

# Central Valley Opportunity Center High School Equivalency Program (HEP) November 2023 Newsletter



*“Gratitude can transform common days into thanksgivings, turn routine jobs into joy, and change ordinary opportunities into blessings.”*

*- William Arthur Ward*

## **Dates to Remember:**

11/5 Daylights Saving  
Time Ends

11/10 Veterans Day  
CVOC Closed

11/11 Veterans Day

11/23 Thanksgiving Day  
CVOC Closed

11/24 CVOC Closed

## Happy Thanksgiving

My family and I celebrate Thanksgiving together either at my home or at another relative's home. Normally Thanksgiving is celebrated here in the United States with a turkey, mashed potatoes, and other things, but my family and I celebrate and give thanks with Mexican food whether it is tamales, pozole, champurrado and other foods, this is our tradition. I thank God this year for the health of my children and mine, I thank him also for my life and everything I have regardless if its bad or good and for my family.

**Karla Sanchez, Winton HEP Student**

Thanksgiving is a day to celebrate and give thanks as a family:

Thanks for my health

Thanks for friends

Thanks for the work

Thank you for the opportunities, God gives us every day.

My family and I celebrate by eating as a family, and enjoying a movie. Happy Thanksgiving.

**Emma Gutierrez, Winton HEP Student**



Every day is a day of giving thanks, but that day is a very special day, it reminds me when I saw the little face of my children helping me set the table and decorations from the first day of November and that every day that passed they were more excited to see that the day was approaching to prepare food together with me for dinner on that special day. That day is a big day where we bring out the best dishes, glasses, and cutlery. We give thanks for the food and the land that gives us fruit. We go out to feed the homeless, we do something special, and we thank God for what we have.

**Maria L. Garcia, Winton HEP Student**



Every year on Thanksgiving Day the whole family gets together, and we live together, we play games, we talk about how life is going, we joke around and laugh. Although here in the United States there are traditions, we as Mexicans are different, we like to make pozole, tamales, birria, tacos and a variety of desserts, where it is best to enjoy as a family, we all thank God mainly for life, work, health and for giving us food every day. We also thank God for being a united family and for giving us the joy of another year to celebrate

Thanksgiving.

**Mariana Lamas, Winton HEP Student**

Hello, my name is Elizabeth Navarro, I was born here in the United States, but of Mexican blood. In my family, we have not celebrate Thanksgiving because many of the years we have been in Mexico. But I have good memories of the times that we did celebrate it, some of the times it could be traditional Mexican food such as pozole, tamales, and a delicious atole. Other times traditional Thanksgiving food such as turkey, ham, salads, and mashed potatoes. But the most important thing and the most beautiful feeling I felt was seeing my entire family together, giving thanks for the good and bad times, remembering those who were no longer there, snuggling each other with a big hug, feeling that warmth in the house full of laughter, and the love in the air and It will always be what I like the most about celebrating Thanksgiving.

**Elizabeth Navarro, Patterson HEP Student**



My children and I celebrate Thanksgiving. As usual, my daughter, assisted by her two sisters cooks turkey, biscuits, salads, and desserts. Around 8:00 PM, we serve dinner and begin doing a prayer thanking God for all he provides, and for the good things and what we think was not so good. But for being together that night. After dinner, my children and I share about experiences we have had during the year and what we have learned from them.

**Margarita Gonzalez, Madera HEP Student**

Thanksgiving, what we know about it and how we celebrate. We gather as a family and prepare turkey ham. On some occasions we cook tamales or pozole, whatever we like to eat. My children and I decide what they would like me to prepare. I cook dinner, and they bring desserts and drinks. Following the tradition every year we wait, give thanks to God for allowing to be together and for everything he has provided.

**Josefina Juarez, Madera HEP Student**

Celebrating Thanksgiving is a tradition that has been celebrated in the United States for many years. When I arrived in California for the first time, I did not know about this tradition because in my country it is not celebrated. As years have passed, I have learned about this tradition, and I have liked it because it signifies something special and important. That is why every year I celebrate with my family and close friends to give thanks to God that day for everything he has provided and for being united and happy spending time together. Every year we prepare the traditional turkey but we also include traditional dishes from our country, Mexico, like pozole, tamales and the delicious mole. We have a great night celebrating such a wonderful tradition with great significance.

