

TRIATLÓN SÓLO PARA NIÑOS DE LONGMONT Y “TRY-A-TRI” PARA ADULTOS

longmontcolorado.gov/triathlon
303-774-4700

Sábado 24 de agosto

Centro de Recreación, 310 Quail Road

El Triatlón sólo para niños de Longmont es una carrera divertida y segura abierta a edades de 6 a 17 años, tanto para corredores experimentados como para principiantes (*los niños deben ser capaces de nadar sin ayuda*).

El “Try-A-Tri” para adultos es un triatlón de distancia super sprint para principiantes, los que desean ponerse en forma para competir y los atletas que buscan un reto. ¡Disfrute de un ambiente de apoyo y cree recuerdos inolvidables!

Para más información sobre el trabajo voluntario o cómo organizar un puesto de vendedor, llame al 303-774-4694.



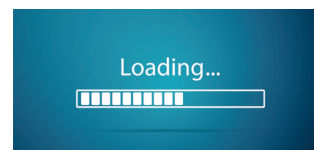
Mantenga su casa fresca sin usar aire acondicionado

Cuando las temperaturas suben durante los meses de verano, encontrar formas de mantener fresca la casa sin depender exclusivamente del aire acondicionado puede ser tanto ecológico como económico. Afortunadamente, existen numerosas formas de combatir el calor y mantener un ambiente interior confortable. Aquí tiene algunos consejos útiles para mantener s casa más fresca:

- 1. Aísle y selle su casa:** Muchas de las cosas que ayudan a mantener la casa más caliente en invierno también ayudan a mantenerla más fresca en verano. Visite energyoutreach.org/care o llame al 303-825-8750 para obtener una evaluación energética GRATUITA de Energy Outreach Colorado si los ingresos de su hogar son menos de \$93,440 (2 personas). Si sus ingresos son más de \$93,440, puede obtener una evaluación de bajo costo de Efficiency Works en efficiencyworks.org/homes o

ENFRÍE continúa en la PÁGINA 3

En esta edición...



2: ¡Nuevo sitio web de la ciudad!

¡Nueva imagen, navegación y mucho más en agosto!



3: Eventos de Puertas Abiertas de los Parques de Bomberos



4: Piscinas de actividades

Refréscase este verano en las piscinas de actividades



4: Inscríbese en las ligas deportivas

Consejo de la Ciudad Longmont

ALCALDE: JOAN PECK

joan.peck@longmontcolorado.gov

DISTRICTO 1: DIANE CRIST

diane.crist@longmontcolorado.gov

DISTRICTO 2: MARCIA MARTIN

marcia.martin@longmontcolorado.gov

DISTRICTO 3: SUSIE HIDALGO-FAHRING

susie.hidalgo-fahring@longmontcolorado.gov

EN GENERAL: AREN RODRIGUEZ

aren.rodriguez@longmontcolorado.gov

EN GENERAL: SHIQUITA YARBROUGH

shiquita.yarbrough@longmontcolorado.gov

EN GENERAL: SEAN MCCOY

sean.mccoy@longmontcolorado.gov



TOME UN CAFÉ CON LOS MIEMBROS DEL CONSEJO

9-10 am, 27 de julio: Las concejales Susie Hidalgo-Fahring y Diane Crist estarán en el parque de bomberos #3 de Longmont, en 1000 Pace St.

9-10 am, 24 de agosto: Los concejales Sean McCoy y Shiquita Yarbrough estarán en la estación de Lashley Street, en 1200 Lashley St.

Consulte el calendario de 2024 en LongmontColorado.gov/City_Council.

LA CIUDAD ESTRENARÁ UN NUEVO SITIO WEB EN AGOSTO

La ciudad de Longmont se prepara para inaugurar un nuevo sitio web en agosto, reestructurando su presencia en línea en longmontcolorado.gov para facilitar su uso a los visitantes.

Entre las muchas mejoras, el sitio permitirá a los usuarios:

- Encontrar información más rápidamente gracias a un diseño más claro.
- Ver y utilizar fácilmente el sitio web en un dispositivo móvil
- Disponer de traducciones al español para los contenidos importantes
- Mayor protección de la información sobre los clientes y pagos
- Aprovechar un motor de búsqueda mejorado para localizar mejor lo que necesitan

Una vez finalizada la modernización, **la ciudad hará un anuncio oficial a la prensa y al público.**

Siga atento a longmontcolorado.gov y las páginas oficiales de la ciudad en las redes sociales Facebook e Instagram para estar al día.

