seguimiento del entrenamiento Precor): Caminadoras, elípticas y bicicletas que brindan una experiencia de fitness personalizada diseñada para ayudarle a alcanzar sus objetivos. Con el sistema Preva, puede establecer sus metas semanales basadas en la distancia, el tiempo y las calorías quemadas, y podrá hacer un seguimiento de su progreso semanal.

Queenax: El sistema Queenax combina un aparato colgante o de suspensión con varias estaciones, similar al que se puede encontrar en un parque infantil, las cuales permiten los métodos de entrenamiento más modernos.

Synergy (Sinergia): Un dispositivo de entrenamiento que combina la estabilización y el movimiento dinámico, a través de una fuerza única e innovadora de alta intensidad y movimientos cardiovasculares, junto con la tecnología de fuerza fluida de la sinergia.

Safety Course CPR/First Aid/AED (Curso de seguridad de reanimación cardiopulmonar/primeros auxilios/desfibrilador externo automático): Los cursos están diseñados para cualquier persona, desde el público en general hasta los socorristas profesionales.

Spanish (Español): La clase de español conversacional es perfecta para cualquier persona que desee aprender español por primera vez.

Walk/Run/Swim/Race Events (Eventos de competición caminar/correr/nadar): Incluye eventos como Turkey Trot (Trote de pavo), The Spirit, Mind, Body Triathlon (Triatlón de espíritu, mente y cuerpo), Race Series (Serie de carreras), clubs de running y desafíos de bienestar.

YMCA Diabetes Prevention Program (Programa de prevención de la diabetes de YMCA): En un entorno de aula, un entrenador de estilo de vida capacitado facilitará a un pequeño grupo de participantes el aprendizaje de una alimentación más saludable, actividad física y otros cambios de comportamiento.

Youth Chef Academy (Academia de chefs para jóvenes): Los estudiantes aprenderán lo básico para cocinar comidas rápidas y sencillas. Lecciones sobre utensilios de cocina, seguridad, limpieza y lectura de ingredientes.

YouthFit (Ejercicio para jóvenes): Un entrenador de bienestar enseña el uso adecuado de los equipos y las pautas básicas de ejercicio para manejar equipos de entrenamiento de fuerza. Antes de usar el Centro de bienestar, es necesario completar este programa.

APOYADO POR:



PHP



FELGER HART, INC.

DESPERTAR LA PASIÓN



ARTE, MÚSICA,
DANZA Y
GIMNASIA

"¡Ver a mi hija ganar confianza mientras aprende nuevas habilidades en gimnasia no tiene precio! Siempre estamos deseosas de volver a la Y."



ARTE, MÚSICA, DANZA Y GIMNASIA

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

Las descripciones de las clases se pueden encontrar en la página 22 de Arte, música, danza y gimnasia.

Para las clases de Adaptive Dance (Danza adaptada), consulte las páginas 34-37

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARÍAN*	SEDES	
INFANTES Y PREESCOLAR	Ballet (Danza)	De 3 a 5 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe	
	Gymnastics - Preschool, Bodies in Motion (Gimnasia - Preescolar, Cuerpos en movimiento)	De 3 a 5 años	Jackson Lehman, Parkview, Jorgensen, Whitley	
	Parent & Child Gymnastics (Gimnasia para padres e hijos)	De 6 meses a 3 años	Jackson Lehman, Parkview, Jorgensen, Whitley	
	Music Lessons (Clases de música)			
	Guitar (Guitarra)	5 años	Parkview	
EDAD ESCOLAR	Ballet (Danza)	De 6 a 12 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe	
	Cheerleading (Animación)	Desde jardín hasta 8.º grado	Jackson Lehman, Jorgensen	
	Gymnastics - School Age (Gimnasia - Edad escolar)	De 6 a 12 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley	
	Integrative Arts (After School Program) (Artes de integración [Programa extracurricular])	6º grado	Child Care, Renaissance Pointe	
	Jazz	De 6 a 12 años	Jorgensen	
	Mexican Folkloric Dance (Danza folclórica mexicana)	Todas	Renaissance Pointe	
	Music Lessons (Clases de música)			
		Guitar (Guitarra)	De 6 a 12 años	Parkview
		Piano	De 6 a 12 años	Parkview
		Private and Group Music Instruction (Instrucción musical privada y grupal)	De 5 a 12 años	Renaissance Pointe
		String (Bass, Cello, Viola, Violin) (Cuerdas [bajo, violonchelo, viola, violín])	Más de 8 años	Parkview
		Ukulele (Ukelele)	De 6 a 12 años	Parkview
ADOLESCENTES	Adult Dance (Danza para adultos)	Más de 14 años	Central	
	Ballet (Danza)	Más de 13 años	Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe	
	Cheerleading (Animación)	Grados 7 a 8	Jackson Lehman	
	Integrative Arts (After School Program) (Artes de integración [Programa extracurricular])	Grados 7 a 12	Child Care, Renaissance Pointe	
	Mexican Folkloric Dance (Danza folclórica mexicana)	Todas	Renaissance Pointe	
	Music Lessons (Clases de música)			
		Guitar (Guitarra)	Más de 13 años	Parkview
		Piano	De 13 a 17 años	Parkview
		Private and Group Music Instruction (Instrucción musical privada y grupal)	De 13 a 17 años	Renaissance Pointe
		String (Bass, Cello, Viola, Violin) (Cuerdas [bajo, violonchelo, viola, violín])	Más de 13 años	Parkview
		Ukulele (Ukelele)	Más de 13 años	Parkview

ARTE, MÚSICA, DANZA Y GIMNASIA

CONTINUACIÓN

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARIAN*	SEDES
ADULTOS	Adult Dance (Danza para adultos)	Más de 18 años	Central
	Music Lessons (Clases de música)		
	Guitar (Guitarra)	Más de 18 años	Parkview
	Piano	Más de 18 años	Parkview
	Private and Group Music Instruction (Instrucción musical privada y grupal)	Más de 18 años	Renaissance Pointe
	String (Bass, Cello, Viola, Violin) (Cuerdas [bajo, violonchelo, viola, violín])	Más de 18 años	Parkview
Ukulele (Ukelele)	Más de 18 años	Parkview	

ARTE, MÚSICA, DANZA Y GIMNASIA

Adult Dance (Danza para adultos): Influenciado por diferentes estilos, aprenda la rutina de toda una canción.

Ballet (Danza): La clase se enfoca en enseñar la alineación, terminología y técnica correctas del cuerpo para que los estudiantes ganen fuerza física, flexibilidad, resistencia y agilidad.

Cheerleading (Animación): Los fundamentos de la animación se enseñan a través de trucos básicos, saltos, movimientos y animaciones.

Guitar (Guitarra): Las clases se imparten en un ambiente amigable y relajado con instructores experimentados.

Gymnastics – Preschool, Bodies in Motion (Gimnasia – Preescolar, Cuerpos en movimiento): Esta clase introducirá a su hijo en la acrobacia y está diseñada para el desarrollo de la aptitud física y las habilidades adecuadas para su edad, incluidas las vueltas hacia adelante y hacia atrás, las volteretas, los puentes y el equilibrio.

Gymnastics – School Age (Gimnasia – Edad escolar): Se enfoca en la gimnasia de nivel inicial. El foco está puesto en el desarrollo de la aptitud física y las habilidades básicas. El objetivo es crear un ambiente seguro y divertido para los participantes mientras aprenden los fundamentos de los movimientos de la gimnasia.

Integrative Arts (After School Program) (Artes de integración [programa extracurricular]): Las artes de integración mejoran los programas de prejardín, extracurriculares y campamentos de verano selectos de YMCA al ofrecer a los niños oportunidades para la expresión creativa. En colaboración con artistas y grupos artísticos locales, estos programas tradicionales están llenos de música, danza, batería, fotografía y escritura creativa que enriquecen la experiencia general de cada niño.

Jazz: Esta divertida clase incluye disociación corporal, estiramientos, combinación de centros y progresión desde el piso que aumentan la fuerza, la flexibilidad, la técnica y el talento artístico. Los bailarines aprenderán coreografías de canciones populares en una atmósfera divertida y acogedora.

Mexican Folkloric Dance (Danza folclórica mexicana): Aprenderá las técnicas de pasos de baile, la postura del cuerpo, el ritmo y las historias detrás del arte cultural de la danza folclórica mexicana. Esta clase es un enriquecimiento cultural y una celebración de la herencia hispana.

Parent & Child Gymnastics (Gimnasia para padres e hijos): Esta clase hará que su niño se levante y se mueva. El programa incluye estiramiento, gimnasia, carrera de obstáculos, reconocimiento de colores y formas, baile y más. Venga y vea cómo se divierte su niño cuando empiece a moverse y bailar. Se requiere la participación de los padres.

Piano: Los estudiantes aprenderán anotación, ritmo y técnica de piano. Incluye actividades prácticas y con el teclado.

Private and Group Music Instruction (Instrucción musical privada y grupal): Para todos los niveles y edades. Aprenda de un instructor musicalmente entrenado cómo tocar un instrumento, o cómo usar sus cuerdas vocales.

String (Bass, Cello, Viola, Violin) (Cuerdas [bajo, violonchelo, viola, violín]): El músico puede elegir entre la viola, el violín, el violonchelo o el bajo.

Ukulele (Ukelele): Las clases se imparten en un ambiente amigable y relajado con instructores experimentados.

MEMBRESÍA A YMCA GRATUITA

Para alumnos de séptimo grado

¿Conoce a un estudiante local de séptimo grado que esté buscando un lugar divertido para pasar tiempo con sus amigos? ¿Es usted un padre que busca que a su adolescente lo rodeen modelos positivos a seguir? Si su respuesta es sí, comuníquese con su Y local para obtener información sobre una **membresía de YMCA GRATUITA** para su estudiante de séptimo grado. (Oferta válida para los residentes de los condados de Adams, Allen, Whitley y Wells). **No es necesaria la compra.**





FORTALECER A LA COMUNIDAD

ÉNFASIS CRISTIANO DE YMCA

La misión de YMCA estimula el trabajo que hacemos todos los días mientras nos esforzamos por amar, cuidar y servir a todos. Nuestra historia y nuestro futuro priorizan la formación de un espíritu sano en nuestra comunidad en constante cambio mientras abrimos nuestras puertas a todos.

Lo que sigue a continuación son algunos ejemplos de esfuerzos de expansión que reflejan nuestra herencia cristiana:

Church Partnerships (Asociaciones con iglesias):

YMCA se asocia con muchas congregaciones para realizar proyectos de servicio comunitario, eventos de desarrollo espiritual, clases de vida familiar y para colaborar en grandes eventos en Y locales. Algunas iglesias se reúnen en una sede para el rezo dominical semanal.

Chaplaincy (Capellanía): El clero cristiano es voluntario en Y locales para proveer cuidado espiritual a cualquier persona que busque un oído atento o un espíritu alentador.

Community Discussion Groups (Grupos de debate comunitario): Dirigidos por el personal o voluntarios. Estos incluyen estudios bíblicos, bienestar personal, desarrollo espiritual, grupos de oración y más.

Enneagram Training (Capacitación en eneagrama): Aprenda a utilizar el eneagrama para desarrollar un espíritu más saludable en sus relaciones en el hogar, en el trabajo y en la comunidad.