**Mariela Gaytan, Madera HEP Student**

## CONGRATULATIONS TO OUR RECENT GRADUATES:

**Ilce S. Marin  
Monica Rodriguez  
Margarita Gonzalez  
Alma R. Alcantar**



CVOC is happy to announce we have received federal funds from the Department of Education to provide migrant and seasonal farm workers with a unique and exciting opportunity to obtain a GED certificate. The High School Equivalency Program (HEP) is a 16-week GED program offered in English and Spanish. The participants will receive individualized instruction within a structured GED curriculum as well as career, academic, life skills and personal counseling. The program will also assist participants with their individualized educational/employment goals such as entering a postsecondary education, military, or placed in a career development program. All materials and books needed for the program will be provided absolutely FREE. Presently, the program is offered at three sites, Winton, Modesto, and Madera. If interested, you may call or visit the Merced Training Center/Winton at 6838 Bridget Court, PH: (209) 357-0062 the Stanislaus Training Center/Modesto at 1801 H St. Suite A-4. PH: (209) 577-3210, Patterson at 40 N. 3rd St, PH: (209) 577-3210 or Madera Training Center, 605 S Gateway Ave, Madera, CA, PH: (559) 662- 0100. Do not think about it, just do it.

# Centro De Oportunidades del Valle Central

## Programa Equivalente a la Preparatoria (HEP)

### Boletín de Noviembre 2023



*“La gratitud puede transformar los días comunes en acción de gracias, convertir los trabajos rutinarios en alegría y cambiar las oportunidades ordinarias en bendiciones”.*

*- William Arthur Ward*

#### **Fechas para Recordar:**

**5/11 Finaliza el horario de verano**

**10/11 Día de los Veteranos  
CVOC Cerrado**

**11/11 Día de los veteranos**

**23/11 Día de Acción de Gracias CVOC Cerrado**

**24/11 CVOC Cerrado**

## **Feliz Día de Acción de Gracias**

El día de acción de gracias mi familia y yo lo celebramos juntos ya sea en mi casa o en la de otro familiar. Normalmente, acción de gracias se celebra aquí en Estados Unidos con un pavo, puré de papa y otras cosas, pero mi familia y yo celebramos y damos gracias con comida mexicana ya sea tamales, pozole, champurrado y otras comidas, esa es nuestra tradición. Yo doy gracias a Dios este año por la salud de mis hijos y la mía, le doy gracias también por la vida que me toco y todo lo que tengo sea malo o bueno y por mi familia.

**Karla Sánchez, Estudiante de HEP en Winton**

El día de acción de gracias es un día para celebrar y dar gracias en familia:

Gracias por la salud

Gracias por los amigos

Gracias por el trabajo

Gracias por las oportunidades que Dios nos brinda cada día. Mi familia y yo festejamos comiendo en familia, disfrutando de una película. Feliz día de acción de gracias.

**Emma Gutiérrez, Estudiante de HEP en Winton**



Todos los días son día de dar gracias, pero ese día es un día muy especial, me recuerda cuando veía la carita de mis hijos ayudándome a poner la mesa y las decoraciones desde el primer día de noviembre y que cada día que pasaba ellos estaban más emocionados por ver que se acercaba el día para preparar los alimentos junto conmigo para cenar en ese día especial. Ese día es un día grande donde sacamos los mejores platos, copas y cubiertos. Agradecemos por los alimentos y la tierra que nos da ese fruto y salimos a darle de comer a los indigentes hacemos algo especial y damos gracias a Dios por lo que tenemos.

**Maria L. Garcia, Estudiante de HEP en Winton**



Todos los años el día de acción de gracias nos juntamos toda la familia y convivimos, hacemos juegos, platicamos de cómo nos va en la vida, vacilamos y reímos. Aunque aquí en Estados Unidos hay tradiciones, nosotros como Mexicanos somos diferentes, nos gusta hacer pozole, tamales, birria, tacos y una variedad de postres donde lo mejor es disfrutar como familia, todos le damos gracias a Dios principalmente por la vida, el trabajo, la salud y por darnos comida todos los días. También damos gracias a Dios por la familia unida que somos y por darnos la dicha de llegar otro año más a celebrar el Día de Acción de Gracias.

