

BOLETÍN PARA PADRES IN THE KNOW, MAYO

Padres de la generación 2020

Seguramente ya saben que la tradicional ceremonia de inauguración presencial se reemplazará con una celebración virtual y que se está explorando realizar una presencial a finales de 2020. Entendemos que un cambio tan importante en la tradición puede ser decepcionante y generar muchas inquietudes. Aquí, en la Asociación de Egresados de Cal Aggie (Cal Aggie Alumni Association, CAAA), estamos para ayudarles a usted y al estudiante en la transición de ser un Aggie en el campus a convertirse en un egresado Aggie, y una membresía vitalicia de la CAAA puede ayudar a guiarlos a través del proceso.

La membresía de la CAAA viene con grandes beneficios.

¿El estudiante se mudará a una nueva ciudad después de la graduación? Con una membresía vitalicia de la CAAA, tendrá acceso exclusivo a las [redes de egresados](#) en todos los EE. UU. y el mundo.

¿Está buscando iniciar su carrera profesional? Como miembro vitalicio, tendrá acceso exclusivo a One Aggie Network a fin de encontrar [recursos y beneficios para su carrera](#).

La CAAA se asoció con empresas de todo el país para ofrecer a sus miembros descuentos en una variedad de productos y servicios, como comerciantes locales y nacionales, incluidos restaurantes, tiendas, hoteles, seguros y más! Aproveche estas grandiosas ofertas, ¡y su membresía se pagará por sí sola! Consulte la [lista completa](#).

La membresía vitalicia ofrece valor inmediato y de por vida. Actualmente, estamos ofreciendo la membresía vitalicia a un precio especial de \$300 (*ahorro de \$125 con respecto al precio de nuestra última promoción*). Cuando usted compra una membresía vitalicia, el estudiante también recibe un [marco para la placa de "UC Davis Alumni"](#) ("Egresado de la UC en Davis") y la [insignia oficial de egresados de la UC en Davis](#). Únase antes del 30 de junio y utilice el código promocional GSO para obtener un descuento en el marco para la placa de "UC Davis Alumni" y la insignia de egresados de la UC en Davis.

Los retos a los que nos enfrentamos como consecuencia de la actual pandemia de la COVID-19 sin duda no tienen precedentes.

Pero somos Aggies y los Aggies enfrentan los desafíos juntos.

[Únase ahora](#)

Padres de la generación 2021-2023

Los retos a los que nos enfrentamos como consecuencia de la actual pandemia de la COVID-19 sin duda no tienen precedentes. Pero somos Aggies y los Aggies enfrentan los desafíos juntos.

En la CAAA apoyamos a la [Asociación de Padres y Familias Aggie \(Aggie Parent and Family Association, APFA\)](#) y a la [Asociación de Alumnos y Egresados \(Student Alumni Association, SAA\)](#). Cada programa apoya a los padres y a los estudiantes a través de su camino en la UC en Davis.

Los alentamos a unirse a la APFA y a obsequiar una membresía de la SAA al estudiante.

La membresía incluye grandes beneficios.

Beneficios de la APFA

- Calcomanía para la ventana de los padres de la UC en Davis
- Tarjeta de membresía
- Camiseta para los padres de la UC en Davis
- Guía de recursos para padres y calendario académico
- Seminarios web trimestrales de preguntas y respuestas para padres
- Descuento del 10 % en los artículos impresos de la UC en Davis en las [tiendas de la UC en Davis](#)
- Beneficios y descuentos en programas y eventos exclusivos para los miembros

La membresía es válida para dos personas y vence en junio del año de graduación del estudiante.

Existe una opción de afiliación compartida de \$500 (o \$520 para los planes de pago a plazos). ¡Únase antes del **31 de mayo** para recibir un regalo exclusivo para el estudiante!