Como parte del nuevo sitio web, la ciudad también actualizará su portal de pago de facturas de servicios públicos en línea, mejorando aún más la seguridad de la información de los clientes, al tiempo que les permite acceder cómodamente a su cuenta y pagar su factura las 24 horas del día. Una vez lanzado el nuevo sitio, los clientes que se hayan suscrito a la facturación en línea tendrán que ir a su portal de pago y volver a introducir sus datos de pago. Las personas que necesiten más ayuda deben llamar a Utility Billing al 303-651-8664.

BIBLIOTECA DE LONGMONT ¡FIESTA MARIO KART DE FIN DE VERANO PARA TODAS LAS EDADES!

Ven a celebrar el final del verano con una competición divertida de Mario Kart de 5:30-7:30 pm el jueves, 8 de agosto en la Biblioteca de Longmont, en 409 4th Ave.

Ven y compite en una ronda de Mario Kart en nuestro "Nintendo Switch" (limitado a 4 jugadores a la vez). Se anima a todas las edades a unirse a la diversión. Los ganadores de cada ronda recibirán un pequeño premio. También habrá refrescos y artesanía.

Consulte los detalles en bit.ly/LibCalendar o llame al 303-651-8477.





¡Visite las nuevas estaciones de bomberos este verano y otoño!

¡Conozca a los bomberos de Longmont y visite las estaciones! Los bomberos de Longmont organizarán eventos de puertas abiertas este verano y otoño. Esta es su oportunidad de hacer preguntas.

- De 10 am a 12 pm el sábado 20 de julio: Estación de bomberos #6 de Longmont, 501 S. Pratt Pkwy, Conozca al equipo de Materiales Peligrosos y aprenda más sobre el mal tiempo.
- De 10 am a 12 pm el sábado 26 de octubre: Estación de bomberos #5 de Longmont, 617 Barberry Drive. ¡Traiga a toda la familia para disfrutar de una divertida mañana de “Truck-or-Treat”!

¡ÚNASE A LA COALICIÓN POR LA SOSTENIBILIDAD!

¿Siente curiosidad por conocer las prioridades de sostenibilidad y acción por el clima de la ciudad de Longmont? ¡Únase a la Coalición para la Sostenibilidad de Longmont! No hay ningún compromiso; simplemente inscribese y asista a tantas reuniones como quiera.

La próxima reunión es el jueves 8 de agosto de 5:15 a 6:45 pm en Zoom.

Para unirse a la Coalición para la Sostenibilidad de Longmont, escanee el código QR, visite bit.ly/CoLLSC o llame al 303-774-3553.



Los ventiladores de techo deben girar en sentido contrario a las agujas del reloj

ENFRÍE continúa de la **PÁGINA 1**

llamando al 877-981-1888.

- 2. Si es posible, abra las ventanas por la noche, cuando la calidad del aire es buena:** Aproveche las tardes más frescas de verano y abra las ventanas para favorecer la ventilación cruzada. Bono: ¡Esto también puede ayudarle a dormir mejor! El aire fresco circulará durante toda la noche, permitiéndole empezar de nuevo con una casa fresca por la mañana. También puede usar el ventilador en toda la casa por la noche o instalar ventiladores de ventana en las ventanas de la planta superior para que expulsen el aire caliente ascendente hacia fuera y enfriar la casa más rápidamente. Sólo tiene que comprobar la calidad del aire en airnow.gov para asegurarse de que no está introduciendo aire contaminado en su casa.
- 3. ¡Encienda la parrilla!** Si quiere comer caliente, encienda la parrilla en lugar del horno. Planifique platos a la parrilla y ensaladas para evitar generar más calor en su casa.
- 4. Ajuste los ventiladores de techo para que giren en sentido contrario a las agujas del reloj:** En verano, las aspas del ventilador deben girar en el sentido contrario a las agujas del reloj (según se mira hacia arriba) para impulsar el aire directamente hacia abajo. Aumente la velocidad del ventilador en los días más calurosos.
- 5. Utilice el aire frío de su sótano:** Una forma ingeniosa de refrescar una habitación con ventiladores es colocar un ventilador de caja cerca del pie de la escalera del sótano para hacer que sople una brisa fresca hacia arriba.