Fueling Your Faith Retreat (Descanso para recargar la fe): Haga una escapada a fines de septiembre al hermoso YMCA Camp Potawatami para renovar su espíritu.

Good Friday Breakfast (Desayuno de Viernes Santo): Disfrute del compañerismo y un mensaje positivo como parte de sus vacaciones de Semana Santa.

Global Collaboration (Colaboración global): Estamos entablando amistad con East Jerusalem YMCA para brindarnos apoyo mutuo en el énfasis cristiano.

GriefShare (Compartir el duelo): Un seminario especial de 13 semanas y un grupo de apoyo para aquellos que hayan experimentado la muerte de un ser querido.

Inspire (Inspirar): Capacitación en línea y en persona para realizar actividades innovadoras e inclusivas de énfasis cristiano de YMCA.

National Day of Prayer (Día nacional de la oración): Reúnase el primer jueves de mayo para orar los unos por los otros.

Publications (Publicaciones): Contenido en línea devocional y esperanzador para vivir abiertamente la fe cristiana de una manera práctica.

APOYADO POR:



ADULTOS
MAYORES
ACTIVOS

ALENTAR EL SENTIDO DE PERTENENCIA

Los adultos mayores, las personas de 55 años o más, son un segmento significativo y en crecimiento de nuestro mercado. Todos los adultos se benefician de participar en las actividades de Y, ya que mejoran las relaciones, disminuyen la sensación de aislamiento y mejoran su bienestar general. Los programas le enseñarán cómo desarrollar la fuerza muscular, la resistencia y aumentar la movilidad.

Active Older Adult (Adultos mayores activos): Su sede tiene actividades especiales y eventos como almuerzos, euche y más. El programa es para adultos mayores activos que desean mantenerse ocupados y conocer gente nueva.

Active Older Adult Outings (Salidas de adultos mayores activos): Esté atento a la información y las fechas de inscripción de las salidas de entretenimiento para la comunidad de adultos mayores activos. Estos eventos consisten en salidas a ver obras de teatro, mercados de pulgas, restaurantes y convenciones.

Active Older Adult Wellness Education (Educación de bienestar para adultos mayores activos): Estos seminarios educativos de prevención y del bienestar están abiertos a todos los adultos mayores activos. Combinamos

comida, diversión y compañerismo mientras disfrutamos de un orador invitado o de una actividad divertida.

Group Exercise Classes (Clases de ejercicio grupal) incluidas las siguientes: Active Older Adult Zumba Gold® (Zumba para adultos mayores activos), Circuito SilverSneakers®, SilverSneakers® clásico y Enhance Fitness (Mejora de la aptitud física). Revise en línea en fwymca.org o descargue nuestra aplicación para ver los horarios actuales de los ejercicios grupales. (Solo para miembros). **APOYADO POR:**

STORYPOINT™
Senior Living

SALA DE ESTIMULACIÓN SENSORIAL

Salas de estimulación sensorial disponibles en:

Jackson R. Lehman Family YMCA,
Jorgensen Family YMCA,
Caylor-Nickel Fdn. Family YMCA

Involucrar a adultos y niños en condiciones de procesamiento sensorial puede ser una tarea desafiante, especialmente debido a que muchos de los equipos de aprendizaje pueden ser abrumadores. Las salas de estimulación sensorial de YMCA of Greater Fort Wayne han sido diseñadas para que la Y esté disponible para TODOS.

 fwymca.org/sensory-room

La sala de estimulación sensorial tiene muchos beneficios, incluidos los siguientes:

- Espacio terapéutico con equipamiento especializado
- Aportes sensoriales personalizados para ayudar a los participantes a relajarse y concentrarse de manera que estén mejor preparados para interactuar con los demás
- Lugar para reducir la tensión y la agitación mientras se promueve el aprendizaje individualizado
- Específicamente diseñado y utilizado para la estimulación sensorial relajante
- Promueve la relajación y crea cambios positivos
- Espacio para que los niños se vinculen con sus cuidadores y formen un vínculo fuerte y lo mantengan en la vida diaria
- Sala multisensorial que beneficia a los individuos con diagnósticos variados

¿Tiene preguntas? Visite el mostrador de Servicios de membresía en Jackson R. Lehman Family YMCA, Jorgensen Family YMCA o Caylor-Nickel Fdn. Family YMCA.



PROGRAMAS
PARA LA
FAMILIA Y
EVENTOS

FORTALECER LOS LAZOS FAMILIARES

Servir a las familias siempre ha sido la esencia de la Y. Somos un lugar donde puede encontrar un respiro de los retos sociales, económicos y educativos y aprender a superarlos. Tenemos un deseo fundamental de proporcionar oportunidades para que cada familia construya lazos más fuertes, logre un mayor equilibrio entre trabajo y vida personal y se comprometa más con la comunidad.

Solo algunos de nuestros programas para la familia incluyen:

- Summer cookouts and fishing derbies (Cocinas al aire libre en verano y torneos de pesca), Dive-In Movies (Películas en el agua)
- Trip to Wrigley Field to see a Chicago Cubs game (Viaje a Wrigley Field para ver un partido de los Chicago Cubs), Ski in Michigan (Esquí en Michigan), Canoeing (Piragüismo)
- Holiday events at the Y for Halloween, Christmas and Easter (Eventos festivos en la Y para Halloween, Navidad y Pascua)
- Clases para fomentar el bienestar de la familia como Positive Discipline (Disciplina positiva)
- Innumerables eventos sociales gratuitos, noches y actividades para la familia, como Nerf Night (Noche de Nerf) y mucho más

Independientemente de lo que le interese a su familia, tenemos la actividad perfecta para usted. Pregunte en la recepción o consulte nuestra lista de programas más reciente para conocer todas las actividades familiares que ofrecemos.



FORTALECER LA CONFIANZA

CLASES DE NATACIÓN Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS

"Mi hijo recuerda con entusiasmo la primera vez que pudo nadar todo el largo de la pileta. El tiempo que pasamos en YMCA ha enriquecido mucho nuestras vidas; verlo crecer en su carácter y en su capacidad atlética ha sido divertido y muy satisfactorio."

La natación es una habilidad que sirve para toda la vida y ayuda a los participantes a desarrollar confianza, lo que puede llevar a un estilo de vida saludable que puedan disfrutar. Las clases de natación no solo se centran en las habilidades del deporte, sino que también enfatizan la importancia de estar seguros adentro y alrededor del agua. Las clases se imparten por etapas según la edad que corresponde al desarrollo del niño. A los estudiantes de cada grupo de edad se les enseñan las mismas habilidades.



SELECTOR DE LECCIONES DE NATACIÓN

¿EN QUÉ GRUPO DE EDAD SE ENCUENTRA EL ESTUDIANTE?



6 meses-3 años
PADRE* E HIJO:
ETAPAS A-B



3 años-5 años
PREESCOLAR:
ETAPAS 1-4



5 años-12 años
EDAD ESCOLAR:
ETAPAS 1-6



Más de 12 años
ADOLESCENTE - ADULTO:
ETAPAS 1-6

A los estudiantes de cada grupo de edad se les enseñan las mismas habilidades, pero comienzan en la etapa que corresponde a su desarrollo. (Vea las preguntas a continuación)

¿PARA QUÉ ETAPA ESTÁ LISTO EL ESTUDIANTE?

ETAPAS:

¿Puede el estudiante responder a señales verbales y saltar hacia la piscina?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA A**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

A / WATER DISCOVERY

¿Se siente cómodo el estudiante trabajando con un instructor sin un padre en el agua?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA B**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

B / WATER EXPLORATION

¿El estudiante se sumergirá bajo el agua voluntariamente?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 1**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

1 / WATER ACCLIMATION

¿Puede el estudiante flotar boca arriba y boca abajo por su cuenta?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 2**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

2 / WATER MOVEMENT

¿Puede el estudiante nadar 10-15 yardas boca arriba y boca abajo?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 3**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

3 / WATER STAMINA

¿Puede el estudiante nadar 15 yardas de estilo crol de frente y espalda?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 4**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

4 / STROKE INTRODUCTION

¿Puede el estudiante nadar usando los estilos de crol de frente, de espalda y brazada de pecho a lo largo de la piscina?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 5**.
Si la respuesta es **SÍ**, continúe a la pregunta siguiente.

5 / STROKE DEVELOPMENT

¿Puede el estudiante nadar usando los estilos de crol de frente, de espalda y brazada de pecho a lo largo de la piscina y regresar?

Si la respuesta es **NO**, comience con la **ETAPA 6**.
Si la respuesta es **SÍ**, pregunte por los equipos de natación o guardavidas.

6 / STROKE MECHANICS

*Las familias pueden adoptar una variedad de formas, así que definimos como **padre** a todos los adultos con la responsabilidad principal de criar a los niños, incluidos los padres biológicos, los padres adoptivos, los tutores, los padrastros, los abuelos o cualquier otro tipo de relación de crianza.

ETAPAS DE NADO Y DESCRIPCIONES

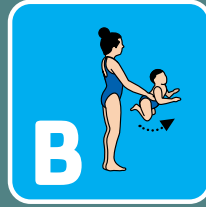
SWIM STARTERS

Acompañados por un padre, los bebés y niños pequeños aprenden a sentirse cómodos en el agua y a desarrollar habilidades de preparación para nadar mediante experiencias divertidas y que fomentan la confianza, mientras que los padres aprenden sobre la seguridad en el agua, la prevención de ahogamientos y la importancia de la supervisión.



WATER DISCOVERY

A los bebés y niños pequeños se les presenta el ambiente acuático.



WATER EXPLORATION

Se enfoca en aprender las posiciones del cuerpo, soplar burbujas y practicar las habilidades fundamentales de seguridad y acuáticas.

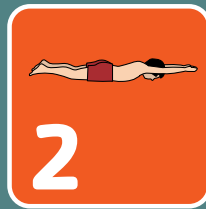
SWIM BASICS

Habilidades recomendadas que todos deben tener alrededor del agua. Los estudiantes aprenden seguridad personal en el agua y logran la competencia básica para nadar al aprender habilidades de referencia.



WATER ACCLIMATION

Se inicia a los estudiantes en la piscina, desarrollan hábitos seguros para el agua, se familiarizan con la exploración bajo el agua y aprenden a salir con seguridad. Esta etapa introductoria construye las bases para el futuro progreso del estudiante en la natación.



WATER MOVEMENT

Los estudiantes se enfocan en la posición y el control del cuerpo, el movimiento hacia adelante, el cambio de dirección y las habilidades básicas de autorrescate.



WATER STAMINA

Los estudiantes aprenden las técnicas básicas de las brazadas, la respiración rotativa y la acción integrada de brazos y piernas. En caso de que caigan al agua, los niños aprenden a nadar, a ponerse a salvo y a salir.

SWIM STROKES

Habiendo dominado lo fundamental, los estudiantes aprenden habilidades adicionales de seguridad en el agua y desarrollan la técnica de brazada, refinan habilidades y mejoran la fuerza.

¡ESCANEE AQUÍ PARA ENCONTRAR SU SEDE LOCAL!



STROKE INTRODUCTION

Los estudiantes desarrollan los movimientos básicos de las brazadas de crol de frente y de espalda y se les enseñan los componentes de la brazada de pecho y el estilo mariposa. Los estudiantes también desarrollan la resistencia y practican técnicas de seguridad para aguas profundas.



