

January 2023 Newsletter

Stay up to date on
your community!

In this Issue...

- National Mentoring Month
- New Year's Resolution Week - (1st – 7th)
- Workshops and Events
- Leadership Opportunities
- Call-to-Action



Happy New Year!

2023

National Mentoring Month

By: Daisy Pacheco, Community Liaison

National Mentoring month is a campaign dedicated to recognizing mentoring and the impact it can have on people's lives. Whether it's developing employees, supporting young people, or inspiring and preparing college students, mentoring enables people to unleash their full potential by learning from others. With the first month of the new year here, every individual is thinking and planning on what new goals and skills they want to achieve. However, many will face the challenge of not knowing where to begin, what they need to do, and how to keep trying even after they are close to giving up. A few of the first steps that someone can take to overcome this challenge are to know that they are not alone, maintain a positive mindset, and ask for help.

This month let's focus on how we can all work together to increase the number of mentors and make sure everyone, especially the young people in our communities, has a dependable person to look up to and will guide them to success. In addition, let's celebrate and show appreciation to those who have taken the initiative to become a mentor and have changed someone's life.

BEST MENTOR/MENTEE RELATIONSHIPS IN THE MOVIES:

1. Professor Dumbledore & Harry Potter - Harry Potter Series (1997-2007)
2. Mr. Miyagi & The Karate Kid - The Karate Kid (1982)
3. Yoda & Luke Skywalker – Star Wars, The Empire Strikes Back (1980)
4. Genie of the Lamp & Aladdin - Aladdin (1992)
5. Mushu the Dragon & Mulan - Mulan (1998)

Today, in our community there are numerous young people who could benefit from having a mentor. There is a powerful mentoring effect demonstrated by research and the experiences of young people who are connected to a mentor in real life.¹ Research has shown that when matched through a quality mentoring program, mentors can play a powerful role in providing young people with the tools they need.¹ Such as, making responsible decisions, staying focused in school, and reducing or avoiding risky behavior like skipping school, and other negative activities.¹ Mentoring relationships are basic human connections that let a young person know that they matter. So, let's come together as a community to ignite those passions and help turn those wildest dreams into reality with National Mentoring Month!

Visit the following links for upcoming events, resources, how to participate, and if you are interested in becoming a mentor!

<https://www.mentoring.org/campaigns/national-mentoring-month/>

<https://chronus.com/national-mentoring-month>

Workshops & Events

Free 4th Annual Family Fun WinterFest!

Date & Time:

**Saturday, January 7th, 2023
10:00 AM - 2:00 PM**

Location:

Arizona Boardwalk 9500 East Vía de Ventura Scottsdale, AZ 85256

More Information:

<https://www.eventbrite.com/e/4th-annual-family-fun-winterfest-tickets-471095307747>

Leadership Opportunities

Youth Leadership Council (YLC)

Meeting

Alhambra Date & Time:

**Tuesday, January 10th &
January 24th
4:00 PM – 5:00 PM**

Glendale Date & Time:

**Wednesday, January 18th
4:30 PM - 5:30 PM**

Virtual:

Please contact your district's YLC lead for more information

Alhambra

Daisy.Pacheco@touchstonebh.org

Glendale

Neida.Paez@touchstonebh.org

Why come?

Are you a youth between the ages 11-14 looking to get involved, learn new skills, and make a difference in your school and community? Then come join the YLC for their monthly meeting!

Resources:

1. <https://sites.sph.harvard.edu/wmy/national-mentoring-month/>
2. <https://www.nytimes.com/guides/smarterliving/resolution-ideas>

New Year's Resolution Week (1st – 7th)

As we ring in the New Year, the first thing that many people do is look back on all their notable accomplishments and memories, the good and the bad. There are those who achieved all or most of their goals and feel proud and satisfied. However, many look back disappointed with their lack of progress, realizing the days flew by and their to-do list went unchecked. The great news is that a new year has begun, and everyone has another chance to try again. The purpose of New Year's Resolution Week is to invite everyone to be a part of a tradition that encourages people to set personal goals and try to improve themselves and the quality of their life. Because there is not one person in the world who is perfect, everyone has something that they want to make right!

