

Verano/Otoño 2024



COLUMBIA UNIVERSITY NEIGHBORS

B O L E T Í N

Adentro

- Programas y recursos
- Centro educativo
- Salud y bienestar
- Empleo en Columbia
- Verano en Uptown

Atención comunitaria

Programas del verano al aire libre para personas mayores



Con la llegada del verano, es importante que las personas mayores se mantengan activos al aire libre.

Para ayudarlas a alcanzar este objetivo, estos beneficiarios de Columbia Community Service están realizando programación activa al aire libre:

- **Lifeforce in Later Years** trabaja para mejorar el bienestar de las personas mayores en la comunidad y organiza un grupo de caminatas. Comuníquese con Robin Villa en robin.villa@gmail.com para obtener más información.

- **DOROT** ayuda a abordar los desafíos que enfrentan las personas mayores y organiza un grupo de caminata con entrenadores de New York Road Runners en Central Park. Regístrese en dorotusa.org.

- **Dances for a Variable Population** es un comunidad que ofrece clases gratuitas de baile al aire libre para personas mayores en Washington Square Park, Garibaldi y Grants Tomb, no es necesario registrarse.

Obtenga más información sobre otros programas en neighbors.columbia.edu/senior-programs.

Servicios gratuitos de traslado en autobús



Columbia ofrece un servicio de autobús gratuito a los miembros de la comunidad local discapacitados o personas mayores a través del Intercampus Shuttle accesible según la ADA.

El servicio de transporte conecta la calle 96, el campus de Morningside, la calle 125, el Centro Médico Irving de Columbia en Washington Heights y el Hospital Harlem, con paradas en paradas de metro y transporte público cercanas. El servicio de autobús lanzadera funciona de lunes a viernes, de 9:00 am a 5:00 pm, excepto los días festivos estatales y federales. Vea y descargue el mapa y el horario en transportation.columbia.edu.

Programas y recursos

Bundles Scholars se asocia con Incite para ofrecer nuevos beneficios



Los becarios comunitarios A'Leia Bundles son miembros de la comunidad de Uptown que reciben una afiliación de tres años con la Universidad y acceso a los recursos del campus mientras trabajan en un

Universidad para ofrecer nuevas oportunidades y mejoras, incluida una mayor financiación, tutoría, desarrollo de habilidades y creación de redes. El próximo grupo de académicos se anunciará a finales de este año.

“La nueva asociación con Incite permitirá que el programa crezca.”

“La nueva asociación con Incite permitirá que el programa crezca,” dijo el rector interino Dennis Mitchell. “Refleja el compromiso de la Universidad de reunir a las mejores mentes, dismantlar las barreras al éxito y apoyar el trabajo que mejore la vida en el campus, en nuestra comunidad y en todo el mundo.”

proyecto o habilidad que se relaciona con su comunidad o la beneficia.

Recientemente, el programa anunció que se está asociando con el Instituto Incite de la

Obtenga más información sobre el programa en communityscholars.columbia.edu.

Directorio de programas y recursos



Columbia tiene un compromiso de larga data con el cultivo de asociaciones impulsadas por la comunidad en el Uptown. Columbia se compromete el tiempo y la energía de todas las personas que trabajan en colaboración con organizaciones locales dedicadas a marcar una diferencia en las vidas de las personas de Uptown.

Neighbors alberga un directorio en línea de programas y recursos, que incluyen becas de posgrado para maestros de primaria locales, el programa de auditoría de cursos de Manhattanville y más. Consulte el directorio en neighbors.columbia.edu/resources.

Double Discovery Center

Double Discovery Center recibe fondos federales para lanzar un programa de tutoría de primera generación



El Roger Lehecka Double Discovery Center (DDC) anunció recientemente nuevos fondos federales para crear Project Start Right, una iniciativa destinada a reducir las tasas de deserción universitaria entre las comunidades desatendidas y de primera generación en el norte de Manhattan y el oeste de Harlem. DDC, establecida por primera vez en 1965, ha estado trabajando con jóvenes que van a la universidad para ayudarlos a garantizar su éxito.

