

# In the Know

e-Newsletter for UC Davis Parents and Families

## BOLETÍN INFORMATIVO IN THE KNOW (ITK) DE ABRIL

### A nuestra familia Aggie:

La Universidad de California (University of California, UC) en Davis está comprometida con la seguridad y el bienestar de nuestra comunidad. El campus trabaja estrechamente con el departamento de salud pública local y la Oficina del Presidente en la Universidad de California. Seguimos implementando medidas para proteger a nuestra comunidad. Por el momento, la UC en Davis no organizará ningún evento en el campus. Esperamos que encuentre útiles los siguientes recursos durante este momento difícil. Si tiene otra sugerencia que podamos incluir, escríbanos a [atum@ucdavis.edu](mailto:atum@ucdavis.edu).

Juntos, somos **One Aggie Network**, unidos por la pasión de la UC en Davis.

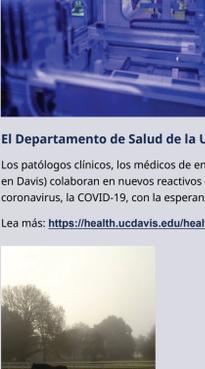
— Dana Adán, vicerectora asistente, Relaciones de Ex Alumnos y Afiliados

### Manténgase informado sobre el coronavirus con la información más reciente de la UC en Davis

Use los siguientes enlaces para mantenerse actualizado sobre las nuevas investigaciones, las historias de Aggies ayudando a Aggies y las noticias generales de la universidad.

INFORMACIÓN  
SOBRE EL CAMPUS

INFORMACIÓN  
PARA EX ALUMNOS



### El Departamento de Salud de la UC en Davis acelera las pruebas para la COVID-19

Los patólogos clínicos, los médicos de enfermedades infecciosas y los científicos del UC Davis Health (Departamento de Salud de la UC en Davis) colaboran en nuevos métodos (sustancias utilizadas para el análisis químico), pruebas de diagnóstico y una vacuna contra el coronavirus, la COVID-19, con la esperanza de prevenir y finalmente tratar la infección.

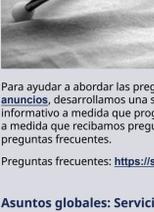
Lea más: <https://health.ucdavis.edu/health-news/newsroom/uc-davis-health-speeds-up-covid-19-testing/2020/04>



### Los estudiantes mantienen a los animales saludables

La Universidad está abierta esta primavera para muchas actividades esenciales. Haya o no cuarentena, se necesita alimentar y atender al ganado y otros animales de la UC en Davis todos los días. Gracias al personal y a los estudiantes dedicados, así será.

Lea más: <https://www.ucdavis.edu/spring-snapshots/news/spring-quarter-snapshot-students-keep-animals-healthy>



### Se lanzan dos estudios clínicos para tratar la COVID-19

El Departamento de Salud de la UC en Davis tiene dos pruebas clínicas en curso que evalúan la seguridad y la eficacia de dos medicamentos: el remdesivir antiviral en investigación y el sarilumab, un medicamento que bloquea la respuesta inflamatoria aguda del cuerpo.

Lea más: <https://www.ucdavis.edu/coronavirus/news/uc-davis-lanuches-2-clinical-studies-treat-covid-19>

### Dónde encontrar actualizaciones e información sobre el campus: Asuntos estudiantiles

#### Preguntas frecuentes sobre la COVID-19 para estudiantes

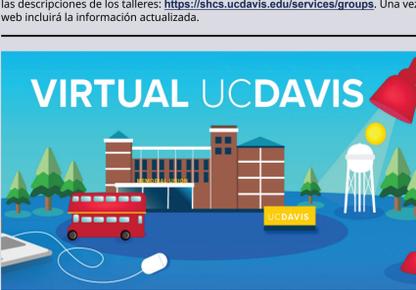


Para ayudar a abordar las preguntas específicas que pueda tener y que estén relacionadas con las decisiones del campus y otros asuntos, desarrollamos una serie de preguntas frecuentes centradas en los estudiantes a fin de que las utilice como recurso informativo a medida que progresan las cosas durante el resto del año escolar. Seguiremos actualizando y agregando información a medida que recibamos preguntas y comentarios de los estudiantes. Le recomendamos que revise con frecuencia esta página de preguntas frecuentes.

