

VOICE OF THE FIELDS

California

November 2023

FREE

Volume 33, Number 11

Celebrating the Holidays and Sending Love Home

AS THE HOLIDAY SEASON APPROACHES, we want to take a moment to celebrate the hardworking farmworkers that play a vital role in our community. We recognize that not everyone may have family nearby to share in the festivities. Following is information that includes ways to send money securely to your loved ones back home, connect with organizations that offer food and gifts, and explore ways to celebrate and strengthen community bonds.

Sending money to loved ones back home

Sending financial support to your family back home is a heartfelt gesture, and ensuring the safety and efficiency of these transactions is crucial. Here are some tips to help you send money securely:

Money transfer apps: Safe apps that can be used internationally or locally are Wise, PayPal, MoneyGram.

Exchange Rates: The exchange rates for every US dollar= Mexico: 18.25 Pesos; India: 83.22 Rupees; Europe: 0.95 Euros, Canada: 1.37 Canadian Dollars.

If you would like to send money by mail it is recommended to create a money order. You can do so by going to the post office where they accept cash, debit cards or travelers checks, you will fill out the money order with the assistant and pay the currency rate, an issuing fee of \$49.65 and processing fee based on the country. It is important regardless of the way that you send the money to keep your receipt and

confirmation emails for tracking, confirmation, and security purposes.

Organizations that help with food in the Central Valley

We recognize the significance of guaranteeing that every family can enjoy nourishing meals during the holiday season. Below we highlight several organizations in the Central Valley that provide food assistance:

The Central California Food Bank:

This organization's mission is to address

Continued on next page





Holidays

Continued from previous page

food insecurity by providing nutritious meals to those in need. The Central California Food Bank works to ensure that families throughout the Central Valley have access to food resources, especially during the holiday season.

Feeding America: Feeding America is a network of food banks across the

nation, multiple of which are in the Central Valley. Their goal is to supply nourishing food to the community. They provide services to families and communities during the holiday season but are available all year round.

More Food Banks: For more organizations and resources you can easily locate food banks by visiting the California Association of Food Banks website. This resource can help you connect within your area ensuring you can get access to the support and resources you need. The link for the website to learn more: www.cafoodbanks.org/our-members/

Organizations that help with gifts for the holidays in the Central Valley

Making the holiday season special for loved ones is a great tradition and there are many organizations that can assist in getting your family and friends the gifts that they desire. Here are some of the organizations that offer assistance with holiday gifts:

Toys for Tots: This organization is dedicated to bringing joy to children's lives during the holiday season. On their website you can apply to receive toys for your children so they can enjoy the holiday season, regardless of financial constraints.

Salvation Army Angel Tree: The Salvation Army has a program that allows individuals to apply and share their holiday wish list. Then the organization works to fulfill these families' holiday wishes to help you create a special holiday season.

Local Community Centers and Churches: During the holiday season local churches and community centers often organize holiday gift drives to support families and those in need. This

website provides a list of organizations and resources in different communities that work to make the holiday season special for everyone: www.needhelppayingbills.com/html/fresno_county_free_christmas_an.html

Celebrations in the Central Valley and Northern California

The Central Valley hosts many holiday celebrations and events. Here are some of the celebrations in counties near you:

Sacramento County: Sacramento Ice Rink, Fab Forties Christmas Lights are two popular events occurring during the holiday season that are open to the public.

Modesto County: Modesto County hosts the Posh Holiday Market. This is another event where around 40 vendors come to together there is food available, shopping and photo booth.

Fresno County: Christmas Tree Lane, is a drive by event that is open to the public, the houses participating are decorated with different themes surrounding the holiday season. There is hot chocolate available for purchase.

Bakersfield County: The Bakersfield Christmas Town - Walk thru and drive thru event that includes light display, Santa Claus meet and greet, sledding hill, train ride, skating rink, laser tag, letter writing to Santa.

Health and Wellness Tips for the Holiday Season:

The holiday season is a time of celebration and joy, however, it is also important to prioritize your health and well-being. Here are some health and wellness tips to ensure you and your loved ones stay happy and healthy during the upcoming season.

Consider getting your flu shot:

Protect yourself and your family by getting a flu shot. During the winter months it is more common to get sick. A flu shot can help reduce this risk. Along with this, maintain good hygiene and wash your hands frequently.

