

MapleCityNow



MAY 15, 2020

CONTENTS

City Updates	cover
Letter from the Goshen City Council	2
Goshen City Council Map and Representatives	3
Letter from Goshen Health	4
Letter from Oaklawn	5
Primary Elections in Indiana	6
Elkhart County Testing Sites	6
Letter from the Chamber of Commerce	7
Reopening Plan	8
EN ESPAÑOL	
Declaración del alcalde	9
Carta del Concejo Municipal	10
Carta de Goshen Health	11
Carta de Oaklawn	12
Cómo votar en las primarias	13
Sitios de pruebas	13
Carta de la Cámara de Comercio	14
Reabriendo la ciudad	15

COVID-19 is Here To Stay

Follow CDC guidelines to protect your loved ones



Indiana Governor Eric Holcomb has announced a five-stage plan to reopen the state. While we all anxiously await for life to return to some semblance of normalcy, we need to remember that the COVID-19 virus has not left our community, and it remains a threat to our most vulnerable residents. Together, we can help protect our loved ones.

According to the Governor's latest executive order outlining the next stage of the plan, all individuals should remain at home or their place of residence as much as practicable to mitigate the spread of COVID-19. Trips outside of the home are expected for travel to employment, to purchase necessities of life and to care for a family member, friend or pets.

We are working to ensure our municipal employees and the public at large are protected from the potential spread of COVID-19 as restrictions are lifted. Here are the measures we have taken for the safety of staff and board and commission members at this time:

- The City of Goshen's buildings will reopen June 1, with limited public access (by department and appointment only) until June 14, unless future data calls for an earlier or later opening. In the meantime, City staff will continue working to provide city services and are available to the public by phone and email.
- We have implemented Safe Work Practices to protect both the City employees and the public when we are working with you. They include wearing a facemask when interacting with the public or other employees when a safe social distance cannot be

maintained, measuring and tracking their temperature on a daily basis and use of remote meetings, among others.

- The City is limiting its local government gatherings to under 10 people during stage 2.
- All public meetings for boards and commissions will resume remotely only. The following meetings will remain open to the public, though with limited seating and with streaming options: City Council, Board of Works, Plan Commission, Board of Zoning Appeals, Redevelopment and the Parks & Recreation Board.

The City will continue to communicate with other Elkhart County officials as we all monitor the spread of COVID-19 in our communities. If we all continue to work together and take the precautions needed, we will be able to stay ahead of the virus.

I invite you to read the Governor's 5-Stage plan, at backontrack.in.gov. For more updates from the City of Goshen in relation to the COVID-19 pandemic, please go to goshenindiana.org/covid19 or follow the City's Facebook page at facebook.com/CityOfGoshen.

Jeremy Stutsman, Mayor of Goshen

Open Letter From Goshen City Council



Brett F. Weddell
Goshen City Council President

The Goshen City Council Representatives would like to express our appreciation to Mayor Stutsman, the Department Heads, the First Responders, and all Goshen City employees for the dedication they have demonstrated throughout these unprecedented times. We would also like to express our thanks to the residents of Goshen for being part of the solution to get us through these challenges.

The Council is encouraged by the results of Indiana's Stay at Home Order, and are cautiously optimistic to start the process of getting back to normal. This includes the process of re-opening the city as well as many of our local businesses. The process will be a team effort involving each and everyone of us. As much as we want to forget the past two months and return to the previous way of living, the process will be intentional and calculated.

We need to stay diligent in protecting ourselves and our neighbors. Continue to enjoy the many outdoor activities our city provides, while at the same time practicing appropriate social distancing. While currently not a requirement, we strongly encourage residents to wear protective face coverings while in public. We ask that you respect the businesses that require the use of face coverings as a stipulation to enter their establishment. We encourage high risk patients to continue practicing appropriate social distancing. And we encourage our residents to shop local at our wide variety of retail stores, restaurants, and businesses. The owners and workers are our neighbors and we want to continue setting the example to the State of Indiana on how to safely navigate the COVID-19 recovery while supporting our treasured local businesses.

Each Goshen Council Representative is here to listen and help all our residents. Please do not hesitate in contacting us as we are here for you. Thank you and stay Goshen Strong.