STROKE DEVELOPMENT

Los estudiantes continúan trabajando en sus técnicas de brazadas y se les enseñan todas las brazadas de competición. Los nadadores desarrollan la resistencia en las brazadas de crol de frente y de espalda y aprenden las brazadas de pecho y de estilo mariposa. También se refuerzan la seguridad y la resistencia en aguas profundas.



STROKE MECHANICS

Los nadadores perfeccionan su técnica de brazada en todas las brazadas de competición importantes y aprenden sobre la natación de competición. Los nadadores desarrollan resistencia en las brazadas de competición, aprenden habilidades relacionadas con la natación de competición, mejoran las técnicas y desarrollan resistencia en aguas profundas.

¿TIENE MÁS PREGUNTAS? Nuestro personal de los programas acuáticos está disponible para responder cualquier pregunta sobre el programa de clases de natación.

PROGRAMAS ACUÁTICOS

Las descripciones de las clases se pueden encontrar en las páginas 28, 30 de Programas acuáticos.

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información.

Para la Clase de natación de adaptación, consulte las páginas 35-37.

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARIAN*	SEDES
BEBÉS Y NIÑOS PEQUEÑOS	Etapa A WATER DISCOVERY - PADRE E HIJO	De 6 meses a 3 años	Todas excepto Skyline
	Etapa B WATER EXPLORATION - PADRE E HIJO	De 6 meses a 3 años	Todas excepto Skyline

PREESCOLAR	Etapa A WATER DISCOVERY - PADRE E HIJO	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline
	Etapa B WATER EXPLORATION - PADRE E HIJO	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 1 WATER ACCLIMATION	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 2 WATER MOVEMENT	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 3 WATER STAMINA	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 4 STROKE INTRODUCTION	De 3 a 5 años	Central, Jorgensen, Renaissance Pointe, Whitley
	Homeschool Swim Lessons (Clases de natación para niños con escolarización casera)	De 3 a 5 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Private Swim Lessons (Clases de natación privadas)	De 3 a 5 años	Todas excepto Skyline

EDAD ESCOLAR	Etapa 1 WATER ACCLIMATION	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 2 WATER MOVEMENT	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 3 WATER STAMINA	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 4 STROKE INTRODUCTION	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 5 STROKE DEVELOPMENT	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Etapa 6 STROKE MECHANICS	De 6 a 12 años	Todas excepto Skyline
	Homeschool Swim Lessons (Clases de natación para niños con escolarización casera)	De 6 a 12 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Introduction to Triathlon (Introducción al triatlón)	De 7 a 12 años	Jorgensen
	Leadership & Lifeguarding (Liderazgo y guarda-vidas)	De 9 a 12 años	Jorgensen
	Pooligans (Fanáticos del agua)	De 9 a 12 años	Jorgensen
	Private Swim Lessons (Clases de natación privadas)	De 3 a 12 años	Todas excepto Skyline
	SCUBA - I tried (SCUBA - Yo participé)	Más de 10 años	Parkview
	SCUBA (Curso de certificación completa)	12 años	Parkview
	Spirit, Mind, Body Triathlon (Triatlón de espíritu, mente y cuerpo)	12 años	Jorgensen
	YMCA Swim Teams (Equipos de natación de YMCA)	De 5 a 12 años	Central, Jackson Lehman, Whitley
Youth Swim Conditioning (Acondicionamiento de natación para jóvenes)	De 6 a 12 años	Central, Jorgensen, Renaissance Pointe	

PROGRAMAS ACUÁTICOS CONTINUACIÓN

	NOMBRE DEL PROGRAMA	LAS EDADES VARIAN*	SEDES
ADOLESCENTES	Homeschool Swim Lessons (Clases de natación para niños con escolarización casera)	De 13 a 14 años	Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Leadership & Lifeguarding (Liderazgo y guardavidas)	De 13 a 14 años	Jorgensen
	Lifeguarding Class (Clase de guardavidas)	De 15 a 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Pooligans (Fanáticos del agua)	De 13 a 14 años	Jorgensen
	Private Swim Lessons (Clases de natación privadas)	De 13 a 18 años	Todas excepto Skyline y Whitley
	SCUBA - I tried (SCUBA - Yo participé)	De 13 a 18 años	Parkview
	SCUBA (Curso de certificación completa)	De 13 a 18 años	Parkview
	Spirit, Mind, Body Triathlon (Triatlón de espíritu, mente y cuerpo)	De 13 a 18 años	Jorgensen
	Teen Swim Lessons (Clases de natación para adolescentes)	De 13 a 18 años	Todas excepto Skyline y Whitley
	YMCA Swim Teams (Equipos de natación de YMCA)	De 13 a 18 años	Central, Jackson Lehman, Whitley
	Youth Swim Conditioning (Acondicionamiento de natación para jóvenes)	De 13 a 18 años	Central, Renaissance Pointe
ADULTOS	Adult Swimming (Natación para adultos)	Más de 18 años	Todas excepto Skyline y Whitley
	Lifeguarding Class (Clase de guardavidas)	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe
	Masters Swim Team (Equipo de natación máster)	Más de 18 años	Jackson Lehman, Jorgensen
	Private Swim Lessons (Clases de natación privadas)	Más de 18 años	Todas excepto Skyline
	SCUBA - I tried (SCUBA - Yo participé)	Más de 18 años	Parkview
	SCUBA (Curso de certificación completa)	Más de 18 años	Parkview
	Spirit, Mind, Body Triathlon (Triatlón de espíritu, mente y cuerpo)	Más de 18 años	Jorgensen
	Swim Incentive Challenge (Desafío de natación con incentivo)	Más de 18 años	Jorgensen

DESCRIPCIONES DE LOS PROGRAMAS ACUÁTICOS

Adult Swimming (Natación para adultos): Disponible para todos los niveles y tiene como fin ayudar a revisar las habilidades básicas de natación y fomentar hábitos saludables.

Homeschool Swim Lessons (Clases de natación para niños con escolarización casera): Para los estudiantes de escolarización casera que estén interesados en clases de natación además del tiempo que empleen para otras actividades físicas.

Introduction to Triathlon (Introducción al triatlón): Se les enseñará a los participantes el entrenamiento multideportivo y de triatlón. Los participantes compiten en un minitriatlón de interiores para vencer sus mejores tiempos.

Lifeguarding Class (Clase de guardavidas): Brinda conocimientos y habilidades para prevenir, reconocer y responder a emergencias acuáticas. Enseña a dar atención para emergencias respiratorias y cardíacas, lesiones y enfermedades repentinas hasta que el personal médico de emergencia se haga cargo. La finalización exitosa de este curso incluye la certificación en salvavidas, reanimación cardiopulmonar/desfibrilador externo automático, oxígeno de emergencia y primeros auxilios.

Masters Swim Team (Equipo de natación máster): Las prácticas se organizan con objetivos específicos y se adaptan a las capacidades individuales.

Pooligans (Fanáticos del agua): Se centra en la diversión en el agua. Aprenda juegos acuáticos divertidos como waterpolo, quidditch acuático y Aqua Zumba.

Private Swim Lessons (Clases de natación privadas): Se ofrece para aquellos que prefieren el aprendizaje individualizado a su propio ritmo. Para solicitar clases privadas de natación, pregunte en el mostrador de Servicios a los miembros.

SCUBA - I tried (BUCEO: Yo participé): Un breve curso de una hora de duración permite a los que no son buceadores experimentar la magia del scuba (buceo) en la piscina bajo la supervisión de nuestro personal de instrucción.

SCUBA (Curso de certificación completa): El curso brinda instrucciones para la piscina y la clase y tiene como fin enseñar las técnicas y procedimientos para convertirse en un buceador seguro, confiado y consciente con el medio ambiente.

Spirit, Mind, Body Triathlon (Triatlón de espíritu, mente y cuerpo): Triatlón supersprint con categorías de adultos y jóvenes.

Etapa A, B, 1, 2, 3, 4, 5, 6 : (Consulte la página 28).

Swim Incentive Challenge (Desafío de natación con incentivo): El Desafío de natación con incentivo es un desafío divertido y competitivo diseñado para impulsar sus metas de salud y motivarlo a continuar en el camino correcto y mantener el interés. El desafío cambia a lo largo del año para que siga siendo emocionante.

Teen Swim Lessons (Clases de natación para adolescentes): Los nadadores se enfocan en desarrollar brazadas de competición y aumentar la resistencia. A los adolescentes se les enseñan simulacros de ejercicios y cómo desarrollar un plan de ejercicios.

YMCA Swim Teams (Equipos de natación de YMCA): Introducción al mundo de la natación de competición. El foco se centra en la técnica, en aprender las cuatro brazadas de competición y en desarrollar la resistencia.

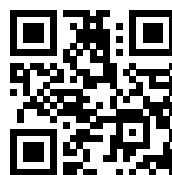
Youth Swim Conditioning (Acondicionamiento de natación para jóvenes): Perfeccione sus brazadas y aumente la resistencia. Este acondicionamiento se centra en el desarrollo de las brazadas, la técnica y la resistencia.

VIAJES DE SERVICIO INTERNACIONALES

Durante muchos años, diversos equipos de personas con mentalidad de servicio de entre 18 y 76 años de edad se han involucrado en una variedad de viajes de servicio dirigidos por YMCA de Greater Fort Wayne. Miembros, no miembros, personal y voluntarios de las YMCA de todo el país han servido y beneficiado a más de 1,800 individuos y contribuido con más de 9,600 horas de servicio voluntario para apoyar el trabajo de las YMCA en Chile y Perú.

En colaboración con empresas locales, universidades y entidades como Parkview Hospital, hemos realizado Campañas de salud médica enfocadas a la salud de la mujer y la familia en las áreas de ginecología, odontología, ultrasonido, laboratorio y medicina general en zonas rurales de Arequipa, Perú.

En la YMCA, es una parte integral de nuestra misión educar a la comunidad sobre el alcance más amplio de la Y y su trabajo global. Agregamos nuevas oportunidades de servicio a las YMCA en Alemania y la Patagonia. Para obtener más información, encontrar detalles adicionales o presentar una solicitud, escanee el código QR o visite nuestro sitio web: fwymca.org/service-trips.



¡ESCANEE
AQUÍ PARA
OBTENER MÁS
INFORMACIÓN!





FORTALECERNOS
LOS UNOS A LOS
OTROS

PROGRAMAS
PARA LA
COMUNIDAD Y
VOLUNTARIADO

*"Disfruté
de trabajar con
mi mentor porque me
mostró que realmente
se preocupaba y en verdad
quería ayudarme. Me enseñó
a comunicar cómo me siento
y a encontrar formas
saludables de controlar
mi enojo."*

*- Participante de
SOCAP*

PROGRAMAS PARA LA COMUNIDAD Y VOLUNTARIADO

Entendemos los desafíos que impiden que las personas alcancen su pleno potencial y respondemos con servicios y apoyo que ayudan a las personas a ser autosuficientes, productivas y a estar conectadas con la comunidad. Atendemos las necesidades únicas de nuestros vecindarios a través de servicios enfocados en áreas críticas, tales como bienestar infantil, salud comunitaria, capacitación laboral, educación ambiental, calidad de vida, servicios familiares y voluntariado.