Manage stress: The holidays can be a stressful time for some individuals. Consider practicing mindfulness techniques such as meditation, deep breathing, or taking some time to relax to ensure that your mental health needs are being met.

Remember the holiday season is a time of joy, celebration, and connection but it is important to prioritize your health and well-being so that you are feeling your best and able to create lasting memories with friends and family. We hope you enjoy this time with your friends and family and we wish you happy holidays.

VOICE OF THE FIELDS

California Circulation: 22,500 copies bi-monthly

www.LaCooperativa.org

Published monthly by:

La Cooperativa Campesina de California

1107 9th Street, Suite 420, Sacramento, CA 95814

Phone 916.388.2220 • Fax 916.388.2425

This product is copyrighted by the institution that created it. Internal use by an organization and/or personal use by an individual for non-commercial purposes is permissible. All other uses require the prior authorization of the copyright owner.

Content produced by ALZA Strategies, a full-service strategy firm that offers quality media relations, crisis communications, public affairs services, and expertise into the growing Latino market.





Festivos

Continuación de la página anterior

El Banco Central de Alimentos de California (Central California Food Bank):

La misión de esta organización es abordar la inseguridad en cuanto al alimento, brindando una buena comida a los necesitados. El Banco Central de Alimentos de California trabaja para garantizar que todas las familias del Valle Central tengan acceso a recursos de alimentos, en especial durante la temporada de días festivos.

Feeding America: Feeding America es una red de bancos de alimentos en todo el país, varios de los cuales están en el Valle Central. Su objetivo es brindar buena comida a la comunidad. Si bien brindan servicios

Consejos de salud y bienestar para la temporada de días festivos:

La temporada de días festivos es un momento de celebración y alegría; sin embargo, es importante priorizar la salud y el bienestar. Estos son algunos consejos de salud y bienestar para garantizar que usted y sus seres queridos estén felices y saludables durante la próxima temporada.

Vacunación contra la gripe: Usted y su familia pueden protegerse vacunándose contra la gripe. Durante los meses de invierno, es más común enfermarse. Una vacuna contra la gripe puede ayudar a reducir este riesgo. Otro consejo es mantener una buena higiene y lavarse las manos con frecuencia.

Control del estrés: Los días festivos pueden ser estresantes para algunas personas. Considere la posibilidad de practicar técnicas de relajación, como meditación, respiración profunda, o tomarse algún tiempo para relajarse y asegurarse de satisfacer las necesidades de su salud mental.

Recuerde que la temporada de días festivos son momentos de alegría, celebración y conexión, pero es importante priorizar su salud y bienestar para sentirse pleno y poder crear gratos recuerdos con sus amigos y familiares. Esperamos que disfrute de estos momentos con sus amigos y familiares y le deseamos unas felices fiestas.

a las familias y a las comunidades durante la temporada de días festivos, la red está disponible todo el año.

Más Bancos de Alimentos: Para conocer más organizaciones y recursos, puede ubicar fácilmente más bancos de alimentos visitando el sitio web de la Asociación de Bancos de Alimentos de California (California Association of Food Banks). Este recurso le puede permitir comunicarse dentro de su área para garantizar que tenga acceso al respaldo y los recursos que necesita. Para conocer más, visite el siguiente sitio web: www.cafoodbanks.org/our-members/

Organizaciones que ayudan con regalos para los días festivos en el Valle Central

Hacer que la temporada de días festivos sea especial para los seres queridos es una gran tradición y hay varias organizaciones que ayudan para que su familia y amigos reciban los regalos que desean. Estas son algunas de las organizaciones que ofrecen ayuda con regalos para los días festivos:

Toys for Tots: Esta organización se dedica a llevar alegría a la vida de los niños durante la temporada de días festivos. En su sitio web, puede presentar una solicitud para que sus hijos reciban juguetes y que puedan disfrutar de la temporada de festividades sin importar las limitaciones financieras.

Salvation Army Angel Tree: The Salvation Army tiene un programa donde las personas pueden solicitar y compartir su lista de deseos festivos. Luego, la organización trabaja para hacer realidad los deseos festivos de las familias y ayudarles a tener una temporada de días festivos especial.