Goshen City Council and Districts



AT-LARGE: JULIA KING

215.6006
juliaking@goshencity.com
 312 River Vista Drive



AT-LARGE: BRETT WEDDELL

533.2606
brettweddell@goshencity.com
 916 Larimer Drive



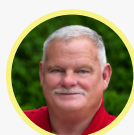
YOUTH ADVISOR: ZOE EICHORN

Zoe was elected by her peers at Goshen High School. She is a non-voting member.



DISTRICT 1: JIM MCKEE

536.5101
jimmckee@goshencity.com
 2359 Redspire Blvd.



DISTRICT 2: DOUG NISLEY

596.7454
dougnisley@goshencity.com
 1929 W. Lincoln Ave.



DISTRICT 3: MATT SCHROCK

533.3450
mattschrock@goshencity.com
 1212 E. Lincoln Ave.



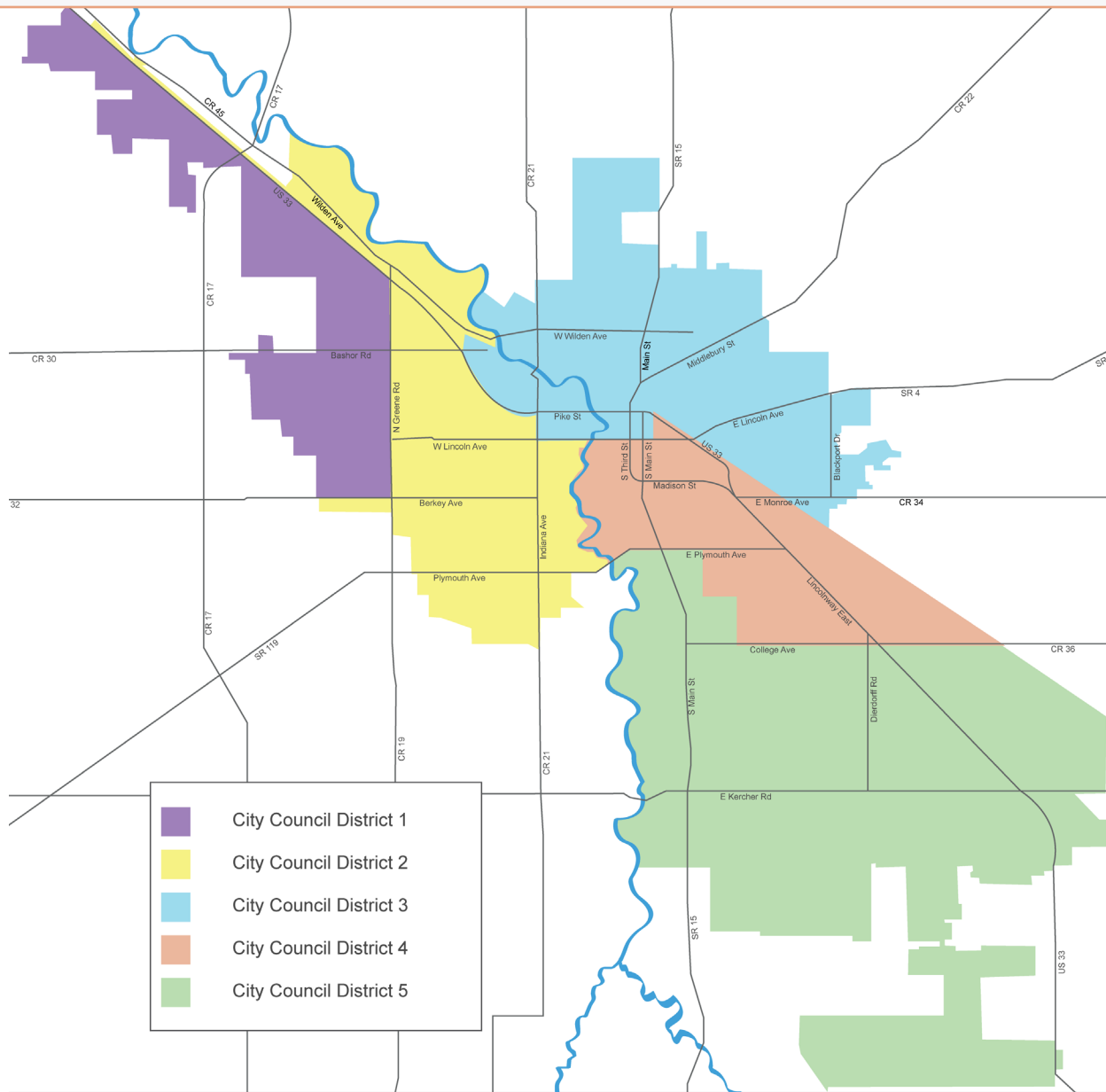
DISTRICT 4: MEGAN EICHORN

238.0253
meganeichorn@goshencity.com
 204 S. Sixth St.