Gracias a los senadores estadounidenses Chuck Schumer y Kirsten Gillibrand, quienes recaudaron \$388,000 en fondos para la iniciativa, este proyecto apoyará a los estudiantes de primera generación matriculados en universidades de todo el país.

“Estamos muy emocionados de lanzar esta nueva iniciativa, que esperamos se convierta en un recurso importante para nuestros vecinos jóvenes en West Harlem, Washington Heights y Inwood,” Dijo el presidente de Columbia Minouche Shafik. “Project Start Right brindará asesoramiento valioso a los jóvenes matriculados en la universidad del Alto Manhattan, con el objetivo de eliminar cualquier obstáculo que se interponga en el camino para obtener un título universitario completo”.

Obtenga más información del proyecto en neighbors.columbia.edu/ddc-24.

Conozca a la mentora de Double Discovery Center, Anthonella Fabiana Mendoza

Anthonella Fabiana Mendoza (CC'25), mentora en DDC y estudiante de Columbia, tiene la misión de mostrar a los estudiantes locales su verdadero potencial.

El verano antes de su último año, Mendoza experimentó el poder de la tutoría cuando recibió asesoramiento universitario gratuito de la organización sin fines de lucro Matriculate. Si bien los consejeros de su escuela promovieron principalmente opciones estatales, Matriculate le abrió los ojos a una gama más amplia de posibilidades.

Mendoza pretende retribuirlo en su función de mentora en DDC, donde comenzó a



trabajar como voluntaria a través de la clase, “Equidad y acceso en la educación superior.”

“Me asignaron dos estudiantes como mentores y todavía me mantengo al día con esos estudiantes hasta el día de hoy,” dijo Mendoza. “Es una experiencia completa porque les estoy brindando el mismo apoyo que recibí en escuela secundaria.”

Lea la entrevista completa con Mendoza en neighbors.columbia.edu/ddc-mentor.

Salud y bienestar

La clínica de salud móvil sale a la carretera



La clínica de salud móvil de Columbia, que ofrece exámenes de salud y atención dental de bajo costo a los residentes de Uptown y el Bronx, ha aumentado su capacidad con una subvención de \$500,000 de la Mother Cabrini Health Foundation.

La nueva camioneta integra infraestructura

tanto para medicina primaria como para salud bucal, con un sillón dental y una mesa de reconocimiento médico.

La clínica móvil viajará a las escuelas del vecindario, programas Head Start, guarderías, centros de cuidado de crianza, hogares de ancianos, centros de rehabilitación y clínicas de salud para brindar atención de salud bucal en el lugar y servicios de salud preventiva para niños y personas mayores a través del programa DentCare de Columbia.

Obtenga más información en neighbors.columbia.edu/mobile-health.

Apoyo para los cuidadores de personas con Parkinsons en Columbia Neurology

Cada primer miércoles de cada mes, de 2:00 p. m. a 3:00 p. m., se lleva a cabo un grupo de apoyo virtual en el Centro Médico Irving de Columbia para brindar un espacio de apoyo a quienes cuidan a una persona con Parkinson.

El grupo de apoyo para cuidadores de personas con Parkinson es gratuito y está abierto a cualquier persona que sea cuidador. El grupo está facilitado por un apasionado equipo de trastornos del movimiento dirigido por Erika Adelman, quien habló con los vecinos sobre los desafíos que enfrentan los cuidadores y cómo el grupo puede ayudar.

“Una cosa en la que nos centramos es en enseñar a las personas cómo pedir ayuda”, dijo Adelman. “Esto puede ser tan simple como aprender a defender a un ser



Erika Adelman (derecha) y miembros de su equipo

querido durante las citas con el médico o, en mayor escala, cómo navegar por el complejo sistema de servicios sociales y de salud”.