Eventos y actualizaciones

Inscríbese en las actividades de otoño en agosto longmontcolorado.gov/recreation | 303-774-4700

Busque el folleto de actividades de otoño en línea de los Servicios de Recreación y en su buzón de Longmont a principios de agosto. La guía de otoño incluye actividades, clases de gimnasia, programas y eventos especiales que tienen lugar entre septiembre y diciembre. ¡Inscríbese pronto para las clases de natación, ya que se llenan rápido! La inscripción comienza el martes 13 de agosto.

Ligas de adultos & Programas deportivos juveniles longmontcolorado.gov/leagues | 303-774-3527

Inscríbese a principios de agosto en las ligas deportivas para adultos de kickball, baloncesto, softball y pickle ball. Inscríbese como equipo o agente libre y le pondremos en contacto con otros participantes. Los programas juveniles de otoño incluyen voleibol, campo traviesa y fútbol en las escuelas participantes.

Cierres de instalaciones recreativas por mantenimiento

longmontcolorado.gov/recreation | 303-774-4700

Todos los años, las instalaciones recreativas de la ciudad cierran para el mantenimiento de sistemas y equipos. Visite nuestras otras instalaciones durante las semanas de cierre.

- Edificio Memorial: Cerrado del 5 al 10 de agosto
- Centro de Recreación: Cerrado del 25 de agosto al 1 de septiembre

Noche comunitaria gratuita con las Damas Legendarias

5:30-7:30 pm, jueves 20 de agosto
303-651-8404

Centro de Visitantes y Aprendizaje del Rancho Sandstone, en 3001 Sandstone Drive

Las Damas Legendarias relatarán las vidas de mujeres fascinantes que pasaron a formar parte del saber popular del Oeste, y enriquecerán al público con historias de perseverancia, independencia y liderazgo. Por favor, comparta su auto, vístase según el tiempo y estacionese en el estacionamiento superior, tomando el sendero a pie hasta el Centro de Visitantes. Llegue a las 5:30 pm, traiga un picnic, sillas o mantas y disfrute del paisaje antes del acto principal a las 6:30 pm. No es necesario inscribirse.

El Centro de Visitantes y Aprendizaje del Rancho Sandstone ofrece eventos especiales, talleres y programas diseñados para toda la familia y está abierto al público todos los miércoles de 9 am-mediodía hasta agosto; y de 10 am-2 pm el segundo y cuarto sábados hasta octubre.



PISCINAS DE ACTIVIDADES

Para que los niños de 10 años o menos tengan un verano divertido

¿Sabe usted que Longmont tiene no sólo una, sino dos piscinas de actividades diseñadas para niños de 10 años o menos? Ambas piscinas están abiertas los 7 días de la semana hasta el 11 de agosto y ofrecen acceso de profundidad cero, divertidos juegos acuáticos y mucho espacio para chapotear y jugar. Cada niño de 5 años o menos debe estar acompañado en el agua por una persona que tenga al menos 14 años.

PISCINA DE ACTIVIDADES KANEMOTO

La piscina Kanemoto, situada en 1151 S. Pratt Pkwy, está abierta de 10 am a 5 pm, cuenta con un pequeño tobogán acuático.

PISCINA DE ACTIVIDADES ROOSEVELT

La piscina Roosevelt, situada en el 903 8th Ave., está abierta de 10 am a 4 pm y no suele llenarse tanto como la piscina Kanemoto; es especialmente adecuada para niños de 5 años o menos.

TARIFAS DIARIAS

- \$1, todos los visitantes, menores de 12 meses
- \$4, residentes de Longmont mayores de 1 año (\$5 para los no residentes)

Visite bit.ly/longmontpools para obtener más información.

UNIDAD EN LA COMUNIDAD

De 4 am a 9 pm el viernes, 23 de agosto
Centro de Longmont en 4th y Kimbark

¡En Unidad en la Comunidad hay algo para todos los gustos! Unidad en la Comunidad, un evento anual de la Cámara de Longmont, es una celebración de Longmont: la gente, las empresas, las artes y la cultura de nuestra ciudad se juntan en este vibrante festival. ¡Este evento es divertido para toda la familia! La Unidad en la Comunidad trata de crear vínculos comunitarios y compartir el orgullo de ser "Longmonster". La asistencia a Unidad en la Comunidad es presentada por el Banco High Plains y es gratuita. Llame al 303-776-5295 o visite longmontchamber.org/unity.