PROGRAMAS DE LA OFICINA DE SERVICIOS PARA JÓVENES DE YMCA

Anti-Graffiti Network (Red antigrafiti)

Una red en la que jóvenes que participan en el servicio comunitario pintan para tapar los grafitis de toda la zona. En 25 años, hemos limpiado los grafitis de más de 72,000 lugares en Fort Wayne. Para solicitar que un grafiti sea tapado, llame a la Línea Directa Antigrafiti al 260.449.4747.

Youth Advocate Mentoring (Asesoramiento a favor de la juventud)

Un defensor de la juventud proporciona asesoramiento avanzado y gestión de casos a jóvenes seleccionados con el objetivo de ayudarlos a tener éxito en el hogar y en su educación con el fin de graduarse de la escuela secundaria. Una parte clave de este programa es conseguir que los jóvenes se involucren en los programas de la YMCA que proveen estructura, desarrollo de habilidades y oportunidades de aprendizaje.

Safe Place Program (Programa de lugar seguro)

Este es un programa nacional de extensión y prevención juvenil para los jóvenes que necesitan ayuda inmediata y seguridad. Lugar seguro designa a empresas y organizaciones como ubicaciones de Lugar seguro, para que los jóvenes en comunidades de todo el país puedan solicitar ayuda. Las ubicaciones pueden ser las YMCA, estaciones de bomberos, varios negocios y centros de servicios sociales. El número de atención las 24 horas es 260.466.7077.

Status Offender Court Alternative Program (SOCAP) (Programa de alternativa al estado de infractor)

En asociación con los distritos escolares y tribunales locales, SOCAP trabaja para que los jóvenes no abandonen la escuela y puedan graduarse y evitar que entren en el sistema de justicia juvenil, al proporcionarles habilidades para resolver problemas y crear planes de acción individuales.



APOYADO POR:



Hit the Spot (Dar en la tecla)

Renaissance Pointe YMCA ofrece una cena caliente y saludable de lunes a viernes para niños menores de 18 años. Este programa es gratuito y está abierto a cualquier persona menor de 18 años.

Military Outreach Initiative (Iniciativa de extensión militar)

La Y se enorgullece de ofrecer membresías al personal militar y sus familiares —que sean elegibles— para brindar apoyo adicional durante un momento en el que los seres queridos están lejos de sus hogares. Para obtener más información sobre los requisitos de elegibilidad, comuníquese con la recepción de su sede local o visite ASYMCA.org.

Y On the Fly (Y en el camino)

Los niños están invitados a ver la camioneta Y on the Fly (Y en el camino), que es parte de un programa comunitario gratuito que se ofrece en vecindarios desatendidos. Incluye juegos divertidos y activos y actividades educativas que inspiran a los niños a mantenerse activos y salir a explorar durante el verano.

PROGRAMAS DE SEGURIDAD

American Red Cross Safety Courses (Cursos de seguridad de la Cruz Roja Americana)

(Más de 11 años, la edad varía según la sede)

Aprenda habilidades para salvar vidas tales como reanimación cardiopulmonar/desfibrilador externo automático, administrar oxígeno de emergencia y realizar primeros auxilios. Las clases son impartidas por instructores certificados de la Cruz Roja Americana. Ideal para cualquier persona que necesite esta certificación para su empleo, que trabaje con el público o que quiera tener el conocimiento y la habilidad para ayudar en una situación de emergencia.

Water Safety and First Aid Education (Educación sobre seguridad en el agua y primeros auxilios)

Convertirse en un rescatista profesional le ayuda a estar mental, física y emocionalmente preparado para los desafíos de la vida mientras desarrolla habilidades de liderazgo. La Y ofrece clases y certificación en reanimación cardiopulmonar/desfibrilador externo automático (RCP/DEA)/administrar oxígeno de emergencia/patógenos transportados por la sangre, recertificación en RCP/DEA, primeros auxilios y socorrismo estándar. Para ver una lista completa de las clases que se ofrecen, los horarios y requisitos previos, póngase en contacto con su sede local.

La YMCA ofrece una variedad de oportunidades para hacer voluntariado, incluidas las siguientes:

EN SU YMCA LOCAL

- Comidas después de la escuela
- Miembro de la junta directiva
- Miembro del comité de sedes (pregunte en su Y local por los comités disponibles)
- Limpieza de la zona de acampada
- Donaciones de cajas de alimentos
- Entrenador deportivo juvenil
- Leer libros a niños
- Ayudar a los niños con la tarea
- Trabajar con adolescentes en programas extracurriculares
- Embajador de ejercicios grupales
- Eventos especiales grandes (vacaciones, temporadas, carreras, etc.)
- Limpieza de senderos y terrenos
- Jardines para jóvenes

EN LA COMUNIDAD

- Semana de servicio MLK
- Semana de servicio Be a Good Neighbor (Sea un buen vecino)
- Turkey Palooza (Fiesta del pavo)
- Rake A Difference (Rastrilla y haz la diferencia)
- Abrigos para niños
- Regalos familiares para Navidad

Para ver una lista completa de las oportunidades de voluntariado a través de la YMCA o a través de nuestros socios en la comunidad, visite fwymca.org/programs/volunteerism.

INSPIRAR CONFIANZA

PROGRAMAS INCLUSIVOS Y DE ADAPTACIÓN

"Y Buddies
(Compañeros de la Y)
es un servicio excepcional
ofrecido por la YMCA. Y Buddies
ofrece ese lugar seguro que le
permite a mis hijos interactuar con su
compañero adulto. Pueden hablar sobre
la escuela, jugar juegos, nadar, usar la
sala de estimulación sensorial y mucho
más. Nos sentimos muy afortunados
por vivir en una comunidad que se
preocupa por la inclusión
y la Y lleva la delantera."

En la Y, nuestra misión es estar presente para todos. Ofrecemos una variedad de programas de adaptación e inclusivos (LEAP: Learning Experiences through Adaptive Programs [Experiencias de aprendizaje a través de programas de adaptación]). Ya sea un principiante, un atleta experimentado o si simplemente quiere divertirse, venga a explorar nuestros programas de adaptación. Todas las piscinas tienen rampas de entrada de nivel cero o ascensores accesibles para personas con discapacidades. También contamos con salas sensoriales de última generación en nuestras sedes de Jackson R. Lehman Family YMCA, Jorgensen Family YMCA y Caylor-Nickel Fdn. Family YMCA.



PROGRAMAS DE ADAPTACIÓN

Están destinados a personas con discapacidades físicas, de desarrollo e intelectuales que desean participar en actividades junto con otras personas con capacidades diferentes.

PROGRAMAS INCLUSIVOS

Son programas para personas con y sin capacidades diferentes para que puedan participar en actividades y clases juntos.

*Consulte con su sede para obtener más información, los lugares y los detalles pueden variar. Comuníquese con el director de Servicios de Adaptación para obtener información específica al 260.755.4961.

	NOMBRE DEL PROGRAMA	TIPO	LAS EDADES VARIAN*	SEDES/UBICACIÓN*
PREESCOLAR	Adaptive Arts (Dance) (Artes de adaptación [danza])	De adaptación	Más de 5 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen
	Adaptive Family Camp (Campamento de adaptación para la familia)	De adaptación	Todas	Camp Potawatomi
	Dream Team T-Ball (T-Ball del Dream Team)	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel
	Inclusion Camp (Campamento de inclusión)	Inclusivo	Más de 5 años	Caylor-Nickel
	Inclusive Pom/Cheer (Pom/animación de adaptación)	Inclusivo	Más de 5 años	Caylor-Nickel
	Parents Night Out (Respite) (Salida de padres [descanso])	De adaptación	Más de 5 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Adaptive & Inclusive Sports (Baseball, Basketball, Dream Team T-Ball, Skills & Drills, Tennis) (Deportes de adaptación e inclusivos [béisbol, baloncesto, T-Ball del Dream Team, habilidades y ejercicios, tenis])	Inclusivo y de adaptación	Más de 3 años	World Baseball Academy, Jorgensen, Turnstone, Whitley
	Adaptive Swim Lessons (Clases de natación de adaptación)	De adaptación	Más de 4 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Sensory Friendly Events (Eventos sensoriales)	Inclusivo	Todas	Parkview, Renaissance Pointe
	SNAP (Special Needs Aquatic Playtime) (SNAP [juegos acuáticos para personas con necesidades especiales])	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Trail Buddies (Compañeros de caminos)	Inclusivo	Más de 5 años	Jorgensen, Parkview, Whitley
EDAD ESCOLAR	Adaptive Arts (Dance) (Artes de adaptación [danza])	De adaptación	De 6 a 15 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen
	Adaptive Day Camp (Campamento diurno de adaptación)	De adaptación	De 6 a 14 años	Jackson Lehman
	Adaptive Family Camp (Campamento de adaptación para la familia)	De adaptación	Todas	Camp Potawatomi
	Adaptive Karate (Karate de adaptación)	De adaptación	De 7 a 13 años	Parkview
	Adaptive & Inclusive Sports (Baseball, Basketball, Flag Football, Skills & Drills, Tennis) (Deportes de adaptación e inclusivos [béisbol, baloncesto, fútbol, habilidades y ejercicios, tenis])	Inclusivo y de adaptación	De 6 a 12 años	World Baseball Academy, Parkview, Jorgensen, Whitley, Turnstone
	Adaptive Swim Lessons (Clases de natación de adaptación)	De adaptación	Más de 6 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Bang the Drum (Golpea el tambor)	Inclusivo	Todas	Central, Jackson Lehman, Renaissance Pointe, Whitley
	Dream Team T-Ball (T-Ball del Dream Team)	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel
	Inclusion Camp (Campamento de inclusión)	Inclusivo	De 6 a 18 años	Caylor-Nickel
	Inclusive Pom/Cheer (Pom/animación de adaptación)	Inclusivo	Más de 6 años	Caylor-Nickel
	Parents Night Out (Respite) (Salida de padres [descanso])	De adaptación	Más de 6 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Sensory Friendly Events (Eventos sensoriales)	Inclusivo	Todas	Parkview, Renaissance Pointe
	SNAP (Special Needs Aquatic Playtime) (SNAP [juegos acuáticos para personas con necesidades especiales])	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Marlins (Special Olympics Swim Team) (Marlins [Equipo olímpico de natación con necesidades especiales])	De adaptación	Más de 8 años	Jackson Lehman
	Trail Buddies (Compañeros de caminos)	Inclusivo	Más de 6 años	Jorgensen, Parkview, Whitley
Y Buddies (Compañeros de la Y)	Inclusivo	Más de 8 años	Caylor-Nickel, Parkview	

PROGRAMAS INCLUSIVOS Y DE ADAPTACIÓN CONTINUACIÓN

*Los grados y las edades varían según la sede. Consulte con su sede para más información. A medida que continuamos creciendo y probando nuevos programas, los lugares y los detalles pueden variar. Comuníquese con los servicios de adaptación de la YMCA para obtener información específica al 260.755.4961.