Además del grupo de apoyo para cuidadores, el equipo también dirige otros programas para pacientes con Parkinson para mejorar el habla, reducir la soledad y aumentar el apoyo.

Obtenga más información en neighbors.columbia.edu/parkinsons.

Empleo en Columbia

Navigate su búsqueda de empleo con el centro de información de empleo de Columbia



El centro de información sobre empleo de Columbia celebrará su vigésimo aniversario en 2025.

Cerca del campus de Manhattanville, y a tiro de piedra de la estación de metro de 125th Street, se encuentra un centro para todos los que buscan empleo.

El centro de información sobre empleo de Columbia (CEIC), que funciona de lunes a viernes de 9.00 a 16.00 horas, ha acogido a cerca de 58.000 personas desde su fundación.

En el centro de la misión del CEIC se encuentra el compromiso de dar la bienvenida a cada visitante y brindarle asistencia personalizada a sus necesidades de búsqueda de empleo.

“Nos emocionamos mucho cuando la gente entra,” dijo Barbara Catalano, directora ejecutiva del CEIC. “Nos los encontramos para descubrir por qué están aquí y cómo podemos ayudarlos.”

Aunque los recursos profesionales del CEIC están disponibles para cualquiera que los necesite, el equipo se especializa en ayudar a los visitantes a solicitar oportunidades en Columbia.

“Los puestos pueden abarcar desde un escritor hasta puestos de TI y trabajo administrativo en el Centro Médico,”

dijo Catalano. “También trabajamos estrechamente con las instalaciones en necesidades de mantenimiento temporal, como porteros, jardineros, y más.”

Y aunque cualquier solicitante de empleo



Elizabeth Jones (izquierda) y Barbara Catalano (derecha) en el CEIC

puede aprovechar los recursos del CEIC, su accesibilidad a la comunidad local es clave para su misión.

“Cualquier visitante que entre por la puerta, sin importar dónde viva, es bienvenido y lo ayudamos por igual,” dijo Catalano. “Pero estamos en este lugar específicamente para la comunidad local. La gente realmente aprecia que seamos tan accesibles.”

Lea el artículo completo en neighbors.columbia.edu/ceic.

Un subdirector de TI, Lamaka Opa, reflexiona sobre su tiempo en Columbia



Mientras alcanzaba la mayoría de edad, Lamaka Opa, nacida en el Congo y criada en París, estuvo rodeada de ejemplos de empoderamiento. Su padre era un médico que utilizaba la práctica de la medicina para mejorar a las comunidades y su madre era una contadora que dirigía los esfuerzos de microfinanciamiento para ayudar a las mujeres a comprar tierras y construir sus propios negocios. Para Opa, que tenía afinidad por la tecnología, esas muestras de servicio seguirían siendo una fuente de inspiración.

Al mudarse a Harlem hace 16 años, Opa pretendía avanzar en su carrera encontrando empleo en Columbia. Sin embargo, la agotadora búsqueda de empleo y las dificultades para conseguir visibilidad resultaron frustrantes.

Decidido a cambiar su búsqueda, Opa se apoyó en los recursos y el apoyo proporcionados por el CEIC, que fueron fundamentales para que su visión de trabajar en Columbia se hiciera realidad.

Con el apoyo de Elizabeth Jones, directora de Programas y Servicios de Empleo Comunitario en CEIC, Opa encontró puestos

vacantes que se ajustaban a sus habilidades en Columbia y finalmente consiguió un puesto de técnico en el departamento de cirugía del Centro Médico Irving de la Universidad de Columbia en 2015.

“El personal del CEIC es muy acogedor, profesional y amable.”

Ahora, Opa se desempeña como subdirector de TI en el departamento de Instalaciones y Operaciones (CUFO) de Columbia y se enfoca en garantizar que otros tengan un asiento en la mesa.

Cerca de su noveno año en Columbia, Opa reflexionó sobre su experiencia transformadora en el CEIC.

