



serving youth  
and families  
**FOR 26  
YEARS**

# APCH CHECK - IN

**A PLACE CALLED HOME WEEKLY BULLETIN**

EDITION #2- MARCH 24, 2020

## EXECUTIVE DIRECTOR'S MESSAGE

Dear APCH Member Families,

It was wonderful to see many of you this past week as you stopped by for groceries and shared stories about how it's going at home. We know it's not easy. Unfortunately, we have to suspend the Family Resource Depot operation for at least two weeks - we'll let you know if/when we are able to start up again. So, please read this bulletin thoroughly to learn about other resources for you and your family. And, encourage your children to check their email or visit [apch.org](http://apch.org), as we will be launching online programs this week, including tutoring, music lessons, home exercise classes and more! We are here for you. Let's all stay safe, healthy and hopeful.

Jonathan

## APCH Family Resource Depot

Your **A Place Called Home** family was honored to be of service to you and your families last week during the Family Resource Depot. Last week we distributed over **5000 lbs of household essentials and groceries to families of our members.**

Unfortunately, due to the "Safer at Home" government mandate, we have to suspend the Family Resource Depot for at least two weeks.

Please check back here weekly for updates regarding the reinstatement of the Family Resource Depot.

We can't wait to see you all again!

## SONG OF THE WEEK

**ALBERTO ANGUZZA - IMAGINE**

[WATCH HERE!](#)

### IN THIS ISSUE

**EXECUTIVE DIRECTOR'S  
MESSAGE TO THE  
COMMUNITY**

**APCH FAMILY RESOURCE  
DEPOT**

**TIPS ON STAYING  
HEALTHY**

**MEMBER ZONE!**

## Tips on Staying Healthy

### SoCalGas Shares Some Tips on Staying healthy and Saving Money on Energy Bills While Spending More Time at Home

We know that there is a lot of different information going around but we want to make sure you and your family have the facts. According to the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) here are the best ways to stay healthy and avoid the spread of any respiratory viruses, COVID - 19 included:

- Stay home if you are sick
- Clean AND disinfect frequently touched surfaces daily. This includes tables, doorknobs, light switches, countertops, handles, desks, phones, keyboards, toilets, faucets, and sinks.
- Cover your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze or use the inside of your elbow.
- Avoid close contact with people who are sick.
- Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands.
- Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds.
- If water and soap are not available, clean hands using an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.



Photography by Christina Day 2020

## TO DISINFECT:

**MOST COMMON EPA-REGISTERED HOUSEHOLD DISINFECTANTS WILL WORK. USE DISINFECTANTS APPROPRIATE FOR THE SURFACE.**

**OPTIONS INCLUDE: DILUTING YOUR HOUSEHOLD BLEACH. TO MAKE A BLEACH SOLUTION, MIX: 5 TABLESPOONS (1/3 CUP) BLEACH PER GALLON OF WATER OR 4 TEASPOONS BLEACH PER QUART OF WATER.**

**FOLLOW MANUFACTURER'S INSTRUCTIONS FOR APPLICATION AND PROPER VENTILATION. CHECK TO ENSURE THE PRODUCT IS NOT PAST ITS EXPIRATION DATE. NEVER MIX HOUSEHOLD BLEACH WITH AMMONIA OR ANY OTHER CLEANSER.**

**APCH COUNSELORS ARE AVAILABLE FOR YOU TO SPEAK WITH MONDAY THROUGH FRIDAY FROM 9AM-6PM. CALL THIS**

**NUMBER:**

**(323) 232-7653**

**VERONICA BUENO, EXT. 2207**

**GABREY MILNER, EXT. 2252**

If you need to stay at home,



**Maintain a healthy lifestyle. Including proper diet, sleep and exercise.**

# Resources



[LAUSD has opened 60 "Grab n Go" meal pick-up sites. Click here for more info and resources from LAUSD.](#)

[Make your bedroom a classroom with Brain Pop!](#)

[Go into Zen mode with free yoga classes.](#)