Iglesias y centros comunitarios locales:

Durante la temporada de días festivos, las iglesias y los centros comunitarios locales suelen organizar entregas de regalos festivos para apoyar a las familias y a los necesitados. Este sitio web ofrece una lista de organizaciones y recursos en distintas comunidades que trabajan para que todos tengan una temporada de días festivos especial:

www.needhelppayingbills.com/html/fresno_county_free_christmas_an.html

Celebraciones en el Valle Central y el Norte de California

El Valle Central organiza muchas celebraciones y eventos festivos. Estas son algunas de las celebraciones en los condados cercanos:

Condado de Sacramento: Sacramento Ice Rink, Fab Forties Christmas Lights son dos eventos populares durante la temporada de días festivos que están abiertos al público.

Condado de Modesto: El Condado de Modesto organiza el Posh Holiday Market. Este es otro evento en el que se reúnen unos 40 vendedores y hay comida, lugares de compras y cabinas para fotografías.

Condado de Fresno: Christmas Tree Lane, es un evento abierto al público para disfrutar en automóvil donde las casas que participan están decoradas con diferentes temas sobre la temporada de días festivos. Se puede comprar chocolate caliente.

Condado de Bakersfield: El Bakersfield Christmas Town es un evento que se puede recorrer caminando o en automóvil, que incluye ver una exhibición de luces, conocer a Santa Claus, tirarse en trineo, patinar sobre hielo, jugar con pistolas de láser, escribirle una carta a Santa.

LA VOZ DEL CAMPO

Circulación California: 22,500 ejemplares bimestrales

www.LaCooperativa.org

Una publicación mensual de: La Cooperativa Campesina de California

1107 9th Street, Suite 420, Sacramento, CA 95814
teléfono 916.388.2220 • fax 916.388.2425

Este producto es propiedad de la institución que lo creó. El uso interno de una organización y / o el uso personal por un particular para fines no comerciales está permitida. Todos los demás usos requieren la autorización previa del titular de los derechos de autor.

Este contenido ha sido producido por ALZA Strategies, una empresa que ofrece estrategias íntegras para lograr relaciones de alta calidad con los medios informativos y gestionar comunicaciones en situaciones de crisis, además de servicios sobre asuntos públicos y pericia sobre el creciente mercado latino.



LA VOZ DEL CAMPO

California

noviembre de 2023

GRATIS

Volumen 33, Número 11

Celebración de días festivos y envío de demostración de amor a casa

COMO SE ACERCA LA TEMPORADA DE DÍAS FESTIVOS, queremos tomarnos un momento para homenajear a los arduos trabajadores del campo que cumplen una función vital en nuestra comunidad. Sabemos que quizás no todos pueden tener cerca a su familia para compartir las festividades. La siguiente información incluye distintas formas de enviar dinero de manera segura a sus seres queridos en casa, organizaciones que ofrecen comida y regalos, y opciones para celebrar y fortalecer los lazos con la comunidad.

Envío de dinero a los seres queridos en casa

Enviar apoyo financiero a los seres queridos en casa es un gran gesto y garantizar la seguridad y eficiencia de estas transacciones es fundamental. Estos son algunos consejos para ayudarlo a enviar dinero de manera segura:

Aplicaciones para transferir dinero:

Las aplicaciones seguras que se pueden usar a nivel internacional o local son Wise, PayPal, MoneyGram.

Tipos de cambio: Los tipos de cambio por cada dólar estadounidense son= México: 18.25 pesos; India: 83.22 rupias; Europa 0.95 euros; Canadá: 1.37 dólares canadienses.

Si desea enviar dinero por correo postal, es recomendable hacer un giro postal. Para hacerlo, se debe dirigir a la oficina de correo donde aceptan dinero, tarjetas de débito o cheques de viajero, completar el giro postal con el asistente y pagar el tipo de cambio, una tarifa de emisión de \$49.65 y una tarifa de procesamiento según el país. Independientemente de la forma en la que envíe el dinero, es importante que conserve el recibo y los correos

electrónicos de confirmación con fines de seguimiento, confirmación y seguridad.

Organizaciones que ayudan con comida en el Valle Central

Reconocemos la importancia de garantizar que cada familia pueda disfrutar de una buena comida durante la temporada de días festivos. A continuación, destacamos varias organizaciones que brindan asistencia de alimentos en el Valle Central:

Continúa en la siguiente página