	NOMBRE DEL PROGRAMA	TIPO	LAS EDADES VARIAN*	SEDES/UBICACIÓN*
ADOLESCENTES	Adaptive & Inclusive Sports (Deportes de adaptación e inclusivos) (Baseball, Basketball, Flag Football, Skills & Drills, Tennis) [béisbol, baloncesto, fútbol, habilidades y ejercicios, tenis]	Inclusivo y de adaptación	De 13 a 18 años	Jorgensen, Parkview, Whitley, Turnstone, World Baseball Academy
	Inclusive Pom/Cheer (Pom/animación de adaptación)	Inclusivo	De 13 a 18 años	Caylor-Nickel
	Adaptive Arts (Dance) (Artes de adaptación [danza])	De adaptación	De 13 a 15 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen
	Adaptive Day Camp (Campamento diurno de adaptación)	De adaptación	De 13 a 14 años	Jackson Lehman
	Adaptive Family Camp (Campamento de adaptación para la familia)	De adaptación	Todas	Camp Potawatami
	Adaptive Swim Lessons (Clases de natación de adaptación)	De adaptación	Más de 13 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Bang the Drum (Golpea el tambor)	Inclusivo	Más de 15 años o que completaron YouthFit (Ejercicio para jóvenes)	Central, Jackson Lehman, Renaissance Pointe, Whitley
	Community Partnerships (Socials) (Asociaciones comunitarias [sociales])	Inclusivo	Más de 13 años	YMCA, Turnstone, Camp Red Cedar
	Dream Team T-Ball (T-Ball del Dream Team)	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel
	Employment Readiness Partnership (Asociación de preparación para el empleo)	Inclusivo	Más de 13 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	No Limits Wellness (Bienestar sin límites)	De adaptación	Más de 13 años	Jackson Lehman
	Parents Night Out (Respite) (Salida de padres [descanso])	De adaptación	De 13 a 18 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Sensory Friendly Events (Eventos sensoriales)	Inclusivo	Todas	Parkview, Renaissance Pointe
	SNAP (Special Needs Aquatic Playtime) (SNAP [juegos acuáticos para personas con necesidades especiales])	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Marlins (Special Olympics Swim Team) (Marlins [Equipo olímpico de natación con necesidades especiales])	De adaptación	Más de 13 años	Jackson Lehman
Trail Buddies (Compañeros de caminos)	Inclusivo	Todas	Jorgensen, Parkview, Whitley	
Y Buddies (Compañeros de la Y)	Inclusivo	Más de 13 años	Caylor-Nickel, Parkview	
ADULTOS	Adaptive Arts (Dance) (Artes de adaptación [danza])	De adaptación	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen
	Inclusive Baseball (Béisbol inclusivo)	Inclusivo	De 18 a 25 años	World Baseball Academy
	Adaptive Family Camp (Campamento de adaptación para la familia)	De adaptación	Todas	Camp Potawatami
	Adaptive Swim Lessons (Clases de natación de adaptación)	De adaptación	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Central, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Whitley
	Bang the Drum (Golpea el tambor)	Inclusivo	Más de 18 años	Central, Jackson Lehman, Renaissance Pointe, Whitley
	Community Partnerships (Socials) (Asociaciones comunitarias [sociales])	Inclusivo	Más de 18 años	YMCA, Camp Red Cedar, Turnstone
	Dream Team T-Ball (T-Ball del Dream Team)	Inclusivo	Más de 18 años	Caylor-Nickel
	Employment Readiness Partnership (Asociación de preparación para el empleo)	Inclusivo	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Renaissance Pointe, Skyline, Whitley
	Inclusive Pom/Cheer (Pom/animación de adaptación)	Inclusivo	Más de 18 años	Caylor-Nickel
	No Limits Wellness (Bienestar sin límites)	De adaptación	Más de 18 años	Jackson Lehman

	NOMBRE DEL PROGRAMA	TIPO	LAS EDADES VARIAN*	SEDES/UBICACIÓN*
ADULTOS	Parents Night Out (Respite) (Salida de padres [descanso])	De adaptación	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Parkview, Whitley
	Sensory Friendly Events (Eventos sensoriales)	Inclusivo	Todas	Parkview, Renaissance Pointe
	SNAP (Special Needs Aquatic Playtime) (SNAP [juegos acuáticos para personas con necesidades especiales])	Inclusivo	Todas	Caylor-Nickel, Jackson Lehman, Jorgensen, Renaissance Pointe
	Marlins (Special Olympics Swim Team) (Marlins [Equipo olímpico de natación con necesidades especiales])	De adaptación	Más de 18 años	Jackson Lehman
	Trail Buddies (Compañeros de caminos)	Inclusivo	Todas	Jorgensen, Parkview, Whitley
	Y Buddies (Compañeros de la Y)	Inclusivo	Más de 18 años	Caylor-Nickel, Parkview

DESCRIPCIONES DE LOS PROGRAMAS INCLUSIVOS Y DE ADAPTACIÓN

Adaptive Sports (Baseball, Basketball, Flag Football, Skills & Drills, Tennis) (Deportes de adaptación [béisbol, baloncesto, fútbol, habilidades y ejercicios, tenis]): Al participar en el programa deportivo, los participantes aprenden habilidades relacionadas y obtienen una mirada más positiva sobre sí mismos en un ambiente seguro y relajado, lo que promueve el éxito mezclado con la diversión y el juego.

Adaptive Arts (Dance) (Artes de adaptación [danza]): Los participantes realizarán actividades terapéuticas relacionadas con la expresión creativa. Los participantes pueden disfrutar de realizar danza adaptada.

Adaptive Day Camp (Campamento diurno de adaptación): Estos campamentos ofrecen una variedad de actividades recreativas para los participantes, así como oportunidades para la socialización y la diversión. Además, estos campamentos proporcionan un tiempo de descanso para los cuidadores.

Adaptive Family Camp (Campamento de adaptación para la familia): Da a los padres, abuelos y niños la oportunidad de disfrutar de actividades de campamento, como piragüismo, tiro con arco y escalada mientras pasan tiempo relajándose con toda la familia.

Adaptive Karate (Karate de adaptación): Los participantes aprenderán habilidades prácticas de protección personal, confianza en sí mismos y acondicionamiento físico a través del modelo, la imitación y la fijación de objetivos.

Adaptive Parents Night Out (Respite) (Salida para padres de adaptación [descanso]): Este programa alienta a los niños a hacer amigos y socializar con sus compañeros, a la vez que proporciona un tiempo de autocuidado para los padres y cuidadores.

Adaptive Swim Lessons (Clases de natación de adaptación): Esta clase está diseñada para los participantes que tienen necesidades especiales y se centra en desarrollar las habilidades básicas y los ajustes necesarios en el agua para que ganen confianza y mejoren las brazadas.

Bang the Drum (Golpea el tambor): Una clase que combina los movimientos aeróbicos tradicionales con el poderoso ritmo de los tambores.

Community Partnerships (Socials) (Asociaciones comunitarias [sociales]): YMCA de Greater Fort Wayne se ha asociado con Turnstone, Easterseals ARC y Camp Red Cedar para proveer eventos sociales para las personas con discapacidades en nuestra comunidad.

Dream Team T-Ball (T-Ball del Dream Team): Dream Team es un programa que les da la oportunidad a niños de más de 3 años con

discapacidades físicas, de desarrollo e intelectuales de tener un sentido de pertenencia y de conseguir logros.

Employment Readiness Partnership (Asociación de preparación para el empleo): Este programa de preparación para el empleo alienta a las personas con discapacidad a obtener experiencia en el lugar de trabajo, junto con su instructor laboral. Los participantes aprenderán habilidades en la "primera línea" de varios departamentos de la YMCA.

Inclusion Camp (Campamento de inclusión): El campamento de inclusión proporciona a los acampantes de todas clases de capacidades la oportunidad de participar en actividades con planificación previa, como juegos de gimnasio, proyectos de arte, canciones, juegos al aire libre y aprendizaje de los valores fundamentales de la YMCA.

Inclusive Pom/Cheer (Pom/animación inclusivo): Esta clase combina música, ritmos, animación y creatividad. Los participantes aprenderán rutinas animadas y emocionantes, mientras hacen amigos y trabajan juntos en equipo.

No Limits Wellness (Bienestar sin límites): Esta clase de entrenamiento y nutrición ayuda a las personas a llevar un estilo de vida más saludable en espíritu, mente y cuerpo.

Sensory Friendly Events (Eventos sensoriales): Nuestro programa amigable para los sentidos se enfoca en proporcionar una actividad divertida e inclusiva, aun siendo conscientes de las sensibilidades a los diversos estímulos.

SNAP (Special Needs Aquatic Playtime) (SNAP [juegos acuáticos para personas con necesidades especiales]): Se brinda un tiempo para nadar sin limitaciones y está diseñado para aquellos con discapacidades físicas, de desarrollo e intelectuales y sus familias/cuidadores.

Marlins Swim Team (Special Olympics Swim Team) (Marlins Swim Team [Equipo olímpico de natación con necesidades especiales]): Este equipo de natación está diseñado para que las personas mayores de 8 años con discapacidades de desarrollo aprendan habilidades relacionadas con la natación de competición.

Trail Buddies (Compañeros de caminos): Compañeros de caminos invita a las personas que tienen una discapacidad o que no pueden pedalear una bicicleta de forma independiente a dar un paseo al aire libre.

Y Buddies (Compañeros de la Y): Es un programa que conecta a personas con discapacidades físicas, de desarrollo e intelectuales con voluntarios para que participen juntos en programas, clases y actividades en la Y.

PROMOVER LOS LOGROS

YMCA CAMP POTAWOTAMI

fwycamp.org

"Amamos el campamento ya que, le inspira pasión por la aventura y le permite compartir con otras personas en un entorno seguro. ¡Esperamos que pueda tener muchos más veranos de diversión!"

En YMCA Camp Potawotami nos enfocamos en todo lo que implica acampar y trabajamos para aumentar el sentido de logro y pertenencia del acampante mientras aprende sobre rasgos y valores positivos de la personalidad. Nuestras herramientas son un personal bien entrenado, programas cuidadosamente planeados e instalaciones seguras y limpias.

El YMCA Camp Potawotami es muy divertido: natación, juegos, canciones, obras, fogatas, caminatas en el barro, escalada, tiro con arco, artes y manualidades y mucho más; todo comprendido en una semana, que es más de lo que la mayoría de los niños experimentan durante todo el verano. El campamento está ubicado en Wolcottville, Indiana, y ofrece programas de campamento durante la noche de media semana y una semana de duración para niños de 6 años de edad o mayores.

¿Tiene preguntas? Envíelas por correo electrónico a Camp@fwymca.org.

CAMPAMENTOS DE VERANO PARA RESIDENTES:

MINI CAMP (MINICAMPAMENTO) | De 6 a 8 años

Una introducción al campamento de dos noches y tres días. Nuestros consejeros guiarán a los acampantes con un enfoque cuidadoso y atención individual que los ayuda a aprender nuevas habilidades y a ganar confianza en sí mismos.

YOUTH CAMP (CAMPAMENTO PARA JÓVENES) | De 8 a 12 años

Este campamento de una semana de duración se centra en el desarrollo de habilidades y el logro general. Los acampantes prueban una variedad de actividades de campamento y desarrollan habilidades en las clases que elijan.

SPECIALTY CAMPS (CAMPAMENTOS ESPECIALIZADOS) | De 10 a 14 años

Ofrecemos múltiples campamentos especializados cada verano. Esta es una oportunidad para que los acampantes pasen 2 horas cada día centrados en la especialidad elegida. Los campamentos especializados son los siguientes: Harry Potter Camp (Campamento de Harry Potter), Sports (Campamento deportivo), Percy Jackson (Campamento de Percy Jackson), Fishing (Campamento de pesca) y Target Sports and Theater (Campamento de deportes y teatro).