[Únase ahora](#)

Beneficios de la SAA

- Camiseta oficial y regalo de la SAA
- Obsequio para los estudiantes de último año
- Acceso exclusivo a miembros para los eventos de redes de estudiantes y egresados
- Beneficios especiales en los eventos de tradiciones y servicios
- Oportunidad de unirse al programa de embajadores de la SAA y a la junta directiva de estudiantes
- Descuento del 10 % en los artículos impresos de la UC en Davis en las [tiendas de la UC en Davis](#)

La membresía estudiantil se convierte en membresía vitalicia de la CAAA al graduarse.

Existe una opción de afiliación compartida de \$500 (o \$520 para los planes de pago a plazos). ¡Únase antes del **31 de mayo** para recibir un regalo exclusivo para el estudiante!

[Únase ahora](#)

Manténgase actualizado 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 egresados](#)



Darrick Lam (generación '87), presidente de Family Fellows, con (desde la izquierda) su hija Carrissa (generación '20), su esposa Jackie y su hija Cheryn

Charla con los padres Aggie

Por Cari DuBois-Wright

Entre más conozco a los padres de la UC en Davis, más me impresiono. Con su dedicación a los estudiantes y compromiso para mejorar su experiencia universitaria, los padres se encuentran entre los principales factores que hacen que la UC en Davis sea grandiosa.

Y entre más hablo con los padres, más aprendo. En esta columna, me gustaría compartir algunas de estas conversaciones ocasionales con la convicción de que lo que algunos padres tienen que decir puede resonar en otros y, de esta manera, ayudar a fortalecer y hacer crecer aún más nuestra comunidad.

Comenzaré con unas preguntas para Darrick Lam (generación '87), un padre donante que se desempeña como el presidente fundador de Family Fellows, un grupo filantrópico de familias de la UC en Davis que se comprometen a mejorar los resultados exitosos entre los estudiantes a través del compromiso y la donación.

Como padre de la UC en Davis, ¿por qué le parece que dar es tan importante y a la vez tan gratificante?

Darrick: Crecí en Hong Kong con mi abuela materna, quien era una persona muy amable y generosa. Antes de su muerte a principios de 1987, donó sus ahorros a una organización de caridad. Eso realmente me inspiró a seguir sus pasos.

Como primera generación de asiáticoamericanos, me gustaría apoyar a los estudiantes nuevos de primera generación de bajos ingresos, y proporcionarles la orientación, las habilidades y los recursos para tener éxito. Esta es la razón por la que mi esposa y yo creamos un fondo de donaciones, el Programa Especial de Enriquecimiento para la Transición (Special Transitional Enrichment Program, STEP), a fin de apoyar a los estudiantes que participan en este programa en la UC en Davis.

¿Cómo ha crecido su estudiante aquí, en la UC en Davis?

Darrick: Mi hija ha conocido a muchos estudiantes maravillosos y ha aprendido de excelentes miembros de la facultad. Como estudiante de biotecnología, ha tenido la oportunidad de aplicar y profundizar su aprendizaje en el aula y en el laboratorio como asistente de investigación de pregrado en el laboratorio del profesor Richard Michelmore, director del Genome Center. Está muy emocionada por todo lo que está aprendiendo.

Además de fundar el programa STEP, usted participa en otras actividades como padre de la UC en Davis.

¿Qué gana con eso?

Darrick: Creo firmemente que la generosidad colectiva de los padres Aggie puede hacer una gran diferencia en las vidas de nuestros estudiantes cada día. Por eso, acepté ser el presidente fundador de Family Fellows. Nuestro objetivo es inspirar a los líderes, al personal y a otras familias de la universidad a lograr lo mejor para los estudiantes, sirviendo como ejemplo de entrega filantrópica y apoyo comprometido. Como egresado Aggie, me gustaría animar a otros padres Aggie a que se unan a mi familia y a los trabajos de las personas en el programa Family Fellows a fin de que todos podamos ayudar a preparar a nuestros estudiantes para una vida de éxito después de graduarse.