“El personal del CEIC es muy acogedor, profesional y amable,” afirmó Opa. “Te sonríen. Quieren saber para qué estás ahí. Es positivo. Es realmente importante, especialmente en una época en la que la sociedad carece de conexión humana”.

Obtenga más información sobre Opa en neighbors.columbia.edu/lamaka-opa.

Vivienda y servicios legales

¿Es usted un residente de Manhattanville que busca asistencia legal para evitar un desalojo, preservar viviendas asequibles o abordar los riesgos de seguridad?

En colaboración con P.A.L.A.N.T.E. Harlem, Columbia financia a dos abogados que brindan asistencia legal contra el desalojo y el acoso a los residentes del área de Manhattanville.

🔨 Pueden ayudar a los residentes a:

- Permanecer en casa
- Anular los aumentos ilegales
- Identificar malas condiciones
- Presentar violaciones

- Presentar los hallazgos al propietario y más



Los inquilinos que buscan asistencia legal de P.A.L.A.N.T.E. puede iniciar el proceso de dos maneras:



Comuniquese con P.A.L.A.N.T.E. Harlem

- 1 Llame al (212) 491-2541 para una breve entrevista telefónica para discutir sus inquietudes con un especialista en vivienda.
- 2 Después de la ingesta, P.A.L.A.N.T.E. programará una cita con un abogado para discutir el caso en detalle.
- 3 Traiga los documentos necesarios. Esto puede incluir historial de registro de alquileres, arrendamiento de propiedad y documentos judiciales (si ya están involucrados en el tribunal).



Visite la oficina de la Junta Comunitaria 9

- 1 P.A.L.A.N.T.E. está presente en la oficina de la Junta Comunitaria 9 cada primer jueves de cada mes de 1:00 pm a 5:00 pm.
- 2 Los residentes pueden reunirse personalmente con un abogado (no se requiere cita previa), pero se les recomienda traer la documentación en la primera visita.
- 3 Se programará una cita de seguimiento con P.A.L.A.N.T.E. para discutir el caso más detalladamente.

Obtenga más información sobre los compromisos comunitarios de la Universidad de Columbia en neighbors.columbia.edu/cba-commitments.

Columbia y conexión



5 eventos comunitarios destacados en Columbia

Columbia y nuestros vecinos han celebrado hitos, forjado nuevas asociaciones y celebrado la diversidad cultural. Si bien esperamos más eventos impulsados por la comunidad, aquí hay algunos aspectos destacados.

El verano pasado, **Sabor de Harlem** trajo una muestra culinaria al Foro que celebra las empresas alimentarias locales. Más tarde, las multitudes se reunieron en St. Nicholas Park para **Buenas vibras en el parque**, una celebración al aire libre de alegría y relajación para los negros, patrocinada por la Oficina de Asuntos Gubernamentales y Comunitarios (GCA) de Columbia.

En el otoño, cientos de estudiantes de la ciudad de Nueva York asistieron a **Conversaciones con los comisionados**, un panel.

El evento creó un foro abierto para que los estudiantes discutieran temas sobre educación, salud y más con los comisionados de la ciudad de Nueva York.

En invierno, junto con los Riverside Hawks, GCA regaló juguetes y libros y proporcionó 300 comidas gratis de Charles Pan-Fried Chicken para personas mayores A. Philip Randolph.

Esta primavera, nuestra asociación con el famoso restaurante continuará en The Forum para una serie llamada **Compre local, Alimente local**, que reúne a los restauranteros al espacio en un horario rotativo, al mismo tiempo que ofrece comidas gratuitas a los vecinos necesitados.

Manténgase actualizado sobre eventos en neighbors.columbia.edu/events.

Nuevo formulario en línea disponible para alquilar espacio en Columbia a través del programa en especie

¿Sabía que las organizaciones sin fines de lucro locales con sede en la Junta Comunitaria 9 de Manhattan o que prestan servicios pueden alquilar espacio en Columbia para eventos especiales? Columbia se ha comprometido a poner una variedad de comodidades a disposición de organizaciones a través de su programa In-Kind, ¡sin costo alguno!