Some of the most popular New Year's Resolutions Include:

- Eat healthier
- Pick up a new skill or hobby
- Exercise more
- Save more money and spend less
- Practice self-care
- Spend more time with family
- Spend less time on social media



New Year's Resolution Week runs from January 1 to 7. This is the time when everyone sets their to-do list and creates a plan. Many people will begin their resolutions determined and hopeful. However, one fact is that most people will give up by February. The number of people keeping their resolutions goes down every week with about 80% completely giving up on their resolutions by February. This year 2023, that percentage can go down and there will be more people who can say that they marked all or most of their to-do list. All we must do is work hard, work together, and support each other.

Here is a guide on how to make (and keep) a New Year's Resolution:

1. Pick the right resolution
2. Create your plan
3. Leap over resolution hurdles
4. Find a community
5. If you miss your goal, you didn't fail

Visit the following link for more information on each step!

<https://www.nytimes.com/guides/smarterliving/resolution-ideas>

Call-to-Action: What YOU Can Do

Here are some suggestions on what **YOU** can do this month:

- Express appreciation to your mentor, and/or learn how can become or partner with a mentor
- Create your resolutions to-do list and plan
- Join the YLC meeting this month
- Attend the free family fun winterfest!



you

Boletín de enero de 2023

¡Manténgase al día sobre su comunidad!

En esta edición...

- Mes nacional de la tutoría
- Semana de los propósitos de año nuevo (1^o-7^o)
- Talleres y Eventos
- Oportunidades de liderazgo
- Llamada a la acción



¡Feliz Año Nuevo!

Mes Nacional de la Tutoría

Por: Daisy Pacheco, Enlace Comunitario

2023

El mes de la tutoría es una Campaña dedicada a reconocer la labor de los mentores y el impacto que puede tener en la vida de las personas. Ya se trate de desarrollar a los empleados, apoyar a los jóvenes, o inspirar y preparar a los estudiantes universitarios, la tutoría permite liberar todo el potencial por aprender de los demás. Con la llegada del primer mes del nuevo año, cada persona está pensando y planificando las nuevas metas y habilidades que quieren lograr. Sin embargo, muchos se enfrentan al reto de no saber dónde empezar, que tienen que hacer y como seguir intentando cuando están al punto de rendirse. Unos de los primeros pasos que alguien puede tomar para superar este reto es saber que no están solos, mantener una mentalidad positiva, y pedir ayuda.

Este mes vamos a centrarnos en cómo podemos trabajar juntos para aumentar el número de mentores y asegurarnos de que todos, especialmente los jóvenes de nuestras comunidades tengan una persona de confianza a la que a pueden admirar y que los guie hacia el éxito. Además, celebremos y mostremos nuestro agradecimiento a quienes han tomado la iniciativa de convertirse en mentores y han cambiado la vida de alguien.

LAS MEJORES RELACIONES DE MENTOR/ALUMNO DEL CINE

1. El Professor Dumbledore/Harry Potter – Series de Harry Potter (1997- 2007)
2. El señor Miyagi & Daniel LaRusso - Karate Kid (1984)
3. El Maestro Yoda & Luke Skywalker – La Guerra de las Galaxias, El Imperio contraataca (1980)
4. El Genio & Aladdin - Aladdin (1992)
5. Mushu & Mulan - Mulan (1998)

Hoy en día, en nuestra comunidad hay muchos jóvenes que podrían beneficiarse de tener un mentor. Los estudios y las experiencias de los jóvenes que se relacionan con un mentor en la vida real demuestran el poderoso efecto de la mentoría.¹ Las investigaciones han demostrado que, cuando se combinan con un programa de tutoría de calidad, los tutores pueden desempeñar un papel fundamental a la hora de proporcionar a los jóvenes las herramientas que necesitan.¹ Por ejemplo, tomar decisiones responsables, mantener la concentración en la escuela y reducir o evitar comportamientos de riesgo como faltar a clase y otras actividades negativas.¹ Las relaciones de tutoría son conexiones humanas básicas que hacen saber a los jóvenes que son importantes. Así que unámonos como comunidad para encender esas pasiones y ayudar a hacer realidad los sueños más salvajes con el Mes Nacional de la Tutoría.