Preguntas frecuentes: <https://studentaffairs.ucdavis.edu/news/coronavirus-faqs>

### Asuntos globales: Servicios para Estudiantes y Becarios Internacionales

#### Preguntas y respuestas sobre la COVID-19



Es posible que tenga preguntas sobre cómo el coronavirus (la COVID-19) está afectando la vida en el campus de la UC en Davis. Las preguntas en el siguiente enlace se han hecho con frecuencia a los asesores de Servicios para Estudiantes y Becarios Internacionales (Services for International Students and Scholars, SISIS). Si no ve la respuesta a su pregunta aquí, o si tiene preguntas o quiere hablar sobre sus circunstancias particulares, comuníquese con su asesor de SISIS para programar una cita.

Preguntas frecuentes: <https://sisis.ucdavis.edu/announcements/coronavirus-information-and-resources>

### Serie Tú puedes (YGT)

Los Servicios de Consejería ofrecen talleres psicoeducativos y de desarrollo de habilidades diseñados para ayudar a crear conciencia personal sobre cómo funciona el aprendizaje en línea y qué habilidades y requisitos tecnológicos necesitará para aprender. Lo primero que hay que tener en cuenta es que **haremos nuestro mayor esfuerzo por apoyarlo en su aprendizaje**. Usted, la mayor parte del tiempo, hará las mismas cosas que ya hace, simplemente de manera diferente. Sí, tendrá que familiarizarse con la nueva tecnología, pero tendrá apoyo para eso. El primer paso es configurar las nuevas tecnologías tanto en Canvas como en Zoom.

Los tutoriales y recursos en el siguiente enlace están diseñados a fin de proporcionarle los recursos y el apoyo para tener éxito como un estudiante en línea.

Nuestros programas en línea están diseñados específicamente para proporcionarle una experiencia de aprendizaje flexible; interesante y de alta calidad.

Recursos: <https://cpe.ucdavis.edu/student-services/online-resources>

### Zoom: Mejores prácticas para estudiantes en línea

- Use una computadora en una habitación tranquila, sin otras computadoras con acceso a Zoom.
- Haga clic en el enlace de la reunión de Zoom enviado por el instructor.
- Active el audio y el video en la parte inferior de la pantalla.
- Cuando no hable, silencie su audio.
- Use la función de chat si tiene preguntas.

### Esquina del estudiante: Consejos de estudio para las clases en línea

#### Por Anu Redding

#### Directora de becas, Kappa Alpha Theta, UC en Davis

### CONSEJOS DE ESTUDIO PARA LAS CLASES EN LÍNEA

**Límites**  
Trabaja en un lugar tranquilo en casa para tomar sus clases. Esto ayudará a reducir las distracciones y a mantenerse enfocado en el trabajo y el hogar. Cuando esté en casa, asegure que los dispositivos móviles estén en silencio o en modo avión para evitar las interrupciones. Esto no significa que tengamos que dejar de hacer cosas importantes. Cuando sea necesario, haga pausas breves como salir al primer patio para tener un momento en la escuela en línea.

**Método Pomodoro**  
El método Pomodoro es una forma de dividir su tiempo en sesiones de estudio. Es un método de estudio durante 25 minutos y luego tomar un descanso de 5 minutos. Después de cada sesión de 25 minutos, el Pomodoro tiene un tiempo límite de 45 minutos y luego un descanso de 15 minutos esperando llegar a algún sitio.

**Su 9 a 5 básico**  
Esto es lo que se espera en un primer año y le ha ayudado mucho. Cuando se trata de estudiar en línea, es importante tener un horario de 9 a 5. Esto le ayudará a mantener la estructura durante todo el día, en especial cuando el profesor no está en la sala de la clase.