RANCH CAMP (CAMPAMENTO EN LA GRANJA) | De 12 a 14 años

Los acampantes pasan la mitad del día en nuestra granja donde aprenden sobre el aseo, la alimentación, el arreo, el cuidado general de los caballos y, además, tienen una lección diaria de equitación o un paseo con un instructor certificado.

También comparten varias actividades de grupo en cabañas y programas nocturnos en todo el campamento.

TEEN CAMP (CAMPAMENTO PARA ADOLESCENTES) | De 12 a 15 años

El Campamento para adolescentes se centra en el desarrollo de habilidades avanzadas, logros generales y la creación de relaciones. El grupo en cabañas es el corazón de nuestro campamento, donde nuestros consejeros capacitados ayudan a los acampantes a fomentar el respeto a sí mismos y a los demás en su grupo. Los Campamentos para adolescentes tienen más opciones de actividades y una actividad grupal adicional cada noche.

TEEN ADVENTURE: VOYAGERS (AVENTURA PARA ADOLESCENTES: VIAJEROS) | De 13 a 15 años

Este campamento está lleno de acción y maravillosas oportunidades para hacer nuevos amigos y emprender una nueva aventura cada día. Los acampantes viajan a las dunas de Michigan para acampar durante la noche.

TEEN LEADERSHIP: BLIPPERS (LIDERAZGO PARA ADOLESCENTES: BLIPPERS) | 15 años

Blippers es un programa de liderazgo para adolescentes de una semana que ha sido diseñado para los adolescentes que pasan de ser acampantes a consejeros. Los adolescentes pasan la mitad del día participando en los programas de campamento regulares y la otra mitad del día aprendiendo habilidades de liderazgo.

TEEN LEADERSHIP: CLIPPERS (LIDERAZGO PARA ADOLESCENTES: CLIPPERS) | 16 años

Nuestro Campamento de liderazgo para adolescentes (Clippers) es un programa de dos semanas diseñado para que los adolescentes pongan en práctica sus habilidades de liderazgo.

A través de este programa, su hijo/a adolescente aprenderá a convertirse en consejero y líder de campamento mientras aconseja a acampantes más jóvenes y a ser un modelo positivo a seguir.



PROGRAMAS AL AIRE LIBRE ADICIONALES:

OUTDOOR EDUCATION (EDUCACIÓN AL AIRE LIBRE)

Los estudiantes obtienen una mejor apreciación del entorno natural, nuevas habilidades al aire libre, mejores habilidades para relacionarse en grupo y lazos personales más fuertes con sus compañeros de clase y maestros. Nuestro personal dirige las clases para estudiantes de todas las edades y habilidades. Ofrecemos clases prácticas que se relacionan directamente con las clases en el aula, desarrollan habilidades de trabajo en equipo, desarrollan la autoestima y promueven la diversión.

RETREATS (RETIROS)

YMCA Camp Potawatami es la máxima aventura para su escapada en grupo. Tenemos años de experiencia en la preparación de excelentes retiros para empresas, escuelas, organizaciones religiosas, organizaciones deportivas y más. Nuestro personal trabajará con el líder de su grupo para organizar todo, desde actividades hasta cubrir las necesidades de espacio y hacer que sea un viaje que usted nunca olvide.

Se harán todos los arreglos para asegurar que solo tenga que concentrarse en trabajar en equipo y divertirse. Se encuentran disponibles para su grupo: espacios interiores para reuniones, capilla al aire libre, área de picnic, círculos de fogata con suficiente madera, torre de escalada, tiro con arco, piragüismo, cursos de obstáculos con cuerdas bajas y altas e iniciativas de integración de equipos.

TEAM-BUILDING RETREATS (RETIROS DE INTEGRACIÓN DE EQUIPOS)

Si integrar un equipo es el objetivo de su evento, conferencia o retiro, YMCA Camp Potawatami tiene la experiencia y el equipo para ayudar a lograrlo. Si el suyo es un grupo empresarial, un equipo deportivo o una organización espiritual, permítanos diseñar un programa que desafiará a su grupo y los reunirá mediante nuevas formas atractivas.

En el YMCA Camp Potawatami, ofrecemos una variedad de formatos para reforzar el trabajo en equipo, incluidas actividades tradicionales como iniciativas de actividades en tierra, cursos de obstáculos con cuerdas bajas, cursos de obstáculos con cuerdas altas, torre de escalada y otros desafíos. Nuestros programas pueden durar dos horas o pueden ser una visita de varios días.



DESARROLLAR, EL CARÁCTER









**CAMPAMENTO
DE VERANO**

*"Todo lo bueno y toda
la magia sucede entre
los meses de junio
y agosto".*



Ofrecemos más que canciones y juegos simples. Ser parte de nuestro programa de campamento de verano es aprender sobre uno mismo y convertirte en lo que uno quiere ser. Se trata de desarrollar nuevas habilidades y hábitos saludables, alcanzar metas y entablar relaciones. Nuestro campamento de verano ayuda a los niños a ganar confianza en sí mismos y a desarrollar su carácter, y se centra en el niño en su totalidad en espíritu, mente y cuerpo.

SEDE DE YMCA	CAMPAMENTOS DISPONIBLES			
	Medio día	Preescolar	Edad escolar	Adolescentes
Jackson R. Lehman Family Y				
Jorgensen Family Y				
Parkview Family Y				
Renaissance Pointe Y				
Whitley County Family Y				
YMCA Child Care Services				



Puede encontrar más información en: fwymca.org/summer-day-camp

El registro en línea comienza el 1.º de febrero.

APOYADO POR:





PROGRAMAS DE AÑO ESCOLAR

El registro en línea para los programas de año escolar comienza el 1.º de abril.

Before & After School (Antes y después de la escuela)

(Prejardín-sexto grado; los rangos de edad varían según la sede)
Ofrecemos cuidado de alta calidad antes y después de la escuela en un ambiente seguro y enriquecedor. Las actividades incluyen apoyo con las tareas, actividades físicas y educación nutricional, actividades de alfabetización, aprendizaje de servicio y refrigerios o comidas saludables. **CHILD CARE, JORGENSEN, PARKVIEW, WHITLEY** (Año escolar)

Early Learning / Preschool (Aprendizaje temprano/preescolar)

(De 6 semanas a 6 años de edad)
La Y ofrece cuidado infantil durante todo el día para bebés y preescolares en nuestro programa con licencia que ofrece un ambiente seguro y acogedor. Las lecciones apropiadas para cada edad están diseñadas para estimular la mente de los niños, así como para ofrecerles un día divertido y creativo. **CAYLOR-NICKEL, CHILD CARE, WHITLEY**

After School Club for Teens (ACT) (Club después de la escuela para adolescentes)

Este programa extracurricular ofrece transporte desde la escuela y libertad para elegir entre una variedad de actividades, con la opción de contar con apoyo para las tareas. **JORGENSEN** (año escolar)

T.A.S.S. (The Afterschool Spot [El lugar después de la escuela])/ Club Pulse

Está diseñado para ayudar a los adolescentes a prosperar en la vida. Ofrecemos apoyo académico, servicio de aprendizaje y desarrollo de habilidades para la vida. Ofrece una variedad de actividades divertidas y atractivas, desde las artes culinarias hasta el baile hip hop. Transporte limitado. **RENAISSANCE POINTE** (Año escolar)

School Days Out (Días libres escolares)

(Grados jardín a sexto; los rangos de edad varían según la sede) Durante el año escolar, hay muchas ocasiones para que las escuelas cierren, como días de conferencias entre padres y maestros, días festivos de un solo día y feriados más largos. **CHILD CARE, JORGENSEN, PARKVIEW, WHITLEY** (Año escolar)

School Delays and Cancellations (Retrasos y cancelaciones escolares)

(Grados jardín a sexto, los rangos de edad varían según la sede) Estamos comprometidos a asegurar que las familias del noreste de Indiana tengan acceso a opciones de cuidado infantil seguras y asequibles cuando las escuelas cierran debido a las condiciones climáticas. En estas situaciones, algunas sedes de la YMCA ofrecen cuidado infantil de día completo para niños en edad escolar. **CHILD CARE** (Cierres únicamente), **JORGENSEN, PARKVIEW, WHITLEY** (Año escolar)

PROGRAMAS EN LAS SEDES; (todo el año, solo para miembros)

Child Watch (Cuidado de niños)

(De 6 semanas a 10 años)
Proporcionaremos cuidado seguro y afectuoso para sus hijos por hasta 2 horas mientras uno de los padres esté en la institución. Es GRATUITO para niños con una membresía activa.

Kids Club (Club de niños)

(Jardín hasta 5º grado)
Kids Club (Club de niños) es una extensión de Cuidado de niños y ofrece tiempo supervisado de gimnasio, natación y actividades educativas. El horario de las actividades para cada semana se publicará con anticipación para cada sede designada. Estos programas son GRATUITOS para los niños con una membresía activa y solo pueden ser usados mientras los padres usen la instalación.

CAYLOR-NICKEL, CENTRAL, JACKSON LEHMAN, JORGENSEN, PARKVIEW, RENAISSANCE POINTE, WHITLEY



DISTRITOS ESCOLARES Y ESCUELAS PRIVADAS DONDE SE BRINDA EL SERVICIO

- East Allen
- Fort Wayne Community
- Northwest Allen
- Most Precious Blood
- Southwest Allen
- St. Elizabeth Ann Seton
- Whitley County Consolidated

APOYADO POR:




CONSTRUIR FUTUROS BRILLANTES

CUIDADO DE NIÑOS Y CLUB DE NIÑOS, APRENDIZAJE TEMPRANO/PREESCOLAR, ANTES Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

"No puedo imaginar nuestra vida SIN la Y. No solo se ha convertido en nuestro segundo hogar, también es una extensión de nuestra familia. Me hace muy bien saber que no solamente mi hijo recibe un cuidado increíble, sino que también ama estar en la Y".

La YMCA ofrece varios programas de cuidado infantil. Ya sea que usted sea un nuevo padre que busca aprender cómo preparar mejor a su hijo para la escuela, o que busca un lugar divertido y enriquecedor para que su hijo mayor pase tiempo después de la escuela hasta que usted salga del trabajo, la YMCA tiene programas destinados a ayudar a dar a su hijo la mejor oportunidad de un futuro brillante.

SEDE DE YMCA	CUIDADO DE NIÑOS Y CLUB DE NIÑOS			CHILD WATCH Y KIDS CLUB (CUIDADO DE NIÑOS Y CLUB DE NIÑOS) (Para miembros de la Y únicamente)
	NIÑEZ TEMPRANA	ANTES Y DESPUÉS DE LA ESCUELA, DÍAS LIBRES ESCOLARES	DÍAS LIBRES ESCOLARES	
Caylor-Nickel Fdn. Family Y WELLS COUNTY EARLY LEARNING CENTER	Día completo Bebé-preescolar/ Medio día pre jardín 			
Central Branch Y				
Jackson R. Lehman Family Y	Una hora Preescolar 	 *	 *	
Jorgensen Family Y		 * ▲	 *	
Parkview Family Y				
Renaissance Pointe Y				
Whitley County Family Y ARMSTRONG EARLY LEARNING CENTER	Día completo Bebé- Preescolar 	 * ▲	 *	
YMCA Child Care Services	Medio día Preescolar 	 * ▲	 * ▲	

 Programa provisto por esta sede

* Atención adicional disponible en caso de retrasos y días escolares libres.