Pero, aunque Family Fellows no sea el objetivo de todos los padres, todos podemos hacer la diferencia. En especial ahora, con la pandemia de la COVID-19, muchos padres no están en la posición de donar y eso es comprensible. O solo pueden donar una cantidad pequeña. Una donación de cualquier monto a programas como la Despensa Estudiantil (Student Pantry) o a los trabajadores de primera línea en el Departamento de Salud de la UC en Davis, o realmente a cualquier programa que le interese a un padre, tiene un impacto enorme y ayuda a hacer crecer a nuestra comunidad de padres donantes.

Para obtener más información sobre cómo la contribución de los padres hace la diferencia en la vida de los estudiantes, comuníquese con Cari DuBois-Wright, directora asociada en Desarrollo de la Contribución de los Padres, en el correo electrónico caduboiswright@ucdavis.edu o al teléfono (530) 754-0768. También puede consultar nuestro sitio web Parents Fund (Fondo de los padres) [aquí](#), en donde puede conocer más sobre nuestro programa [Family Fellows](#).

Apoye a su estudiante universitario: consejos de los asesores académicos para las familias

Los estudiantes que regresaron a sus hogares durante la medida de quedarse en casa se esfuerzan por tener éxito en circunstancias imprevisibles. Aunque algunas familias se sienten cómodas estando juntas, el estudiante universitario puede tener dificultades para tratar de equilibrar las expectativas familiares con los compromisos escolares.

Los asesores académicos se reunirán con los estudiantes en citas de asesoría virtual durante el trimestre de primavera y les gustaría ayudar a las familias a apoyar a los estudiantes a través de algunos de los desafíos más comunes. A medida que nos acercamos al final del año académico, los estudiantes necesitan mantenerse al día con las clases, los exámenes parciales, los trabajos escolares, los proyectos y los exámenes finales. Estos son algunos consejos para que las familias ayuden a los estudiantes a tener éxito.

- Los estudiantes necesitan un espacio tranquilo y libre de distracciones e interrupciones.
- Ser un estudiante universitario es como un trabajo de tiempo completo.
- Haga que el trabajo académico sea la prioridad.
- Reconozca el trabajo duro de su estudiante y dele ánimos.
- Vigile el bienestar emocional de su estudiante.
- Promueva la comunicación abierta y la práctica de la conciencia plena.

Para obtener más información sobre los asesores académicos, consulte (<https://academicadvising.ucdavis.edu/tips-families>).

La universidad en tiempos de la COVID

Por Mary Jane Dellafiora

¿Cuáles serán sus recuerdos sobre la pandemia y la medida de quedarse en casa? ¿Alguien recordaría los primeros meses de la infancia y haber estado confinado en la "cueva de la crianza de los niños" cuando el estudiante universitario era pequeño? Tengo recuerdos de aquellos días ahora que mis hijos en edad universitaria volvieron para las vacaciones de primavera y se quedaron... y se quedaron... Dos décadas después, estamos de nuevo confinados en la casa familiar. Mientras tanto, mi esposo y yo tenemos la experiencia surrealista de verlos continuar una vida alternativa y virtual que está sucediendo en sus universidades a 400 millas de su hogar.

"Buenos días, son las 8:50, ¿no tienes una clase a las 9 de la mañana?". Toco suavemente la puerta y la abro para encontrar a mi hijo medio recostado en la cama, con su computadora portátil media abierta a su lado mientras se levanta de la cama para conectarse y participar en una clase de idiomas. Después de la clase, se vuelve a meter en la cama y se vuelve a dormir. Volverá a aparecer en un par de horas cuando sea el momento de peinarse y ser tutor de otros estudiantes en el horario de la oficina virtual. También tendrá reuniones del club por las tardes, así como sesiones de discusión por la noche. Puede ver las conferencias a medianoche. Mi otro hijo participa en una pasantía en una compañía de tecnología: tiene reuniones y conferencias con su mentor varias veces a la semana. La universidad en tiempos de la COVID.

La puerta del refrigerador comienza a abrirse al mediodía. Y se sigue abriendo hasta las 3:30 a. m. Había olvidado cuánta comida puede consumir en una semana un enjambre de langostas (también conocido como mis hijos, mi esposo y mi golden retriever). No hay sobras en mi casa o al menos no sobra nada después de las 3:00 a. m. Tenemos un plan de 5 comidas al día en este comedero.