DISTRICT 5: GILBERTO PÉREZ, JR.

675.1112
gilbertoperez@goshencity.com
 1727 S. 13th St.



Open Letter From Goshen Health



Dr. Daniel A. Nafziger MD, MS
Chief Medical Officer, Goshen Health

We've been fortunate in our community to see that our collective efforts are flattening the curve of COVID-19. This is due, in large part, to everyone doing their part to reduce the risk of the virus spreading – staying home, handwashing, wearing face masks, covering their coughs and sneezes, monitoring their symptoms. We are proud of you and grateful – we know this community deeply values relationship and that COVID-19 is asking a lot of all of us.

Effective this week, we began scheduling outpatient surgical procedures at the hospital and surgery center; lab tests, imaging and diagnostic testing; and noninvasive cardiovascular and cardiopulmonary services. In addition, a few of our facilities are reopening, in a phased approach. You can visit our website for full details. We want to provide all the types of care you need and have expected from us in the past.

There is nothing more important than the safety of our patients and our Colleagues. In order to create a safe environment for all, we are following strict protocols for disinfection developed for COVID-19. Our Colleagues and providers conduct temperature checks, monitor for symptoms and wear personal protective equipment (PPE) as recommended by the Centers for Disease Control (CDC). We also conduct rigorous audits to ensure we are meeting the highest safety standards. All this to protect you – our families, friends and community members.

We know the Governor's Back on Track plan and the lifting of some restrictions is a relief to many of you. However, it may be tempting to become overconfident. The virus is still spreading in our community. Wearing masks is still recommended when in public, especially if you cannot stay at least 6 feet apart from others. Check the CDC website for ideas on how to make a simple mask, if you need one. While we have some cloth masks available for patients, our supply is extremely limited. By wearing your own mask, you will help us protect much-needed resources for our healthcare team.

In addition, the most vulnerable population – people over age 65 or who have health conditions – are still encouraged to stay home and avoid gatherings until May 23. Continuing to use physical distancing even after that date will be important to limit the spread of the virus.

As we resume some healthcare services, we ask for your patience and flexibility. We are doing everything we can to ensure your safety, and this may mean adjusting our plans as we continue to learn more about COVID-19 every day. We promise to keep you up-to-date through [GoshenHealth.com](https://www.goshenhealth.com) and our Facebook page.

Thank you to everyone who has shown their support to us! We've been humbled and gratified by your donations and your kind words. As your healthcare providers, we are experiencing "being in this together" in new and deeper ways as we face this united with you.



Photo courtesy of Goshen Health

Open Letter From Oaklawn



Laurie N. Nafziger
President & CEO, Oaklawn

We all face a new normal. COVID-19 has changed our world, our communities, our day-to-day lives. We worry for our health and the health of those we love. We face unexpected financial struggles. Our routines are disrupted. We're physically separated from our strongest support networks—family, friends, communities of faith. Some of us are grieving the loss of a loved one, with even our traditions of mourning transformed by this invisible threat. And, on top of everything, we don't know when or how this will end.

Amid all this uncertainty, loss and isolation, it's no wonder this pandemic is affecting our mental health. There's a name for it: trauma. Witnessing our world change so drastically and rapidly, seeing the suffering and feeling a heightened sense of fear is distressing. What we're experiencing is a trauma. Acknowledging that, and naming it, also gives us insight to help live with it.

First, trauma triggers changes in your brain. The "fear center" goes into overdrive, while the parts of your brain responsible for rational thought and emotions start to slow down. Some of us feel numb or out of touch emotionally. Others feel hyper-vigilant and anxious. Some become inactive or depressed. Children especially may exhibit challenging behaviors. All of these are normal responses to trauma.