**Notas, pero hazlas bien**  
Escriba todo a pesar de que algunas clases tienen clases en línea. Escriba sus notas en forma de lista para poder leerlas y volver a ellas cuando sea necesario. También puede hacer notas en un cuaderno o en un programa de procesamiento de texto. Tómese un tiempo adicional en casa con el que no sabría tener que hacer.

**Amor también**  
**Autocuidado**  
Una forma en la que siempre se puede ayudar es a través de la autocuidado. Esto incluye cosas como hacer ejercicio, comer bien, dormir bien, etc. Esto le ayudará a mantener la estructura durante todo el día, en especial cuando el profesor no está en la sala de la clase.

Si que en estas materias todos hemos estado, pero estamos juntos en esto. ¡Hagamos esto juntos! Si necesitas más ayuda, contáctame.

Amor también  
Amor también

### Censo de 2020

## ¡USTED CUENTA! ¡PARTIPE!

CENSO 2020 [local.us/census](http://local.us/census)

¿No se quede fuera del conteo! ¿Salí del campus debido al coronavirus? El censo todavía requiere que informe dónde vive por lo general mientras está en la escuela. Más información, enlaces y recursos en <https://www.universityofcalifornia.edu/civic-engagement/census>



### Vamos a conocernos

#### Por Cari DuBois-Wright

Me gustaría presentarme como la nueva directora asociada del Desarrollo de la Contribución de los Padres en la UC en Davis. Desde que me uní al equipo de Contribuciones Anuales, he tenido la oportunidad de conocer a muchos padres dedicados, y espero conectarlos y construir relaciones con muchos más de ustedes. Es un placer y un privilegio construir sobre la base sólida de mi predecesor, Eric Gifford. Trabajando juntos, creo que podemos lograr grandes cosas para nuestros increíbles y trabajadores estudiantes.

Con el impacto de la COVID-19 desarrollándose a diario, ha sido un momento difícil para colaborar, pero también ha sido un momento revelador. Me ha impresionado mucho el espíritu solidario y la generosidad de las familias de la UC en Davis cuando nos unimos para ayudar a los estudiantes. Sus donaciones han ayudado con todo, desde satisfacer las necesidades básicas de los estudiantes (alimentos, vivienda de emergencia, asistencia financiera) hasta asegurar que todos los estudiantes tengan la tecnología necesaria para la transición a las clases en línea. He podido ayudar a algunos de ustedes con sus preguntas e inquietudes y me ha conmovido su agradecimiento.

Además, me complace proporcionar actualizaciones personales sobre el progreso de los estudiantes cuando puedo. Por ejemplo, un profesor compartió que algunos estudiantes, aquellos que a veces son demasiado tímidos para hablar en clase, están prosperando en un entorno en línea, haciendo más preguntas a través de la función de chat que las que harían en persona. Me encantaría conocer las experiencias de sus estudiantes.

En cuanto a mi propia experiencia, no soy ajena al Sistema de la UC ni a trabajar con las familias dedicadas y entusiastas de la UC. Más recientemente trabajé en desarrollo en la UCSF Benioff Children's Hospitals Foundation en Oakland, donde ayudé a recaudar fondos para la salud de los niños.

Antes de trabajar en desarrollo, entré en la 1ª división de la Asociación Nacional Atlética Universitaria (National Collegiate Athletic Association, NCAA) de gimnasia universitaria en la UC en Berkeley y la Universidad de West Virginia durante un total de 19 años. Como asistente y entrenadora principal, he trabajado con estudiantes y padres a través de numerosas experiencias que cambian vidas. Antes de que los estudiantes llegaran al campus, les ayudé a ellos y a sus padres en el proceso de selección de la universidad y los ayudé a lo largo de la transición de salir de sus hogares. He estado en la universidad a maniobrar en el sistema de la UC, así como a crecer en direcciones positivas durante sus años en la universidad. Me entusiasma volver al campus y trabajar con padres y estudiantes una vez más.