[Covid19 Los Angeles Community Resources](#)

[Take a virtual tour of the some of the world's greatest museums and heritage sites.](#)

[Try some of these fun and easy crafts using paper](#)

[Learn how to make a mask using recycled materials from your home!](#)

[iCivics works to ensure every student in the United States receives a quality and engaging civic education and graduates from high school well prepared and enthusiastic for citizenship](#)

[Work on your typing speed and play fun games to help you on your journey!](#)

[Masterclass has an impressive and amazing selection of courses from top people in their field. In Digital Media we've been using Shonda Rhymes and Aaron Sorkin](#)

[Get up and moving with these fun games and songs](#)

[Learn and practice your math skills with Prodigy Math!](#)

[Try a few of these cool math games and logic puzzles!](#)

[Free online tutoring services for all subjects from 11am to 11pm Everyday.](#)

[Take a tour of the San Diego Zoo!](#)

[Take a guess at these fun, fast-paced, multiple-choice question game that tests players' money management skills as they advance down the field and try to score.](#)

[Learn how to make music beats online!](#)

[Music Memory Game \(works on pitch recognition/solfege\)](#)

[Les Paul Chasing Sound \(Movie that provides historic information on the evolution of audio recording and Technology from its birth to the modern day\) #2 "the Birth of the electric guitar and multi track recording"](#)

[Play interactive games on line while learning about health and nutrition at the same time! in English and Spanish](#)

[The Epicurious Channel show 4 Levels shows a cooking demonstration with 3 levels of experience who are judged by a food scientist at the end!](#)

[Digitally borrow books, audiobooks, movies, magazines, etc!!](#)

MEMBER ZONE! will be updated weekly with new cool things to do!

## MEMBER ZONE! Announcements

To get free internet access if you do not have any, call 1-844-488-8395.

**PROGRAM UPDATE - As we all remain safe at home, APCH understands the need to continue our programming for members. We are excited to share that starting Tuesday March 24th, we will be going on-line! Please be on the lookout for an email with a link to connect you. Send an email to [membership@apch.org](mailto:membership@apch.org) for any updates to your contact information including the child's name, parent and child's email, phone number and address.**

Important updates regarding the LIFE Mentoring Program **HERE**. Contact Katherine Monterosso ext. 3301 or [kmonterroso@apch.org](mailto:kmonterroso@apch.org) for any questions.

MasterClass.com: For a 1 year subscription, (need member email to assign subscription) please see Joaquin ([joaquin@apch.org](mailto:joaquin@apch.org)) for further information.

For all the members in Jahcobie's Screenwriting class, I encourage you to keep writing during this break in programming. Please use your Masterclass account to continue instruction. I would love to see what you've been writing, please feel free to email me at [jcosom@apch.org](mailto:jcosom@apch.org)!

## WORD OF THE DAY

DAUNTLESS

(ADJ) FEARLESS AND COURAGEOUS

"A DAUNTLESS WARRIOR WILL NOT BACK DOWN FROM A CHALLENGE EVEN IF FIGHTING FOR WHAT THEY BELIEVE IN SEEMS DIFFICULT."



serving youth  
and families  
**FOR 26  
YEARS**

# APCH ESTAR al TANTO

**BOLETIN SEMANAL DE A PLACE CALLED HOME**

**Edición 2 - 24 de marzo del 2020**

## **MENSAJE DEL DIRECTOR EJECUTIVO**

Estimados Miembros y Familias de APCH:

Fue maravilloso ver a muchos de ustedes la semana pasada cuando nos visitaron para recibir comida y compartieron historias sobre cómo les va en casa. Sabemos que no es fácil. Desafortunadamente, tenemos que suspender la operación del Depósito de Recursos para Familias por lo menos dos semanas- les informaremos si/ y cuando podemos comenzar de nuevo. Por lo tanto, lea este boletín detalladamente para conocer otros recursos para usted y su familia. Y informe a sus hijos a revisar su correo electrónico o visitar [apch.org](http://apch.org), ya que esta semana lanzaremos programas en línea, que incluyen tutoría, lecciones de música, clases de ejercicios en el hogar y más! Estamos aquí para ustedes. A que mantenernos seguros, sanos y con esperanza.