Eventually, when we feel safe to do so, we'll process what we've been through. For now, it's OK to just get by. We should lower our expectations and recognize that while each of us will react differently; this is a common struggle.

Second, caring for ourselves physically will strengthen us mentally. As much as possible, eat regular nutritious meals, drink plenty of water, exercise, get a good night's sleep and limit your use of tobacco, alcohol or other substances. These habits are good for your brain as well as your body.

Third, get the support you and your family need. While it is normal to feel anxious or depressed at a time like this, you don't have to go through it alone. In most cases, leaning on the people in your natural support system will be all the help you need. Talk to your minister or faith leader, a trusted mentor, a friend or family member. In honor of Mental Health Awareness Month, we've compiled some of our recommended resources at www.oaklawn.org/take-care.

However, if feelings of anxiety or depression persist, worsen or begin to interfere with daily living, call us at 533.1234. Parents facing unique challenges without the traditional support of schools and youth programs are also encouraged to call. Our Access Center specialists can help determine your level of need and connect you with the appropriate resource which may include scheduling an appointment at Oaklawn via telemed or in person.

Lastly, hold on to hope. This will not last forever. One day, we will move from merely surviving this to healing from it. That journey of healing is one we've been privileged to see a thousand times over in the lives of our clients. Until then, be generous in extending grace to yourself and to others.

Primary Elections in Indiana

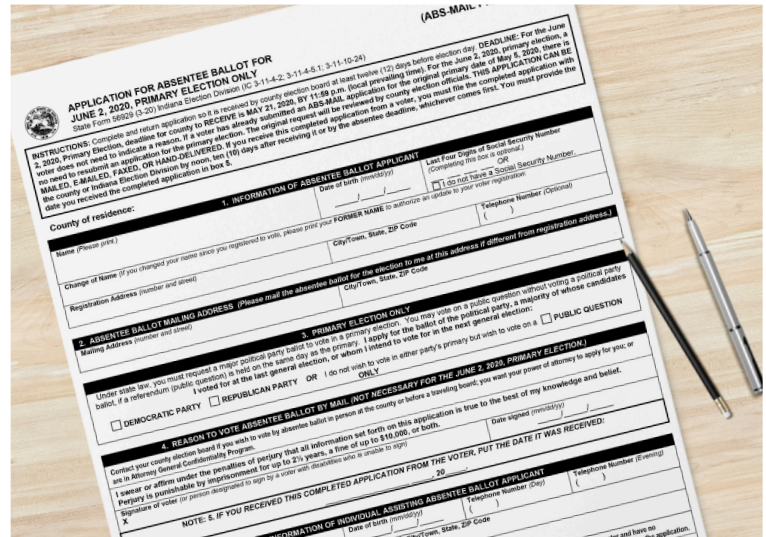
The Primary elections in Indiana have been postponed from the original date of May 5 to June 2. Due to the pandemic, the Indiana Secretary of State is encouraging voters to vote by mail. Voters can now apply for absentee ballots for the primary.

To apply, go to indianavoters.com and click on the button under the VOTE BY MAIL label. After that, click on “VISIT MY VOTER PORTAL” and follow the prompts to ensure you can safely create a profile.

From there, residents will be able to complete an online application to receive an absentee ballot by clicking on the bottom button on the left column that reads “Absentee voting.”

Voters also have the option to print out an application from the Elkhart County Clerk’s website: elkhartcountyclerk.com/voter-info/absentee-forms. If you are unable to print the application and would like for a form to be mailed to you, contact the clerk’s office at 535.6469 or 534.5671, or by email at elkhartcoabsentee@elkhartcounty.com. Absentee applications to vote must be received by Thursday, May 21, 2020. The County Clerk’s office must receive the filled out ballot by June 2 for the vote to count.

Early in-person voting will also occur, but it will be limited to one week—from May 26 to noon June 1. In-person voting on Election Day will be available but there will be some limitations as measures need to be taken to mitigate spread of COVID-19. More information about early voting and Election Day arrangements will be available at a later date. Call the Elkhart County Clerk’s office for updates at 535.6469.



Testing Sites

The following are test sites for COVID-19 in and near Goshen. You do not need a doctor’s order to get tested—however, do call ahead to schedule an appointment.