▲ El programa puede estar ubicado fuera del sitio. Póngase en contacto con la sucursal que aparece en la lista para obtener información adicional.

INFORMACIÓN GENERAL Y POLÍTICAS

¿SOY UN MIEMBRO O UN PARTICIPANTE DE UN PROGRAMA?

Los miembros se unen a la YMCA y pagan cuotas regulares de membresía. Tienen acceso gratuito a todas las instalaciones y a todos los programas de ejercicios grupales. Los miembros tienen prioridad de inscripción y tarifas reducidas para otros programas y también se benefician de algunos programas y servicios que no están disponibles solo para los participantes inscritos solo a programas.

Los participantes inscritos solo a programas se inscriben en un programa específico, pero no pagan una cuota de membresía regular para utilizar otras áreas de las instalaciones (es decir, los participantes de programas pueden estar inscritos en una clase de baile o en una liga deportiva o pueden tener hijos inscritos en un programa deportivo o en un programa de cuidado después de la escuela). Puede hacer cualquier consulta sobre las cuotas de los miembros y de los participantes de los programas en la recepción de su sede.

POLÍTICAS DE EDAD

Child Watch (Cuidado de niños) (6 semanas a 11 años)

Child Watch (Cuidado de niños) permite a los padres participar en programas y hacer ejercicio hasta dos horas al día mientras los niños participan en diversas actividades apropiadas para su edad en un ambiente supervisado. Consulte con su Y local para conocer los horarios de cuidado de los niños. Este programa es GRATUITO para los miembros y solo se puede aprovechar mientras los padres usan las instalaciones.

Kids Club (Club de niños) (5 años/Jardín - 11 años/5° grado)

Kids Club (Club de niños) tiene una variedad de opciones divertidas y atractivas para los niños mientras la familia está en la YMCA. Es una extensión de Child Watch (Cuidado de niños) y ofrece tiempo supervisado de gimnasio, natación y actividades educativas. El horario de las actividades para cada semana se publicará con anticipación para cada sede designada. Este programa es GRATUITO para los miembros y solo se puede aprovechar mientras los padres usan las instalaciones.

Instalaciones generales:

Los niños de 7 años de edad o menores deben estar con un padre o tutor en todo momento o en Cuidado de niños. Si tienen 8 a 10 años de edad, pueden estar en el club de niños o en el edificio sin supervisión directa; sin embargo, un padre debe permanecer en la instalación. Los mayores de 11 años pueden estar solos en el establecimiento.

Group Exercise Classes (Clases de ejercicios grupales):

Los miembros de 11 a 14 años de edad que hayan completado YouthFit (Ejercicio para jóvenes)* pueden participar en las clases de ejercicios grupales por su cuenta; de lo contrario, deben estar acompañados por un adulto. Los miembros de 15 años de edad y mayores pueden asistir a clases de ejercicios grupales por su cuenta.

Wellness Center (Centro de bienestar):

Para miembros de 15 años de edad y mayores. Los miembros de 11 a 14 años de edad pueden usar las áreas designadas del Centro de bienestar después de completar nuestro YouthFit (Ejercicio para jóvenes)*. (Vea la página 19 y más abajo) Los niños menores de 15 años no están permitidos en los centros de acondicionamiento físico/bienestar hasta que completen YouthFit (Ejercicio para jóvenes)*.

*YouthFit (Ejercicio para jóvenes) es un programa GRATUITO que muestra a los miembros, de 11 a 14 años de edad, las técnicas adecuadas, los procedimientos de Wellness Center (Centro de bienestar) y las pautas de ejercicio de una manera divertida e informativa. Consulte en la recepción para obtener detalles de la inscripción.

Vestuarios:

La privacidad y la seguridad en los vestuarios es una prioridad en la Y. La ropa y otras pertenencias personales que no estén en uso deben guardarse en los casilleros de la YMCA. Asegúrese de que su casillero esté bien cerrado y deje los objetos de valor en casa. Los casilleros para billeteras están disponibles para guardar pequeños objetos personales. Recuerde llevarse sus pertenencias al final del día. La Y no se hace responsable por pérdidas, robos o daños de los objetos personales. Recomendamos que traiga un candado para su casillero, pero debe llevarse al final del día. Si se deja un candado de un día para el otro en un casillero de uso diario, este será destruido y los contenidos del casillero serán colocados en objetos perdidos.

Los niños de 4 años o más no pueden ingresar en los vestuarios del sexo opuesto. La Y ofrece vestuarios universales para niños que tienen la edad suficiente para usar los vestuarios apropiados para su género (pero que todavía necesitan ayuda), para personas con discapacidades o para cualquier persona que no se sienta cómoda en los vestuarios grupales. El uso de grabadoras de video, cámaras, cámaras de teléfonos celulares o cualquier otro dispositivo para grabar o tomar fotografías en el vestuario u otro lugar privado no está permitido en la YMCA. Denuncie inmediatamente al gerente de turno cualquier comportamiento que parezca inapropiado o sospechoso con respecto a este asunto.

CENTRO DE SALUD

Central Branch YMCA ofrece centros de salud de servicio completo para miembros adultos. Los centros de salud para hombres y mujeres son vestuarios solo para adultos que ofrecen servicios mejorados como jacuzzi, sauna, baño de vapor (solo para hombres) y servicio de toallas gratuito. Los servicios adicionales incluyen servicios de masajes (solo para mujeres), alquiler de casilleros y servicio de lavandería.

Lleve su tarjeta siempre con usted

Las tarjetas de membresía o su identificación de aplicación de YMCA of Greater Fort Wayne deben ser escaneadas en la recepción al entrar a la Y. Este código de barras también puede ser agregado a Apple Wallet o Google Pay. Se requiere una identificación con foto válida si no tiene su tarjeta de miembro. Las tarjetas de membresía no son transferibles.

TIPOS DE MEMBRESÍA

Membresía para adultos:

Una persona que tiene 18 años de edad o más.

Una membresía familiar para adultos:

Una persona que tiene 18 años de edad o más y sus dependientes están en el mismo hogar.

Membresía para estudiantes:

Un estudiante de tiempo completo hasta los 25 años de edad con una identificación de estudiante válida.

Membresía para miembros del hogar:

Dos adultos y sus dependientes en el mismo hogar.

Membresía de la tercera edad:

Un adulto que tiene 65 años de edad o más.

Membresía para personas de la tercera edad en el mismo hogar:

Dos adultos de 65 años o más y sus dependientes en el mismo hogar.

Adulto agregado:

Un adulto adicional que resida en el mismo hogar puede ser añadido a una membresía por \$35 adicionales al mes. Este cargo cubre a los dependientes del adulto adicional. (Esta opción no está disponible en las membresías de estudiantes o en las membresías basadas en seguros).

Membresía corporativa:

La Y se asocia con empresas del área para ofrecer membresías a los empleados a través de deducciones de la nómina. Para averiguar si su empresa ofrece membresías corporativas o para iniciar su negocio, visite fwymca.org/corporate-membership.

Membresía de iniciativa de extensión militar:

La Y se enorgullece de ofrecer membresías al personal militar y sus familiares —que sean elegibles— para brindar apoyo adicional durante un momento en el que los seres queridos están lejos de sus hogares. Para obtener más información sobre los requisitos de elegibilidad, comuníquese con la recepción de su sede local o visite ASYMCA.org.

Membresía de la YMCA a nivel nacional:

La Y es un movimiento y queremos animar a los miembros a utilizar la Y tan a menudo como puedan para alcanzar sus metas de salud y bienestar. Se aplican algunas restricciones.

Cuota de inscripción:

Los miembros pagan una cuota de inscripción para crear su cuenta de miembro y comienzan a disfrutar de todos los beneficios que la Y tiene para ofrecer. Esta cuota cubre el costo administrativo de la membresía. Estos costos incluyen, pero no se limitan a, sus tarjetas de membresía, la cuota de procesamiento y el mantenimiento de la cuenta.

Los miembros que cancelan su membresía y luego se reincorporan deben pagar la cuota de inscripción para reactivar su cuenta si ha estado inactiva por más de 30 días.

Membresías basadas en seguros

La Y trabaja en asociación con determinados planes de salud de Medicare Advantage para ofrecer membresías gratuitas a los titulares de pólizas elegibles. Los participantes tienen derecho a una membresía en YMCA of Greater Fort Wayne, la cual incluye la participación en clases de ejercicios grupales, orientación de instructores calificados, actividades sociales y el uso de las instalaciones de la Y, tales como piscinas, centros de bienestar y saunas. Consulte con su compañía de seguros para conocer los requisitos de elegibilidad.

Asistencia financiera para miembros y participantes de los programas:

Creemos que las finanzas no deberían ser una barrera para participar en la Y. Para solicitar ayuda financiera, complete el formulario de solicitud que se puede descargar en fwymca.org. Reúna todos los documentos de la siguiente lista que correspondan a su situación: los últimos 30 días de ingresos para todos los asalariados dentro del mismo hogar, verificación de asistencia gubernamental, documentos del seguro social, otras fuentes de ingresos, prueba de desempleo u órdenes judiciales que verifiquen la manutención infantil. Acerque los documentos y la solicitud al mostrador de Servicios de membresía en cualquier Y en los condados de Allen, Whitley o Wells. La prueba de asistencia pública por sí sola puede agilizar su solicitud.

Iniciativa de seguridad en la natación: política de natación juvenil de prueba, marca, protección

Todos los jóvenes de 6 a 13 años de edad deben someterse a una prueba de natación supervisada por un guardavidas para determinar si pueden o no nadar sin chaleco salvavidas o sin la supervisión de sus padres.

Prueba:

La prueba de natación incluye una zambullida en aguas profundas, un nado de resistencia, mantenerse a flote durante 30 segundos, más natación y finalmente termina con flotar 10 segundos de espalda. Esta prueba demostrará que el nadador tiene la capacidad de nadar en el agua por encima de la cabeza y la capacidad de mantenerse a flote hasta que llegue la ayuda en caso de algún problema.

Marca:

Los niños son marcados con una banda de natación para indicar su capacidad de nadar cada vez que nadan.

Protección:

Mediante pruebas y marcas es la forma de asegurarnos de que sus hijos estén protegidos. Una banda de natación muestra que han sido probados

y marcados. Si no tienen una banda de natación, un adulto debe permanecer con el niño o el niño debe usar un chaleco salvavidas para su protección.

Política de devolución de pagos:

Con el fin de mantener la solvencia de nuestras sedes y conforme a la equidad para aquellos que pagan sus cuotas a tiempo, evaluaremos una cuota de \$30 para todos los pagos devueltos por cualquier motivo.

OPCIONES DE PAGO

Pago anual:

El miembro paga 12 meses por adelantado en una suma global. Las membresías de pago anual no son reembolsables.

Pago por giro bancario mensual:

Las cuotas mensuales de membresía se retiran de una cuenta bancaria o de tarjeta de crédito el primer día de cada mes. El compromiso de pago debe ser de 12 meses como mínimo. Los giros continuarán automáticamente después de ese período hasta que se cancelen en persona, por escrito o por teléfono a más tardar el día 25 del mes.

Cierre de las instalaciones de la YMCA en invierno:

Los niveles en los condados de Allen, Whitley y Wells son los siguientes: Advisory (Aconsejado) (nivel más bajo), los desplazamientos/actividades de rutina pueden estar restringidos en ciertas áreas y las personas deben tener precaución; Watch (Cuidado), las condiciones son amenazantes; Warning (Advertencia) (nivel más alto), los desplazamientos pueden estar restringidos a los trabajadores de la gestión de emergencias.

