

CSU UPWARD BOUND



UPWARD BOUND
COLORADO STATE UNIVERSITY

2023-2024 Newsletter



GREETINGS

Hello families of Upward Bound students! We are super excited to continue our newsletter.

Thank you for being an integral part of our TRIO Upward Bound family and community. We hope that you and your students are well and we look forward to seeing you soon!

Important Spring Dates

- **January 16th and 18th:** virtual FASFA night for seniors
- **February 15th-16th:** Junior Trip
- **March 2nd:** UB University
- **April 26th- 9th/10th trip**
- **May 17th:** UB Graduation





Throughout the summer, students immersed themselves in a diverse array of subjects such as language arts, engineering, forensic science, food science, and engaging hands-on scientific explorations. Beyond the classroom, students were able to participate in off-campus adventures, including visits to Colorado Springs and Greeley, where students toured college campuses and engaged in outdoor activities like invigorating hikes and challenging ropes courses, fostering teamwork and resilience.

While in Fort Collins, the students not only expanded their academic horizons but also cultivated connections with fellow Upward Bound peers. Attending classes on campus and staying in the residence halls provided them with a taste of “the college life”. Students were also able to do creative activities from paddle boarding and swimming at Horsetooth, to playing volleyball on campus to playing campus tag with their peers!

SUMMER 2023

Our summer program at CSU Spur Campus and CSU's Fort Collins campus was an enriching experience that brought together students for a transformative journey of learning and community.



Summer video :)



This summer was more than just an academic pursuit; it was an opportunity for growth, discovery, learning, and the formation of enduring friendships. Thank you to all the students who participated and made our summer exciting and memorable.... and full of laughs! [SCAN THE QR CODE ABOVE TO SEE OUR SUMMER VIDEO!]

SENIOR TRIP



This year our seniors went to Chicago, Illinois! Our Upward Bound seniors spent 5 days in the windy city of Chicago, enjoying the cultural and academic tapestry of the city.

Beyond academia, students enjoyed iconic Chicago landmarks, cruising through the city on a boat tour, visiting the Navy Pier, going around the Chicago River Walk and Millennium Park, taking pictures at the Museum of Ice Cream, being 1,352 feet in the Chicago sky at the Willis Tower,

visiting Chinatown, seeing the National Museum of Mexican Art, and laughing at the Blue Man Crew show. Not to mention the yummy food they enjoyed, such as Chicago deep dish pizza, seafood boil, and dim sum!

Students visited three esteemed universities: Northwestern University, where they engaged in a stimulating mock trial, experiencing the atmosphere of law school; Loyola University, offering insights into their diverse programs against the stunning backdrop of Lake Michigan; and Depaul University, unveiling the magic of moviemaking through an enlightening Cinespace tour. These universities gave students insight into high education offered outside of Colorado.



UPWARD BOUND UNIVERSITIES

Throughout the fall semester, our Upward Bound Universities (UBU) offered engaging Saturday programs designed to immerse students in a college campus environment while equipping them with invaluable experiences and skills. These programs aimed to broaden horizons, foster STEM learning, SAT preparation, and foster a sense of community among northern Colorado's Upward Bound students.

During our first UBU, our students were able to engage with the Denver community through community service. Students engaged with many organizations in the Denver area, such as the Food Bank of the Rockies, Mile High Behavioral Health Care, Denver Urban Gardens, Earthlinks, St. Francis Center, A Little Help, and Volunteers of Outdoor Colorado. This hands-on involvement not only provided insights into the significant work of these organizations but also facilitated meaningful connections within the Denver community.

During our second UBU, students were able to engage in STEM workshops at Colorado State University where they got to tour a chemistry lab, got to play with liquid nitrogen with the CSU Chemistry Club, learned more about forestry with Colorado State Forest Service, had a structure-building competition with STEM 4 Kids in Fort Collins, played with the phenomenon of light with CSU's Little Shop of Physics, got to talk with current CSU students in the MANRRS organization (Minorities in Agriculture, Natural resources, and Related Sciences), and much much more!



MEET OUR STAFF!



Welcoming SEAN JASTER as Director of CSU's Upward Bound Programs!