Lavo (o ayudo a otros a lavar) ropa, ropa y más ropa. Un momento, ¿antes de ir así? Así como los dolores de parto y los viajes en auto compartido para la primera clase que empieza antes del amanecer, uno se olvida de lo que una vez soportó por su familia. Hemos tomado cursos sobre cómo limpiar la casa de manera adecuada. No, eso no es lo que han estado haciendo en la universidad. "La placa de Petri del siglo veintiuno" no es una opción de decoración durante la medida de quedarse en casa.

Tapabocas de diseñador: "Mamá, ¿podría la amable vecina hacerme uno que no sea tan 'llamativo'?". Querido, tu madre no es tan ingeniosa para hacerlos y estamos agradecidos por todo lo que nos ofrece, ¡creo que el rojo es un gran color! (Más tarde le hizo uno azul).

Uno corre a la playa (y vuelve) sin tocar la arena. El otro va en bicicleta por la misma ruta. Ambos regresan con la novedad de que el océano sigue ahí.

Tenemos reuniones a través de Zoom con nuestros familiares de la Costa Este. "¡Compañía!". Un hijo se puso unos pantalones de mezclilla en lugar de unos shorts de gimnasio e incluso usó un cinturón. El otro se cambió su camisa limpia dos veces. Me alegró ver que esos instintos de limpieza aún existían. Nuestros hijos universitarios tienen reuniones a través de Zoom y juegan en línea con sus amigos, además de que permanecen en contacto constante por medio de mensajes de texto y las redes sociales. Es como si sus adicciones electrónicas de los últimos diez años los hubieran preparado para el aislamiento social.

Stí, de alguna manera hemos vuelto a esa cueva de la crianza de los niños. Pero estamos agradecidos de que siempre esa cueva y que estén en línea. En realidad, muestran signos de madurez y reflexión (y responsabilidades) que aprecio, y que con tiempo pueda presenciar cuando están a 400 millas de distancia.

Y como padres, apreciamos que la UC en Davis haya logrado dar a los estudiantes los beneficios de su educación, incluso cuando están a 400 millas del campus. El uso de la última tecnología y los esfuerzos especiales de comunicación por parte de los profesores y administradores mantiene a nuestros estudiantes aprendiendo y experimentando un tipo diferente de vida universitaria mientras se refugian de forma segura en casa o en Davis. La universidad en tiempos de la COVID.

Servicios de salud y asesoría estudiantil

Talleres de habilidades

Los servicios de asesoría ofrecen varias oportunidades para que los estudiantes participen en talleres y podcasts en línea destinados a mejorar las habilidades personales.

Podcasts

Los servicios de asesoría se complacen de ofrecer podcasts accesibles para ayudarle a navegar por la transición al cuidado y los recursos en línea. Los podcasts se crearon para ofrecer apoyo y dar aliento durante este tiempo incierto. Tómese un momento para su salud mental, lea las descripciones de los podcasts que aparecen a continuación y escúchelos haciendo clic en el enlace que aparece más adelante.

Grief and Loss (El duelo y la pérdida): en este episodio de Counseling Corner, la Dra. Miller analizará el duelo y la pérdida a raíz de la pandemia. La Dra. Miller se une a una investigadora sobre el duelo y la pérdida, la Dr. Heather Servaty-Seib de la Purdue University. Juntas, analizan cómo superar y honrar las pérdidas que todos estamos experimentando como resultado de la pandemia global, al mismo tiempo que tratan de identificar las ventajas del proceso. "Aunque estamos abiertos a percibir las ventajas, eso no minimiza o elimina las pérdidas", dice la Dra. Servaty-Seib.