Jonathan

## **APCH Deposito de Recursos para Familias**

Su familia de A Place Called Home pasaron un tiempo maravilloso al poder servir a sus familias la semana pasada durante el Depósito de Recursos para Familias. La semana pasada distribuimos más de 5000 libras de artículos básicos y comestibles para el hogar a las familias de nuestros miembros.

Desafortunadamente, tenemos que suspender el Depósito de Recursos para Familias por lo menos dos semanas.

Por favor vuelva a consultar aquí cada semana para obtener nueva información sobre el restablecimiento del Depósito de Recursos para Familias.

¡Estamos ansiosos por volver a verlos a todos!

### **EN ESTE PUBLICACION**

**MENSAJE A LA  
COMUNIDAD  
DEL DIRECTOR EJECUTIVO**

**APCH DEPOSITO DE  
RECURSOS PARA  
FAMILIAS**

**CONSEJOS PARA  
MANTENERSE SALUDABLE**

**ZONA DE  
MIEMBROS**

# PALABRA DEL DIA

INTREPIDA

(ADJ) SIN MIEDO Y CON VALENTIA

"UN GUERRERO INTRÉPIDO NO RETROCEDERÁ ANTE UN DESAFÍO, AUNQUE SI LUCHA POR LO QUE CREE ES DIFÍCIL."

## CONSEJOS PARA MANTENERSE SALUDABLE

SoCalGas comparte formas de mantenerse saludable y ahorrar dinero en facturas de energía mientras pasa más tiempo en casa

Sabemos que hay mucha información diferente circulando pero queremos asegurarnos que usted y su familia tengan la información correcta. De acuerdo con el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) aquí están las maneras para mantenerse saludable y evitar la propagación de cualquier virus respiratorio, COVID - 19 incluye:

- Permanecer en casa si está enfermo..
- Limpie y desinfecte frecuentemente las cosas que toca a diario. Esto incluye mesas, las puertas, la luz, el mostrador, escritorios, teléfonos, teclados, el baño y lavamanos
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude o use la parte interna del codo.
- Evite el contacto cercano con gente que esta enferma
- Evite tocar sus ojos, nariz, y boca sin lavarse las manos.
- Lave sus manos con frecuencia con jabón y agua por los menos 20 segundos
- Si agua y jabón no están disponible, limpie sus manos con desinfectante de manos a base de alcohol que tiene 60% alcohol

## PARA DESINFECTAR:

LOS DESINFECTANTES DOMÉSTICOS MÁS COMUNES REGISTRADOS POR LA EPA FUNCIONARÁN. USE DESINFECTANTES APROPIADOS PARA LA SUPERFICIE.

LAS OPCIONES INCLUYEN: DILUIR EL BLANQUEADOR DOMÉSTICO. PARA HACER UNA SOLUCIÓN DE BLANQUEADO MEZCLE: 5 CUCHARADAS (1/3 DE TAZA) DE BLANQUEADOR POR GALÓN DE AGUA O 4 CUCHARADITAS DE BLANQUEADOR POR LITRO DE AGUA. SIGA LAS INSTRUCCIONES DEL FABRICANTE PARA LA APLICACIÓN Y LA VENTILACIÓN ADECUADA. VERIFIQUE PARA ASEGURARSE DE(REMOVE DE) QUE EL PRODUCTO NO HAYA PASADO SU FECHA DE VENCIMIENTO. NUNCA MEZCLE BLANQUEADOR DOMÉSTICO CON AMONÍO O

CONSEJEROS DE APCH ESTAN DISPONIBLE PARA PLATICAR LUNES A VIERNES DE 9AM-6PM. LLAME A ESTE NUMERO:

(323) 232-7653

VERONICA BUENO, EXT. 2207  
GABREY MILNER, EXT. 2252





Fotografía por by Christina Day 2020

# Zona de Miembros

## Anuncios

- **Para internet gratis si no tiene, llame a 1-844-488-8395.**
- **Si estudiantes necesitan ayuda con tarea por favor envíe un correo electrónico a Wendy Camacho [wcamacho@apch.org](mailto:wcamacho@apch.org) para Matemáticas y Ciencias o a Adam Yerima [ayerima@apch.org](mailto:ayerima@apch.org) para Ingles, Literatura y Humanidad.**
- **El programa de Teatro ofrecen clases por el internet durante este descanso de programas para los que están involucrados en el Teen Actors Showcase! Si esta interesado, envíe un correo electrónico a [bridgetheater@apch.org](mailto:bridgetheater@apch.org) para una cita!**
- **Información importa te sobre el LIFE Mentoring Program, AQUÍ. Contacte a Katherine Monterosso ext. 3301 o [kmonterroso@apch.org](mailto:kmonterroso@apch.org) para cualquier preguntas.**
- **MasterClass.com: 1 año de suscripción (necesitamos el correo electrónico del miembro) Por favor envíe su información a [joaquin@apch.org](mailto:joaquin@apch.org)**
- **Para los miembros en la clases de Escritura, sigan escribiendo durante este descanso. Por favor usa tu cuenta de Masterclass para seguir con instrucción. Me gustaría saber lo que han escrito, envíe un correo electrónico a [jcosom@apch.org](mailto:jcosom@apch.org)!**

## Recursos

HOLA MIEMBROS!

Aquí esta una lista de cosas divertidas mientras que estén en casa! Diviértanse!

[LAUSD abrió 60 "Grab n Go" sitios para recoger comida.Hacer Clic aqui para mas información y recursos de LAUSD.](#)

[Haz tu recamara un salon de clase con Brain Pop!](#)

[Levantase y muévase con estos juegos divertidos y canciones](#)

[Vaya a modo de zen con clases de Yoga gratis](#)

[Covid19 Los Angeles Recursos de la Comunidades](#)

[Toma un tour virtual de los mejores museos y sitios de herencia del mundo.](#)

[Pruebe unos de estos proyectos fácil y divertidos](#)

[Aprende hacer una mascara usando materiales reciclado de tu casa!!](#)

[iCivics](#) trabaja para lograr que cada estudiante en los Estados Unidos recibe educación civic de cualidad y que sea graduado de la preparatoria preparada y entusiasmo para ciudadanía

Trabaja en tu velocidad de mecanografía y juega juegos divertidos para ayudarte en tu viaje!

[Masterclass tiene una impresionante y sorprendente selección de cursos de las mejores personas en su campo. En medios digitales hemos estado usando Shonda Rhymes y Aaron Sorkin.](#)

[Aprenda y practica matemáticas con Prodigy Math!](#)

[Prueba uno de estos juegos de matemáticas y rompecabezas lógicos!](#)

[Gratis tutoría en todos los temas de 11 de la mañana a 11 de la noche Todos Los Dias.](#)

[Tome un tour de San Diego Zoo!](#)

[Adivine con estos divertidos, rápidos, preguntas que prueba los habilidades de administración de dinero, hacia avanzar en el juego](#)

[Aprende hacer ritmos musicales por el internet!](#)

[Juego de Música y Memoria](#)

[Les Paul Chasing Sound \(Película que provee información histórica de la evolución de audio y tecnología de su principio al día moderno. #2 "La principio de la guitarra electronica y grabación"](#)

Juegos interactivos y aprendizaje de salud y nutrición, en Ingles y Español

El canal "[The Epicurious Channel](#)" enseña 4 niveles de cocinar con 3 niveles de experiencia que son juzgado por un científico de alimentos al final!

[Prestar digitalmente libros, audiolibros, películas, revistas, etc.](#)

**LA ZONA DE MIEMBROS va tener nueva información cada semana con cosas divertidas! Los vemos pronto!**