"Hello! For those of you who I don't know yet, my name is Sean Jaster and I am excited and humbled to be coming on board as the new Director of Upward Bound Programs with the Access Center. I've been working with Upward Bound since 2007 here at CSU, and I even got to go on the senior trip to Chicago with UB students this past September (the Museum of Ice Cream and Blue Man were my highlights for sure!). I'm excited to get to know school and community partners, students, and families, and help support in all the ways I possibly can to continue the awesome legacy of this program. I believe strongly in the meaningful and connecting power of the Upward Bound community and look forward to connecting with all of you. You might see me popping into schools and learning from Susana and Mariana over the next few months, so make sure to come say hi. Students, I am here for you as an additional resource and support, so please feel free to reach out to me any time if you need anything (although I don't know how to make Hot Cheeto Ice Cream just yet....). All the best this semester and I'll see you soon!"

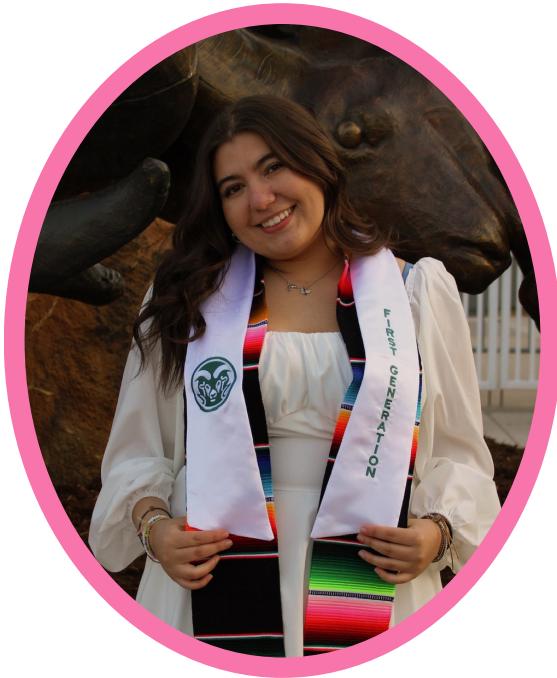
-sean



SUSANA RUVALCABA

Assistant Director

"Upward Bound worked for me, so now I work for Upward Bound". Being raised in Fort Collins, Susana became part of the Upward Bound family in 2010 as a student. She later went on to attend CSU and got her Bachelor's in Social Work, minoring in criminology. During her time at CSU, she continued working for Upward Bound as a tutor counselor, an intern, an advisor, and finally became Assistant Director in 2022.



MARIANA MARTIN-MENDOZA

Advisor

"I am from Denver, CO, and am a proud product of the DPS system, having graduated from Denver South. I recently graduated from CSU in May with my Bachelor's in Social Work, minoring in both legal studies and ethnic studies! Being first-gen, I am excited to serve other first-gen students and help them reach their post-secondary education goals."



LUCIA DELGADO
Director of College Access

"In my role as the Director of The Access Center at Colorado State University, I believe in and advocate for Educational Equity and Equality for first-generation and limited-income families. I value the richness of each person and am honored to serve as a mentor to students at various levels of their educational journey. I received my Bachelor of Science degree from Northern Arizona University in Journalism and Political Science and a Master of Science degree in Student Affairs in Higher Education (SAHE) from CSU. I am currently in my Ph.D. program at CSU studying Organizational Learning, performance, and Change, and look forward to creating systemic change through the work as the Hispanic Serving Institutions Fellows for CSU. "



MARIA DE LOURDES ZAVALA
Director of Program Compliance & IT



RACHEL MARTINEZ
Office Manager

Lourdes and Rachel are integral members of our Upward Bound team. With their help, our programs run safely and efficiently while keeping our students' interest and engagement in mind. We thank both Lourdes and Rachel for their work behind the scenes for which our programs wouldn't succeed.

CSU UPWARD BOUND



UPWARD BOUND
COLORADO STATE UNIVERSITY

Boletín de Noticias



¡Saludos!

¡Hola familias de estudiantes de Upward Bound! Estamos emocionados de continuar con nuestro boletín para el semestre.

Gracias por ser una parte integral de nuestra familia TRIO Upward Bound. ¡Esperamos que usted y sus estudiantes estén bien y esperamos verlos pronto!