Goshen Hospital

(Available 24/7)

200 High Park Ave. Goshen, Tent off of Westwood near ER 364.1000

Goshen Health Urgent Care

(Available M-F 7a.m.–10 p.m.; S/S 9-5 p.m.)

2824 Elkhart Rd., Drive Up testing off of US 33 535.1700

Center for Healing and Hope

(Available Tuesday and Friday)

Free testing, no ID or insurance required

902 S. Main St., Goshen

216.1723

Parking lot at Concord Mall

(Available M-F 10 a.m. – 4 p.m.)

Free testing, no ID or insurance required

3701 S. Main St., Elkhart

334.9559



Letter from the Chamber of Commerce



Nick Kieffer
President & CEO, Goshen Chamber

A question that has been asked a million times, and probably many more to come, is what business will be like in a COVID-19 era. Different is the simplest answer I can give. Some will be business as normal, some have had to adjust, and some have had to rethink how they deliver their product and services. With that being said, the very statement I just made describes business throughout time. Business leaders and Entrepreneurs have always used challenging times to innovate, pivot, and find a solution for their business or products.

An important message from Governor Holcomb in his address May 1st, was that we must remain vigilant and follow the proper guidelines in order to get Indiana “Back on Track”. His 5-stage plan is hinged on everyone doing their part. Businesses need to take precautions for their employees, customers, and the public. Residents need to take precaution when in public and at local businesses. That includes wearing masks, continued practice of washing your hands frequently; using hand sanitizers, social distancing, and the other guidelines the CDC and health departments are encouraging.

It’s not going to be perfect; it will be a bumpy road. Businesses are constantly working towards making the best customer experience they can. I have been amazed at the community support and efforts to help those that have been mostly affected during these challenging times. And it is these stories, gestures, thank you’s, and much more, that give me confidence that the Goshen business community will continue to thrive in the future.

Again, remember to be vigilant as we start to patronize our favorite businesses. With your help, enjoying your favorite restaurant, catching a movie, shopping at your favorite store, gathering at your favorite spot, or attending the next Chamber program will be here sooner than we think.



Photo courtesy of the Goshen Chamber

Re-opening The City of Goshen










































The City of Goshen has reviewed Governor Eric Holcomb's 5-stage plan to reopen and is working to follow the plan as closely as possible. As a reminder: According to the Governor's latest executive order outlining Stage 2 of the plan, all individuals should remain at home or their place of residence as much as practicable to mitigate the spread of COVID-19. Trips outside of the home are expected for travel to their employment, to purchase necessities of life and to care for a family member, friend or pets.

The City of Goshen's buildings will remain closed to the public until June 1, at which time City buildings will reopen with limited public access. Buildings are to fully reopen when Stage 4 is in place, unless future data calls for an earlier or later opening. In the meantime, City staff will continue working to provide city services and are available to the public by phone and email.

BACK ON TRACK INDIANA PLAN EXPLAINED

KEY

-  CLOSED/VIRTUAL ONLY
-  ESSENTIAL ONLY
-  75% CAPACITY
-  FULLY OPEN WITH SOCIAL DISTANCING
-  PICKUP AND DELIVERY ONLY
-  50% CAPACITY
-  OPEN WITH RESTRICTIONS

	STAGE 1: March 24 - May 4	STAGE 2: May 4 - 23	STAGE 3: May 24 - June 13	STAGE 4: June 14 - July 3	STAGE 5: July 4 and Beyond
Social Gatherings	10 People or Fewer	25 People or Fewer	100 People or Fewer	250 People or Fewer	250+ People Permitted
Facial Coverings	Recommended	Recommended	Recommended	Optional	Optional
Government Offices	Closed to the Public	Limited Public Access	Limited Public Access		
Manufacturing, Industrial					
Office Settings		Remote Work Encouraged	Remote Work Encouraged		
Retail					
Restaurants		 May 11th			
Bars and Clubs					
Gyms					
Personal Services		 May 11th*			
Entertainment and Tourism					
Religious Services		Services May Convene Following Guidelines Starting May 8th	Services May Convene Following Guidelines	Services May Convene Following Guidelines	

Note: This roadmap is subject to change based on CDC guidance and other new information. Local governments may impose more restrictive guidelines. Stage 2 will begin on May 11 for Lake and Marion counties and May 18 for Cass County.