Columbia, West Harlem Development Corporation y Junta Comunitaria 9 lanzaron un formulario en línea disponible cada primera semana del mes para los solicitantes.

Obtenga más información y comience su solicitud en neighbors.columbia.edu/in-kind.

Verano en Uptown

Mercados de agricultores del verano en Uptown

Los mercados de agricultores están mejores que nunca en el verano. Aquí hay una lista de mercados de agricultores de Uptown donde pueden comprar productos frescos. Asegúrese de consultar el sitio web para obtener la información más reciente.

Mercado de Down to Earth en el parque de Morningside

West 110th St. y Manhattan Ave.

Todo el año

Sábado, 9:00 am - 2:00 pm

Mercado de Grassroots

West 145th St. y Edgecombe Ave.

Julio a Noviembre

Sábado, 9:00 am - 4:00 pm

Mercados verdes de GrowNYC

Consulte grownyc.org para la información sobre todas sus ubicaciones en Uptown, pero aquí hay algunas a tener en cuenta:

- Mercado verde de Columbia
- Mercado verde de 175th St.

Mercado de buena comida

330 St. Nicholas Ave.

Junio a Octubre

Jueves, 4:00 pm - 7:00 pm

West 137th St. y St. Nicholas Ave.

Junio a Noviembre

Sábado, 9:00 am - 3:00 pm

Mercado juvenil de Bro/Sis

West 143rd St. y Amsterdam Ave.

Julio a Noviembre

Miércoles, 10:30 am - 6:30 pm

Mercados de Harvest Home

Consulte el sitio harvesthomefm.org para obtener información sobre todas sus ubicaciones, pero aquí hay algunas a tener en cuenta:

- Harvest Home East Harlem
- Harvest Home Lenox Ave.

Uptown Night Market regresa para su cuarta temporada en West Harlem



El verano en la ciudad significa el regreso de los festivales callejeros, y West Harlem tiene la suerte de albergar uno de los mercados nocturnos más grandes de la ciudad, Uptown Night Market. El evento se lleva a cabo cada segundo jueves del mes de abril a octubre, de 4:00 pm a 10:00 pm, bajo los arcos del viaducto en W. 133rd. St. y 12th Ave.

Un elemento central de la misión de Uptown Night Market es la determinación de empoderar y elevar comunidades como Harlem. En una entrevista con Vecinos, el fundador Marco Shalma compartió su deseo de servir a la comunidad y apoyar a las empresas locales.

“Nuestra misión ha sido apoyar a las comunidades que antes eran ignoradas y apoyar a las pequeñas empresas que son



Marco Shalma

representativas de lo que somos,” dijo Shalma. “Queríamos hacer algo que sirviera a comunidades como Harlem, el Bronx y Brooklyn de una manera que pareciera orgánica.”

Cuando encontrando un hogar para el festivo, Shalma no tuvo dudas de que el viaducto era el lugar perfecto.

“El paisaje se presta muy bien. Es un escenario icónico tan hermoso,” dijo Shalma. “Siempre quise hacer algo en esa área para mostrárselo a la gente. Es un símbolo de Harlem y Harlem es un símbolo de Nueva York.”

Lea más de nuestra conversación neighbors.columbia.edu/marco-shalma.