Cierres:

Condado de Allen: La decisión de cerrar las sedes la toma el director de operaciones o el director general. Llame al Departamento del alguacil del condado de Allen al 260.449.3000 para conocer el nivel o consulte el mapa del estado del desplazamiento del condado en IN.gov.

Condado de Whitley: La sede del condado de Whitley estará cerrada cuando se declare un nivel de "Warning" (Advertencia). La decisión de cerrar durante un nivel Advisory (Aconsejado) o Watch (Cuidado) será tomada por el director de operaciones o el director ejecutivo. Llame al Departamento del alguacil del condado de Whitley al 260.244.6410 para conocer el nivel o consulte el mapa del estado del desplazamiento del condado en IN.gov.

Condado de Wells: La sede del condado de Wells estará cerrada cuando se declare un "nivel 1". La decisión de cerrar durante un nivel 2 o 3 será tomada por el director de operaciones o el director ejecutivo. Llame al Departamento del alguacil del condado de Wells al 260.824.3426 para conocer el nivel o consulte el mapa del estado del desplazamiento del condado en IN.gov.

Descargue nuestra aplicación para recibir notificaciones sobre el cierre de las instalaciones. Sintonice las estaciones de noticias locales, como INC y WANE TV, para estar al tanto de las novedades. También se pueden sintonizar actualizaciones frecuentes en las emisoras de FM STAR 88.3, WJJI 95.1, WMEW 97.3, WLDE 101.7, K105, WBCL 90.3, WOWO 107.5 y la estación de AM WOWO 1190. Además, se publican actualizaciones en nuestro sitio web fwymca.org.

Cancelaciones de programas, eventos y clases:

En raras ocasiones, las sedes pueden cancelar clases, programas, eventos especiales o reuniones con un mínimo de tres horas de anticipación. El director de la sede toma la decisión de cancelar y se hace todo lo posible para comunicarse con los participantes del programa.

Piscinas al aire libre/piscinas de chapoteo:

Truenos y relámpagos: cuando se observen truenos o relámpagos por primera vez, se suspenderán todas las actividades de piscina y áreas circundantes al aire libre y serán evacuadas hasta 30 minutos después de la última señal de truenos o relámpagos. La distancia de una instalación a una tormenta que se aproxima puede ser de cinco a ocho millas, pero los relámpagos pueden caer desde una distancia mucho mayor.

Lluvia/viento:

Las lluvias torrenciales pueden dificultar la visión del fondo de una piscina o bajo la superficie. Si la lluvia fuerte causa obstrucción del fondo, las piscinas se evacuarán y se detendrá la natación hasta que la lluvia cese. El viento también puede causar riesgos para la seguridad. Si el viento es fuerte o racheado y causa obstrucción del fondo debido a las ondas del agua, los nadadores serán retirados de las piscinas hasta que el fondo sea visible.

Seguridad:

Como parte de nuestro compromiso de proporcionar un ambiente seguro para todos los miembros e invitados de la YMCA, nuestro personal participa en un entrenamiento continuo para responder rápidamente a una situación de crisis que amenaza la seguridad de las personas que participan en la YMCA. Los entrenamientos de preparación incluyen pero no se limitan a: reanimación cardiopulmonar general/primeros auxilios, condiciones climáticas severas, incendios, tornados y situaciones de tiradores activos dentro o fuera del edificio.

Notifique al personal si tiene preguntas o siente que hay una amenaza de peligro en nuestras YMCA o cerca de ellas. El director ejecutivo investigará los incidentes informados.

Agresor sexual:

Se negará a los agresores sexuales la participación en las actividades e instalaciones de la YMCA y se revocarán los privilegios de participación para cualquier miembro o participante actual que esté inscrito en el National Offender Registry (Registro Nacional de Delinquentes).

Uso de fotografías/cámara del teléfono celular:

El uso de grabadoras de video, cámaras, cámaras de teléfonos celulares o cualquier otro dispositivo para grabar o tomar fotografías en el vestuario u otro lugar privado no está permitido en la YMCA. Denuncie inmediatamente al gerente de turno cualquier comportamiento que parezca inapropiado o sospechoso con respecto a este asunto.

Promesa de servicio a los miembros:

El personal de Y reconoce que el servicio a nuestros miembros es la parte más importante de nuestro trabajo. Por lo tanto, hacemos esta promesa: los miembros de nuestro equipo serán amables y atentos y demostrarán bondad, honestidad, respeto y responsabilidad. Mantendremos nuestras instalaciones y equipos limpios, seguros y bien mantenidos. Ofreceremos programas de calidad que satisfagan las necesidades de nuestros miembros e invitados. Proporcionaremos oportunidades para que los miembros se involucren como donantes y voluntarios.

Políticas y procedimientos para los invitados**

- El uso de los pases de invitados se registra y cada invitado está limitado a un total de 3 visitas por año calendario (de enero a diciembre). El uso continuado después de las tres visitas requiere unirse a la YMCA.
- Los miembros de 16 y 17 años de edad pueden traer a un invitado de 11 años en adelante.
- Los miembros de 18 años o más pueden traer a un invitado de cualquier edad.
- La primera visita es gratuita. Después de eso, se aplican los siguientes cargos de invitados:

* Niño/estudiante

Edades 0-18 años, estudiantes de tiempo completo hasta los 25 años con una identificación de estudiante válida: \$5.00

* Adultos: \$10.00

* Familias (padres con sus hijos dependientes): \$15.00

- Se puede aplicar un cargo de invitado a la cuota de inscripción si el invitado se convierte en miembro durante el año calendario.
- El miembro debe estar presente con su invitado.
- Los invitados de 16 años o más deben presentar una identificación con foto.
- El comportamiento inapropiado de los invitados dará como resultado la pérdida de los privilegios de membresía para el miembro patrocinador.
- Un miembro puede estar acompañado por dos invitados individuales o una familia durante una visita. (La definición de un pase de invitado familiar es, como mínimo, un padre, tutor o abuelo invitado presente con hijos dependientes). Si desea ir con invitados adicionales, consulte con el director de membresía de la sede antes de su visita.

** Esta política está sujeta a cambios.

Fiestas de cumpleaños/alquiler de salas

¿Está planeando una fiesta de cumpleaños, una reunión familiar, un baile de graduación u otro evento? Se pueden alquilar las piscinas, gimnasios, salas comunitarias y paredes de escalada. Póngase en contacto con su Y local para conocer la disponibilidad y los detalles.

Errores y ajustes:

Esta guía se imprimió en febrero de 2023. Si bien tratamos de ser precisos en la presentación de la información, puede haber algunos errores inevitables o cambios en la información. Pedimos disculpas por cualquier inconveniente que pueda resultar de estos ajustes necesarios. Si encuentra un error, infórmelo a: HereForYou@fwymca.org.

Créditos/reembolsos por los programas:

Queremos que esté conforme con nuestros programas. Si un participante tiene una exención médica o no está conforme con un programa, podemos emitir un cupón de crédito por el programa. No se conceden prorrates después de que se haya iniciado un programa para la sesión. El sistema de registro en línea no acepta cupones ni créditos. Las solicitudes de créditos o reembolsos de programas pueden requerir la aprobación del director ejecutivo de la sede.

SOCIOS DE LA MISIÓN

Los socios de la misión de la YMCA proveen recursos financieros para fortalecer nuestra comunidad y hacernos avanzar. El apoyo de estas compañías permite a la YMCA llevar a cabo nuestra misión y generar un impacto significativo y duradero en nuestra comunidad.

Gracias por su gran apoyo excepcional a la YMCA.



BALONCESTO PROFESIONAL



CREAR UNA FUERZA DE TRABAJO SALUDABLE

La Y está aquí para ayudar a los empleadores a mejorar la salud y el bienestar de su fuerza laboral. Al asociarse con la Y, sus empleados tienen la oportunidad de ser parte de un lugar donde las personas pueden construir lazos más fuertes, lograr un mayor equilibrio entre trabajo y vida personal y comprometerse más con su comunidad.



Ofrecemos programas y servicios de bienestar que benefician a todos. Algunas de las opciones son:

- **Membresías corporativas**
- **Evaluación gratuita de bienestar en el lugar de trabajo**
- **Entrenamiento de salud personalizado**
- **Clases de ejercicios grupales en el lugar**
- **Administración de gimnasios en el sitio**
- **Programas de educación y capacitación**
- **Desafíos y presentaciones para el bienestar de los empleados**
- **Desafío deportivo corporativo e integración de equipos**
- **Programas de prevención y manejo de enfermedades crónicas**
- **Oportunidades de voluntariado corporativo**

¿Tiene preguntas? Visite nuestro sitio web en fwymca.org, llame al 260.422.6488 o envíe un correo electrónico a HereForYou@fwymca.org.

CÓDIGO DE CONDUCTA

Estamos comprometidos a proporcionar un ambiente seguro y acogedor para todos los miembros e invitados. Nuestra declaración de misión y nuestros valores fundamentales sirven de base para nuestro Código de conducta. De acuerdo con estos principios rectores, esperamos que los individuos se comporten de una manera cuidadosa, honesta, respetuosa y responsable en todo momento cuando estén en el campus de la YMCA o participen en nuestros programas.

COMPORTAMIENTOS PROHIBIDOS

Los ejemplos de acciones inaceptables mientras participa en la YMCA incluyen, entre otros:

- Acoso o intimidación con palabras, acciones o cualquier tipo de comportamiento amenazante o degradante, abuso verbal, lenguaje vulgar, insultos, peleas o gritos.
- Robo o comportamiento que resulte en la destrucción o pérdida de propiedad.
- Llevar u ocultar un arma o cualquier objeto que pueda ser usado como arma (el personal policial está exento).
- Conversación, comportamiento o contacto sexualmente explícitos con otra persona.
- Atuendo inapropiado, inmodesto o sexualmente revelador.
- Usar, poseer o estar bajo la influencia de alcohol o sustancias ilegales en las instalaciones.
- Fumar, el uso de productos de tabaco sin humo, cigarrillos electrónicos, vaporizadores y productos de nicotina no regulados están estrictamente prohibidos en las instalaciones.
- El uso de grabadoras de video, cámaras, cámaras de teléfonos celulares o cualquier otro dispositivo para grabar o tomar fotografías en el vestuario u otro lugar privado no está permitido en la YMCA. Denuncie inmediatamente al gerente de turno cualquier comportamiento que parezca inapropiado o sospechoso con respecto a este asunto.

Se negará a los agresores sexuales la participación en las actividades e instalaciones de la YMCA y se revocarán los privilegios de participación para cualquier miembro, participante o invitado actual que esté inscrito en el National Offender Registry (Registro Nacional de Delincuentes).

Notifique al personal si tiene preguntas o necesita ayuda. El personal de la YMCA se reserva el derecho de determinar si el comportamiento es apropiado para asegurar la compatibilidad con la misión y el código de conducta de la YMCA. El director ejecutivo se ocupará de los incidentes informados.

El comportamiento que contradiga nuestra misión y valores fundamentales puede dar como resultado la suspensión o terminación de los privilegios de participación.

**Nuestra misión es poner
en práctica los principios
cristianos a través de
programas que desarrollan
la salud del espíritu, la
mente y el cuerpo de todos.**