Important Spring Dates

- **16 y 18 de Enero:** virtual FASFA night for seniors
- **15-16 de Febrero:** Junior Trip
- **2o de Marzo:** UB University
- **26 de Abril-** 9th/10th trip
- **17 de Mayo:** UB Graduación





Durante el verano, los estudiantes se sumergieron en una amplia variedad de temas como artes del lenguaje, ingeniería, ciencias forenses, ciencias de los alimentos y exploraciones científicas prácticas. Además de las clases, los estudiantes participaron en aventuras fuera del campus, incluyendo visitas a Colorado Springs y Greeley, donde recorrieron campus universitarios y participaron en actividades al aire libre como emocionantes caminatas y desafiantes cursos de cuerdas, fomentando el trabajo en equipo y la resiliencia.

En Fort Collins, los estudiantes no solo ampliaron sus horizontes académicos, sino que también cultivaron conexiones con compañeros de Upward Bound. Asistir a clases en el campus y alojarse en las residencias les brindó un vistazo a la "vida universitaria". ¡Los estudiantes también disfrutaron de una variedad de actividades, desde hacer paddleboarding y nadar en Horsetooth hasta jugar voleibol en el campus y correr por el campus con sus compañeros!

VERANO 2023

Nuestro programa de verano en el campus de CSU Spur y en el campus de Fort Collins fue una experiencia enriquecedora que reunió a estudiantes en un viaje transformador de aprendizaje y comunidad.



Summer video :)



Este verano fue más que una búsqueda académica; fue una oportunidad de crecimiento, descubrimiento, aprendizaje y la formación de amistades duraderas. ¡Gracias a todos los estudiantes que participaron y convirtieron nuestro verano en algo emocionante, memorable... y lleno de risas! [ESCANEE EL CÓDIGO QR DE ARRIBA PARA VER NUESTRO VIDEO DE VERANO]

VIAJE DE SENIORS



¡Este año nuestros estudiantes mayores fueron a Chicago, Illinois! Nuestros estudiantes mayores de Upward Bound pasaron 5 días en la ciudad ventosa de Chicago, disfrutando de la riqueza cultural y académica de la ciudad.

Además de la academia, los estudiantes disfrutaron de icónicos lugares de Chicago, navegando por la ciudad en un recorrido en bote, visitando Navy Pier, recorriendo Chicago River Walk y Millennium Park,

tomando fotos en el Museo de Helados, estando a 1,352 pies en el cielo de Chicago en la Torre Willis, visitando Chinatown, viendo el Museo Nacional de Arte Mexicano ¡y riendo en el espectáculo de Blue Man Crew! Sin mencionar la deliciosa comida que disfrutaron, como pizza estilo Chicago deep dish, mariscos hervidos y dim sum.

Los estudiantes visitaron tres prestigiosas universidades: Northwestern University, donde participaron en un estimulante juicio simulado, experimentando el ambiente de la escuela de leyes; Loyola University, ofreciendo ideas sobre sus diversos programas con el impresionante Lago Michigan de fondo; y DePaul University, desvelando la magia de la realización de películas a través de un esclarecedor recorrido por Cinespace. Estas universidades dieron a los estudiantes una visión de la educación superior ofrecida fuera de Colorado.



UPWARD BOUND UNIVERSITIES

Durante todo el semestre de otoño, nuestros Upward Bound Universities (UBU) ofrecieron programas de sábado que sumergieron a los estudiantes en un entorno universitario mientras les proporcionaban experiencias y habilidades invaluables. Estos programas tenían como objetivo ampliar horizontes, fomentar el aprendizaje STEM, preparación para el SAT y fomentar un sentido de comunidad entre los estudiantes de Upward Bound del norte de Colorado.

Durante nuestro primer UBU, nuestros estudiantes pudieron involucrarse con la comunidad de Denver a través del servicio comunitario. Los estudiantes participaron con muchas organizaciones en el área de Denver, como Food Bank of the Rockies, Mile High Behavioral Health Care, Denver Urban Gardens, Earthlinks, St. Francis Center, A Little Help y Volunteers for Outdoor Colorado. Esta participación práctica no solo proporcionó información sobre el trabajo significativo de estas organizaciones, sino que también facilitó conexiones significativas dentro de la comunidad de Denver.