Radical Acceptance (La aceptación radical): en este episodio de Counseling Corner, la Dra. Miller analizará la habilidad de la aceptación radical en el marco de la terapia dialéctica conductual (Dialectical Behavioral, DBT) y cómo aplicar dicha habilidad en la pandemia actual. La Dra. Miller explorará cómo la aceptación no es lo mismo que la aprobación y cómo aceptar "la realidad".

Wise Mind (La mente sabia): en este episodio de Counseling Corner, la Dra. Karen Miller analizará el concepto de la mente sabia. En el episodio se incluyen estrategias útiles para practicar la mente sabia y encontrar un camino equilibrado y neutro en su vida.

Mindfulness (La atención plena): en este episodio de Counseling Corner, la Dr. Karen Miller analizará las habilidades de la atención plena desde la perspectiva de la terapia dialéctica conductual. Haga clic aquí para obtener más información sobre la DBT. La doctora detallará las diferentes habilidades y ofrecerá formas de practicar las habilidades que pueden ser útiles para llevar su conciencia al momento presente.

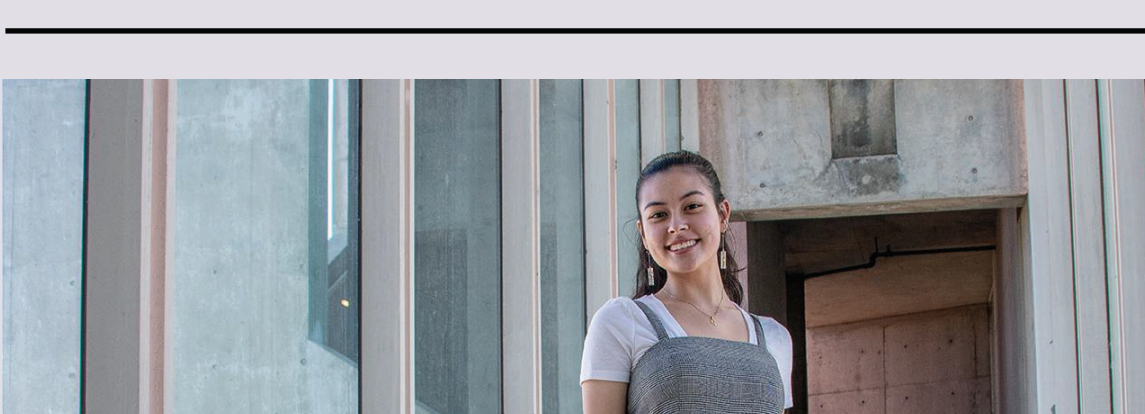
[Escuchar los podcasts](#)



La UC en Davis virtual

A medida que los estudiantes se han vuelto al aprendizaje a distancia para el trimestre de primavera, los departamentos dentro de la División de Asuntos Estudiantiles se han vuelto virtuales para seguir apoyando y empoderando a los estudiantes en formas que se alineen con las pautas de salud y seguridad públicas. Anticipamos que los servicios evolucionarán y se extenderán con el tiempo, y seguiremos actualizando y agregando información. Le recomendamos que revise este sitio con frecuencia para obtener recursos adicionales.

[Más información](#)



Tia Settanni
ANÁLISIS Y PLANIFICACIÓN DE POLÍTICAS AMBIENTALES 2022 **AGGIE VOICES**

Ruby Houchens de la UC en Davis

Aggie Voices

30 de octubre de 2019

Publicado por Nathaniel S. Curriel

- Ciudad natal: Sacramento, CA
- Especialidad: Análisis y Planificación de Políticas Ambientales
- Generación de 2022

Como residente de toda la vida, Tia siempre supo de la UC en Davis. Tomó clases de danza china en Davis mientras crecía e incluso a sus 8 años actuó en el Día de Campo. Así que en su primera visita al campus no esperaba ninguna sorpresa. "Había recorrido muchas otras escuelas y cuando llegué a la UC en Davis, esperaba que tuviera una energía similar, pero había algo diferente en ella", dice. "La forma en que la gente era tan dulce entre sí, y muy amable y genuina, podía sentirlo, no importaba en dónde estuviéramos o qué estuviéramos haciendo".