Tengo la esperanza de poder conocer a tantas familias como sea posible, escuchar sus historias, y ayudar a generar un impacto en su estudiante y en otros estudiantes en todo el campus. Hay muchos programas y servicios maravillosos allá fuera por apoyar. Espero poder tener la oportunidad de conocerle, cada uno de ellos una vez que se gradúan. ¡Juntos podemos trabajar para mejorar la experiencia de nuestros estudiantes y preparar a cada uno de ellos una vez que se gradúan, uniéndolos a través de la filantropía.

¡Estoy muy emocionada por ser parte de la familia Aggie! ¡Vamos, Ags!

Para obtener más información sobre cómo la contribución de los padres hace la diferencia en la vida de los estudiantes, y ayudar a generar un impacto en su estudiante y en otros estudiantes en todo el campus, me encantaría conocerle, cada uno de ellos una vez que se gradúan. ¡Juntos podemos trabajar para mejorar la experiencia de nuestros estudiantes y preparar a cada uno de ellos una vez que se gradúan, uniéndolos a través de la filantropía.

Trabajos para aquellos cuyas carreras están suspendidas debido al coronavirus

Los trabajadores de negocios cerrados temporalmente pueden buscar empleo (e ingresos) en estos campos.

#### Por Robin Reshwan

Empleos para trabajadores detenidos por el coronavirus

**LA REACCIÓN AL coronavirus**, la COVID-19, ha dejado a muchos empleados con nuestros trabajos o sin él, o nerviosos por la posibilidad de una pérdida de ingresos. Los trabajadores de negocios cerrados temporalmente pueden buscar empleo (e ingresos) en estos campos.

Además, las tiendas de comestibles y los hospitales pueden aumentar la seguridad a fin de mantener la calma en momentos de pánico o para controlar las multitudes. Puede consultar directamente con los negocios locales y preguntar qué compañías utilizan para contratar guardias de seguridad con contrato. También puede buscar en línea locales que brinden servicios de guardia de seguridad.

#### Atención médica/operaciones de salud

En tiempos de crisis, el bienestar físico y mental es primordial. Existen necesidades obvias para los profesionales de la salud y otros que apoyan las operaciones de atención médica, pero también existe una demanda de proveedores de servicios virtuales. Las compañías de bienestar mental virtual ofrecen una variedad de opciones para apoyar a las personas durante los momentos de estrés e incertidumbre. Además, hay compañías de telemedicina que admiten opciones de atención médica en línea.

Aunque no puede convertirse en médico, enfermero o terapeuta de la noche a la mañana, un aumento que pueda proporcionar asistencia temporal administrativa, operativa o al cliente para las empresas locales que experimenten un aumento en la demanda en este momento.

#### Bolsas de trabajo en línea

La mayoría de las bolsas de trabajo en línea se pueden ordenar para mostrar los puestos más recientes que se han publicado. Como ejemplo, una búsqueda de los nuevos empleos de LinkedIn publicados en las últimas 24 horas que son contractuales o temporales muestran cerca de 9,000 nuevos puestos a nivel nacional. Algunos de los puestos incluyen redactor, investigaciones de productos estacionales, asistente/coordinador, inscripciones de beneficios, ventas y captura de datos. En general, es probable que estos puestos apoyarán la operación diaria de los servicios esenciales (alimentos, banco, atención médica, veterinaria, medicina), cuya demanda ha aumentado como resultado de la pandemia o el trabajo remoto.

Como siempre, cuando busca empleo, es fundamental ser profesional, flexible y demostrar que es una buena contratación. Comience preguntando en su red si saben de alguna oportunidad. Después, prepare un currículum o un resumen de su historial laboral y habilidades para facilitar el proceso de selección y contratación. Además, asegure al menos dos o tres referencias que puedan hablar sobre su honestidad, ética de trabajo y compromiso. Finalmente, siempre está bien ser cortésmente persistente. Muchos de los responsables de la contratación para estos puestos estarán muy ocupados, por lo que el seguimiento diplomático y la respuesta rápida contribuirán en gran medida a asegurar un puesto.