Durante nuestro segundo UBU, los estudiantes pudieron participar en talleres STEM en la Universidad Estatal de Colorado, donde pudieron recorrer un laboratorio de química, jugar con nitrógeno líquido con el Club de Química de CSU, aprender más sobre silvicultura con el Servicio Forestal del Estado de Colorado, participar en una competencia de construcción de estructuras con STEM 4 Kids en Fort Collins, jugar con el fenómeno de la luz con Little Shop of Physics de CSU, hablar con estudiantes actuales de CSU en la organización MANRRS (Minorities in Agriculture, Natural Resources, and Related Sciences) y ¡mucho más!



CONOCE A NUESTRO PERSONAL



¡Damos la bienvenida a SEAN JASTER como Director de los Programas Upward Bound de CSU!

¡Hola! Para aquellos de ustedes que aún no conozco, mi nombre es Sean Jaster y estoy emocionado y honrado de unirme como el nuevo Director de los Programas Upward Bound en el Access Center. He estado trabajando con Upward Bound desde 2007 aquí en CSU, e incluso tuve la oportunidad de ir al viaje de último año a Chicago con los estudiantes de UB el pasado septiembre (¡el Museo del Helado y Blue Man fueron mis momentos destacados sin duda!). Estoy emocionado de conocer a los socios escolares y comunitarios, a los estudiantes y a las familias, y ayudar en todo lo que pueda para continuar el increíble legado de este programa. Creo firmemente en el poder significativo y conectador de la comunidad Upward Bound y espero conectarme con todos ustedes. Es posible que me vean aparecer en las escuelas y aprender de Susana y Mariana en los próximos meses, así que asegúrense de saludar. Estudiantes, estoy aquí como un recurso y apoyo adicional para ustedes, así que no duden en comunicarse conmigo en cualquier momento si necesitan algo (aunque aún no sé cómo hacer helado de Hot Cheetos...). ¡Les deseo lo mejor en este semestre y nos vemos pronto!

-sean



SUSANA RUVALCABA

Subdirectora

"Upward Bound trabajo por mi, entonces ya trabajo por Upward Bound." Criada en Fort Collins, Susana se unió a la familia Upward Bound en 2010 como estudiante. Más tarde, asistió a CSU y obtuvo su licenciatura en Trabajo Social, con especialización en criminología. Durante su tiempo en CSU, continuó trabajando para Upward Bound como tutora, consejera, y finalmente se convirtió en subdirectora en 2022.



MARIANA MARTIN-MENDOZA

Consejera

"Soy de Denver, Colorado, y me enorgullece ser producto del sistema DPS, habiendo graduado de Denver South. Recientemente me gradué de CSU en mayo con mi licenciatura en Trabajo Social y con especializaciones tanto en estudios legales como étnicos. Siendo el primero en mi familia en asistir a la universidad, estoy emocionado de servir a otros estudiantes de primera generación y ayudarles a alcanzar sus metas educativas post-secundarias."



LUCIA DELGADO
Directora de Acceso Universitario

"En mi posición como Directora de Acceso Universitario en la Universidad Estatal de Colorado, creo y abogo por la Equidad y la Igualdad Educativa para familias de primera generación y de ingresos limitados. Valoro la riqueza de cada persona y tengo el honor de servir como mentora de estudiantes en varios niveles de su trayectoria educativa. Obtuve mi título de Licenciatura en Ciencias en Periodismo y Ciencias Políticas de la Universidad del Norte de Arizona, y una Maestría en Ciencias en Asuntos Estudiantiles en Educación Superior (SAHE) de la CSU. Actualmente, estoy en mi programa de doctorado en la CSU, estudiando Aprendizaje Organizacional, Rendimiento y Cambio, y espero crear un cambio sistémico a través de mi trabajo como becaria de Instituciones que Sirven a la Comunidad Hispana para la CSU."



MARIA DE LOURDES ZAVALA

**Director de Cumplimiento del Programa y
Tecnologías de la Información (IT)**

Lourdes y Rachel son miembros fundamentales de nuestro equipo de Upward Bound. Con su ayuda, nuestros programas se desarrollan de manera segura y eficiente, teniendo en cuenta el interés y la participación de nuestros estudiantes. Agradecemos a ambas, Lourdes y Rachel, por su trabajo detrás de bastidores, sin el cual nuestros programas no tendrían éxito.

RACHEL MARTINEZ

Gerente de Oficina