Al ingresar, Tia ya sabía lo que quería estudiar. En sus viajes a la tierra natal de su madre, Indonesia, vio la contaminación extrema de la hiperurbana Yakarta junto con algunos de los más bellos lugares naturales de la tierra, todo en el mismo país. Esto le causó una profunda impresión y Tia supo desde el principio que quería una carrera relacionada con el medio ambiente.

Como representante del arbolito de la UC en Davis, este trimestre está trabajando como embajadora del arbolito (una parte del Learning by Leading Program [Programa de Aprendizaje mediante el Liderazgo]), haciendo difusión pública, programación cultural y ambiental, así como impartiendo educación sobre la conservación y obteniendo la experiencia relevante para su especialización en Análisis y Planificación de Políticas Ambientales. No es la primera vez que Tia asume el papel de embajadora.

YouTube llega a la universidad

El canal de YouTube de Tia, que surgió de su interés por el maquillaje, se sometió a un cambio de imagen tras la respuesta que obtuvo por su primer video sobre la UC en Davis. Como resumen de su primer trabajo, el video obtuvo más de 12,000 visitas y 72 comentarios. Ese nivel de compromiso, junto con los mensajes privados y preguntas que recibió de personas interesadas en asistir a la UC en Davis, la tomaron completamente desprevista. "Mis compañeros de casa y yo veíamos las estadísticas todos los días: 'mira cómo sube, mira cuántos miles de visitas más'; era una locura", recuerda.

Desde entonces, Tia ha hecho muchos más videos sobre su vida en la UC en Davis, incluidas reseñas de los comedores comunes, el alojamiento en el campus y consejos para los estudiantes de primer año. El verano pasado, volvió a crear contenido sobre otros temas, incluidos sus viajes por Asia, sus rutinas de ejercicios y su primer tatuaje, y espera pronto probar suerte con un video de cocina.

Las preguntas de los espectadores siguen llegando y Tia disfruta dando su opinión sobre la vida en la UC en Davis a través de todo el mundo. Estas interacciones cada vez crecen más hacia el mundo fuera de línea, por ejemplo, cuando ella participa en el Centro de Pasantías y Carreras (Internship and Career Center, ICC).

Un trabajo que ayuda a otros a encontrar trabajo

Aunque no sabía mucho sobre el ICC cuando encontró el puesto de asistente de extensión y mercadotecnia para estudiantes en Aggie Job Link (el cual de reemplazó por HandsHake), le encantaron sus valores y su misión de ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de búsqueda de empleo y a encontrar oportunidades profesionales.

Tia está utilizando sus conocimientos para ayudar al ICC a producir contenidos de video para YouTube y otras redes sociales, y realiza una amplia labor de presentación y divulgación en las ferias y eventos del campus, donde a veces se pone en contacto directo con personas que la buscan por su canal de YouTube.

Expansión

Parte de lo que atrajo a Tia a la UC en Davis fue la amabilidad que recibió en su primera visita al campus. Así, muchas de las preguntas que recibe de los espectadores de YouTube expresan la preocupación de encontrar amigos en el campus e involucrarse en los grupos y actividades adecuadas. "Recuerdo mucho haber sido esa estudiante nerviosa de primer año y estar ansiosa por hacer nuevos amigos", dice (ella habla más sobre este tema en una [sesión de preguntas y respuestas en YouTube](#)).

Su propio grupo de amigos incluye gente que conoció en los salones de conferencias, en los grupos de estudio y en las residencias estudiantiles. Al mudarse fuera del campus en su segundo año, Tia enfatiza la importancia de esforzarse para mantener las amistades. "Creo que eso es de lo que las personas no suelen darse cuenta", dice. "Uno tiene que esforzarse por estar ahí y después mantenerse. Es importante ver a otras personas, hacer tiempo para otras personas, y entonces esas conexiones naturales y buenas amistades surgirán de eso".



Lea más: <https://studentaffairs.ucdavis.edu/aggie-voices/tia-settanni>