### ¡Manténgase conectado!



### PROGRAMAS PARA PADRES Y FAMILIAS

¡Los programas para padres y familias de la UC en Davis están en Facebook! ¡Haga clic en "me gusta" en nuestra página para seguir conectado!

<https://www.facebook.com/ucdavisparents/>

#### Seminarios web



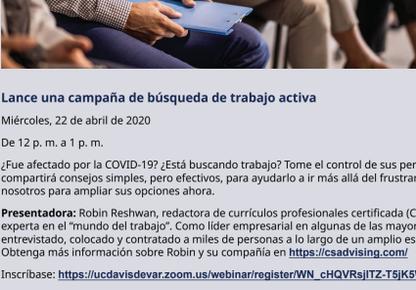
### Desarrollo profesional: Consejos para dirigir a otras personas

Martes, 21 de abril de 2020

De 12 p. m. a 1 p. m.

Para muchos, el crecimiento profesional se acompaña de la responsabilidad agregada de dirigir a otras personas. Aprenda técnicas para mejorar sus habilidades de gerencia a través de este seminario web interactivo de una hora de duración. Si usted es un profesional recién egresado que aspira a convertirse en líder en un equipo, un nuevo gerente que busca consejos para desarrollar sus habilidades de supervisión o un supervisor experimentado en busca de nuevas ideas para motivar a su equipo, este seminario web discutirá lo que se debe hacer o no para dirigir e inspirar a otras personas. Inscríbese aquí para participar en el seminario web en vivo o para recibir un enlace al video grabado.

Inscríbese aquí: [https://ucop.zoom.us/join/register/WN\\_Sy9RwI9SSGms0z87uCKM7A](https://ucop.zoom.us/join/register/WN_Sy9RwI9SSGms0z87uCKM7A)



### Éxito profesional en la atención médica y la medicina

Jueves, 23 de abril de 2020

De 12 p. m. a 1 p. m.

Receta para el éxito: Consejos de otros líderes médicos/de atención médica sobre el éxito profesional a la mitad de la carrera y más adelante

No solo la atención médica y la medicina se encuentran entre los campos más populares para los ex alumnos de la UC, estas profesiones con frecuencia encabezan la lista de las ocupaciones con las tasas de agotamiento más altas. Unase a nosotros en abril de 2020 para una conversación electrónica a profundidad con algunos ex alumnos de la UC que trabajan en la atención médica y la medicina a fin de discutir cómo posicionarse para el éxito profesional a largo plazo. Desde encontrar su ajuste profesional y navegar el cambio de carrera, hasta avanzar en posiciones de liderazgo o alejarse del trabajo centrado en el paciente, este panel le ofrecerá perspectivas y consejos a fin de ayudarlo a prepararse para sus próximos pasos profesionales. Aunque este seminario web está abierto a todos los ex alumnos de la UC, el contenido de este programa está diseñado específicamente para profesionales a la mitad de la carrera o más adelante en los campos de la atención médica y la medicina.

Inscríbese aquí: [https://ucop.zoom.us/join/register/WN\\_v2V4G8bRbUkH6zK8l6w](https://ucop.zoom.us/join/register/WN_v2V4G8bRbUkH6zK8l6w)

### Cómo navegar la economía del trabajo eventual

Lunes, 18 de mayo de 2020

De 12 p. m. a 1 p. m.

El lugar de trabajo moderno ha cambiado de manera drástica, permitiendo una mayor flexibilidad en la forma en que trabajamos. Con esos cambios vienen oportunidades y desafíos. Unase a nuestro panel de trabajadores independientes, propietarios de negocios, profesionales autónomos y otros que han navegado con éxito en la economía de los trabajos eventuales a fin de obtener consejos sobre cómo identificar oportunidades, equilibrar múltiples trabajos eventuales y estrategias para el éxito profesional. Inscríbese para unirse en vivo o recibir un enlace con la grabación del seminario web.

Enlace de inscripción: <https://tinyurl.com/May18UACAN>