Harlem Week 50 Se Prepara Para Agosto



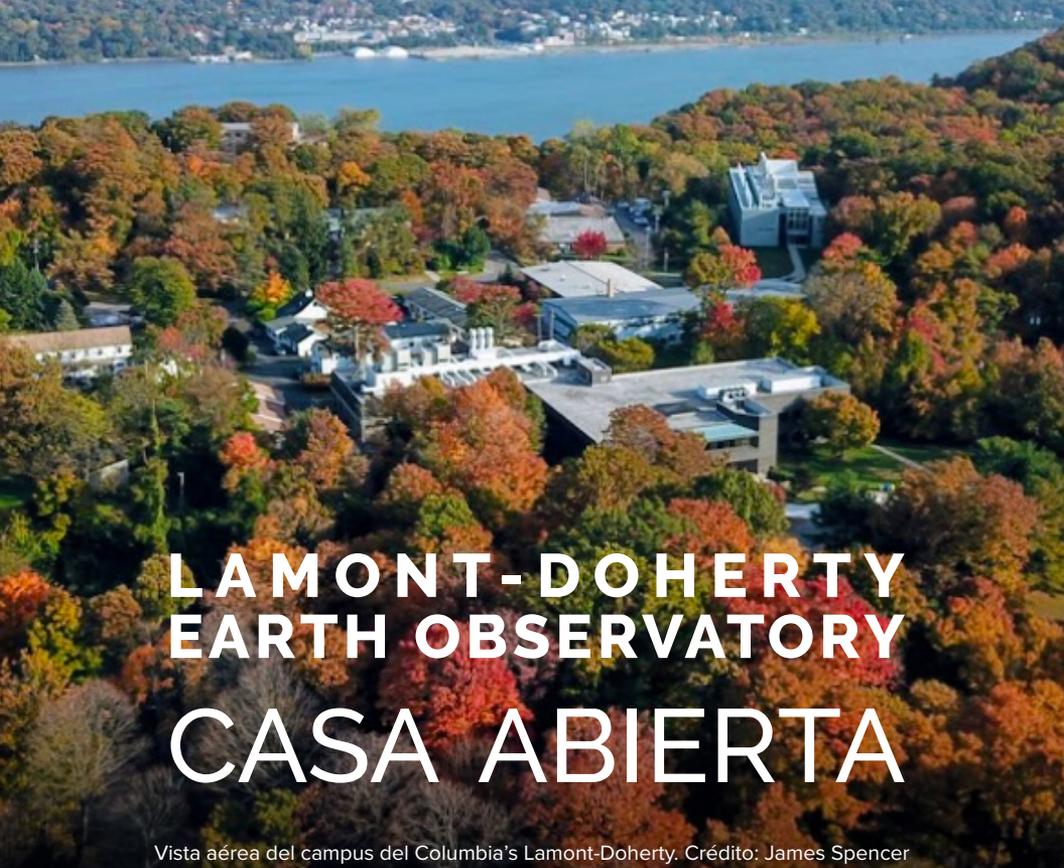
¡Únase a la Harlem Week este agosto para celebrar su 50 aniversario! Venga a celebrar el espíritu del vecindario y honre a los innovadores e instituciones que han dejado su huella en la historia de Harlem.

harlemweek.com



ACTUALIZACIONES DE CONSTRUCCIÓN

¿Vives en el área de Manhattanville y sientes curiosidad por la construcción en el campus? Regístrate para recibir actualizaciones semanales por correo electrónico sobre la construcción en neighbors.columbia.edu/construction-updates.



LAMONT-DOHERTY EARTH OBSERVATORY CASA ABIERTA

Vista aérea del campus del Columbia's Lamont-Doherty. Crédito: James Spencer

Descubre las Ciencias de la Tierra Sábado, 19 de octubre, 2024

Cada otoño, Lamont-Doherty de Columbia Climate School, ubicado en Palisades, celebra una jornada de puertas abiertas para todos. Ya sea un joven aspirante a científico o un entusiasta de la ciencia desde hace mucho tiempo, todos son bienvenidos a visitar el pintoresco campus para una celebración anual que se remonta a 1949.

Las actividades incluyen charlas con expertos, oportunidades para conocer descubrimientos en ciencia climática y docenas de actividades para niños y familias. Hay autobuses lanzadera gratuitos disponibles desde y hacia la New York.

Mantengase informado en el sitio de openhouse.ldeo.columbia.edu.

COLUMBIA NEIGHBORS



neighbors.columbia.edu
neighbors@columbia.edu

Mantengase informado
Suscribase a nuestro
newsletter semanal

neighbors.columbia.edu/newsletter