Visite los siguientes enlaces para conocer los próximos eventos, recursos, cómo participar y si está interesado en convertirse en mentor.

<https://www.mentoring.org/campaigns/national-mentoring-month/>

<https://chronus.com/national-mentoring-month>

Talleres y Eventos

¡4ª Edición Gratuita de la Fiesta Familiar de Invierno!

Fecha & Tiempo:

Sábado, 7 de enero, 2023

10:00 AM - 2:00 PM

Ubicación:

Arizona Boardwalk 9500 East Vía de Ventura Scottsdale, AZ 85256

Más Información:

<https://www.eventbrite.com/e/4th-annual-family-fun-winterfest-tickets-471095307747>

Oportunidades de

Liderazgo

Junta del Consejo de Liderazgo Juvenil (YLC)

Alhambra Fecha & Tiempo:

Martes, 10 de enero y 24 de enero
4:00 PM – 5:00 PM

Glendale Fecha & Tiempo:

Miércoles 18 de enero
4:30 PM - 5:30 PM

Virtual:

Por favor comuníquese con la líder de YLC en su distrito para más información

Alhambra

Daisy.Pacheco@touchstonebh.org

Glendale

Neida.Paez@touchstonebh.org

¿Por qué venir?

¿Tienes entre 11 y 14 años y quieres participar, aprender nuevas habilidades y marcar la diferencia en tu escuela y comunidad? Entonces únete al YLC en su reunión mensual.

Fuentes:

1. <https://sites.sph.harvard.edu/wmy/national-mentoring-month/>

2. <https://www.nytimes.com/guides/smarterliving/resolution-ideas>

Semana de los propósitos de año nuevo

Con la llegada del nuevo año, lo primero que hace mucha gente es echar la vista atrás y recordar todos sus logros y recuerdos notables, los buenos y los malos. Hay quienes alcanzaron todos o la mayoría de sus objetivos y se sienten orgullosos y satisfechos. Sin embargo, muchos miran atrás decepcionados por su falta de progreso, dándose cuenta de que los días pasaron volando y su lista de tareas pendientes quedó sin revisar. La buena noticia es que ha empezado un nuevo año y todo el mundo tiene otra oportunidad de volver a intentarlo. El propósito de la Semana de los Propósitos de Año Nuevo es invitar a todo el mundo a formar parte de una tradición que anima a la gente a fijarse objetivos personales y a intentar mejorarse a sí mismo y la calidad de su vida. Porque no hay una sola persona en el mundo que sea perfecta, ¡todo el mundo tiene algo que quiere mejorar!

Los propósitos más populares de año nuevo son:

- Comer más sano
- Adquirir una nueva habilidad o afición
- Hacer más ejercicio
- Ahorrar más dinero y gastar menos
- Practicar el bienestar personal
- Pasar más tiempo con la familia
- Dedicar menos tiempo a las redes sociales



La Semana de Propósitos de Año Nuevo va del 1 al 7 de enero. Es el momento en que todo el mundo establece su lista de cosas por hacer y crea un plan. Mucha gente empezará sus propósitos decidida y esperanzada. El número de personas que cumplen sus propósitos desciende cada semana y alrededor del 80% abandona por completo sus propósitos en febrero. Este año 2023, ese porcentaje puede bajar y habrá más gente que pueda decir que marcó todo o la mayor parte de su lista de cosas por hacer. Lo único que debemos hacer es esforzarnos, trabajar juntos y apoyarnos mutuamente.

He aquí una guía sobre cómo hacer (y mantener) un propósito de Año Nuevo:

1. Elige la resolución adecuada
2. Crea tu plan
3. Salte por encima de los obstáculos de la resolución
4. Encuentre una comunidad
5. Si no alcanzas tu objetivo, no has fracasado

Visite el siguiente enlace para obtener más información sobre cada paso.

<https://www.nytimes.com/guides/smarterliving/resolution-ideas>

Llamada a la acción: Lo que tú puedes hacer

- Expresa tu agradecimiento a tu mentor y/o infórmate sobre cómo puedes convertirte en mentor
- Elabore una lista de tareas y un plan de resoluciones
- Participa en la reunión del YLC de este mes
- ¡Asiste al festival de invierno gratuito para toda la familia