**Mariana Llamas, Estudiante de HEP en Winton**

Hola mi nombre es Elizabeth Navarro soy nacida aquí en Estados Unidos, pero de sangre mexicana. En mi familia no muchas veces nos ha tocado celebrar el Día de Acción de Gracias por que muchos de los años nos ha tocado estar en México. Pero tengo buenos recuerdos de las veces que si lo celebramos, unas de las veces podían ser con la comida tradicional mexicana tal como pozole, tamales, y su rico atole. Otras veces la comida tradicional del Día de Acción de Gracias como pavo, jamón, ensaladas, y pure de papa. Pero lo más importante y la sensación más bonita que sentía era al ver a toda mi familia reunida, dar la gracias por los buenos y malos momentos, recordar a los que ya no estaban, apapacharnos con un fuerte abrazo, sentir ese calorcito en la casa llena de risas, en si el amor en el aire, es lo que más me gusta de celebrar el Día de Acción de Gracias.

**Elizabeth Navarro, Estudiante de HEP en Patterson**



El Día de Acción de Gracias lo festejamos solo mis hijos y yo. Como ya es costumbre, mi hija con la ayuda de sus dos hermanas cocina pavo, panecillos, ensaladas y postres. Alrededor de las 8:00 PM servimos la cena y comenzamos haciendo una pequeña oración dando gracias a Dios por todo, tanto bueno como lo que creemos es malo, pero principalmente por estar reunidos esa noche. Después de la cena, mis hijos y yo platicamos sobre las experiencias que hemos tenido durante el año y que hemos aprendido de ellas.

**Margarita Gonzalez, Estudiante de HEP en Madera**

El Día del Pavo, como lo conocemos nosotros y la manera en que lo celebramos. Nos reunimos en familia, preparamos jamón de pavo. Hay ocasiones que hacemos tamales o pozole, lo que nos apetezca. Nos ponemos de acuerdo mis hijos y yo para ver que les gustaría que les prepare. Yo me encargo de preparar la cena y ellas de traer postre y bebidas. Siguiendo la tradición que año con año esperamos, damos gracias a Dios por permitirnos estar juntos un año más, también por todo lo recibido.

**Josefina Juárez, Estudiante de HEP en Madera**

### FELICIDADES A NUESTROS GRADUADOS RECIENTES:

**Ilce S. Marin  
Monica Rodriguez  
Margarita Gonzalez  
Alma R. Alcantar**



Celebrar el Día de Gracias es una tradición que se ha celebrado hace muchos años en Estados Unidos. Cuando yo llegué a California por primera vez, yo no sabía de esta tradición porque en mi país no se celebra. Pero con el paso de los años he aprendido sobre esta celebración y me ha gustado mucho porque tiene un significado especial e importante. Es por eso que cada año lo celebro con mi familia y amigos para dar gracias a Dios por todo lo bueno que nos ha dado y por estar reunidos comiendo y conviviendo todos felices. Todos los años preparamos comida tradicional como el pavo, pero también nos gusta incluir comidas típicas de nuestro país, México, como el pozole, tamales y el delicioso mole. Así pasamos una noche hermosa celebrando una tradición con un gran significado.

**Mariela Gaytan, Estudiante de HEP en Madera**

¡CVOC esta muy feliz de anunciar que hemos recibido fondos federales del Departamento de Educación para proporcionar a los trabajadores agrícolas migrantes y de temporada una oportunidad única y emocionante de obtener un GED certificado. El Programa de Equivalencia de Escuela Secundaria (HEP) es un programa GED de 16 semanas que se ofrece en inglés y Español. Los participantes recibirán instrucción individualizada dentro de un currículo estructurado de GED, así como orientación profesional, académica, de habilidades para la vida y personal. El programa también ayudará participantes con sus metas educativas/laborales individualizadas, como ingresar a una educación postsecundaria, militar o colocarse en un programa de desarrollo profesional. Todos los materiales y libros necesarios para el programa se proporcionarán absolutamente GRATIS. Actualmente, el programa se ofrece en tres sitios, Winton, Modesto y Madera. Si está interesado, puede llamar o visitar Merced Training Center/Winton en 6838 Bridget Court, TEL: (209) 357-0062 Ext.135, Stanislaus Training Center/Modesto en 1801 H St. Suite A-4. TEL: (209) 577-3210, Patterson at 40 N. 3rd St, PH: (209) 577-3210 o Madera Training Center, 605 S Gateway Ave, Madera, CA TEL: (559) 662-0100. ¡NO LO PIENSES MÁS, LLAMA YA!