*Visit backontrack.in.gov for more information and guidelines for reopening Indiana and industry specific guidance for face coverings, etc.



COVID-19 llegó para quedarse



Jeremy Stutsman
Alcalde de Goshen

Siga las pautas de los CDC para proteger a sus seres queridos

El gobernador de Indiana, Eric Holcomb, anunció un plan de cinco etapas para reabrir el estado. Aunque todos esperamos ansiosamente que la vida vuelva a la normalidad, debemos recordar que el virus COVID-19 no se ha ido de nuestra comunidad y sigue siendo una amenaza para nuestros residentes más vulnerables. Juntos, podemos ayudar a proteger a nuestros seres queridos.

Según la última orden ejecutiva del Gobernador que describe la siguiente etapa del plan, todas las personas deben permanecer en su hogar o su lugar de residencia tanto como sea posible para mitigar la propagación de COVID-19. Se espera que los viajes fuera del hogar se realicen para ir a trabajar, para comprar artículos de primera necesidad y para cuidar a un familiar, amigo o mascota.

Aquí en la ciudad de Goshen, estamos trabajando para garantizar que nuestros empleados municipales y el público en general estén protegidos de la posible propagación de COVID-19 a medida que se levanten las restricciones. Estas son las medidas que hemos tomado para la seguridad del personal y los miembros de la junta y la comisión en este momento:

- Los edificios de la ciudad de Goshen permanecerán cerrados al público hasta el 1 de junio, momento en el cual los edificios de la ciudad abrirán con acceso público limitado (solo por cita) hasta el 14 de junio, cuando se implemente la etapa 4 del plan, a menos que los datos requieran una apertura antes o después. Mientras tanto, el personal de la Ciudad continuará trabajando para proporcionar servicios de la ciudad y estará disponible al público por teléfono y correo electrónico.
- Hemos implementado un conjunto de prácticas de trabajo seguro que los empleados deben seguir. Estas prácticas están en su lugar para proteger a los empleados de la Ciudad y al público cuando trabajamos con usted. Las prácticas incluyen usar una máscara facial cuando interactúa con el público u otros empleados cuando no se puede mantener una distancia social segura, medir y rastrear su temperatura diariamente y el uso de reuniones remotas, entre otros.
- Aunque el estado permite que las reuniones sean de hasta 25 personas, la Ciudad está limitando sus reuniones del gobierno local a menos de 10 personas durante la etapa 2.
- Todas las reuniones públicas para juntas y comisiones se reanudarán solo de forma remota. Las siguientes reuniones permanecerán abiertas al público, aunque con asientos limitados y con opciones de transmisión en línea: Concejo municipal, Junta de Obras, Comisión del Plan, Junta de Apelaciones de Zonificación, Reurbanización y la Junta de Parques y Recreación.

Mientras nos preparamos para volver a abrir con la guía esbozada por el Gobernador de Indiana, la seguridad de nuestros empleados y el público es de suma importancia. La Ciudad continuará comunicándose con otros funcionarios del Condado de Elkhart mientras todos monitoreamos la propagación de COVID-19 en nuestras comunidades. Si todos seguimos trabajando juntos y tomamos las precauciones necesarias, podremos adelantarnos al virus.

Los invito a leer el plan de 5 etapas del gobernador, en backontrack.in.gov. Para obtener más actualizaciones de la Ciudad de Goshen en relación con la pandemia de COVID-19, visite goshenindiana.org/covid19 o siga la página de Facebook de la Ciudad en facebook.com/CityOfGoshen.

Carta Abierta del Concejo Municipal de Goshen



Brett F. Weddell
*presidente del Concejo
Municipal de Goshen*

Los Representantes del Concejo de la Ciudad de Goshen desean expresar nuestro agradecimiento al Alcalde Stutsman, los Jefes de Departamento, los Socorristas y todos los empleados de la Ciudad de Goshen por la dedicación que han demostrado durante estos tiempos sin precedentes. También nos gustaría expresar nuestro agradecimiento a los residentes de Goshen por ser parte de la solución para superar estos desafíos.

El Concejo se siente alentado por los resultados de la Orden de permanecer en el hogar y está cautelosamente optimista por comenzar el proceso de volver a la normalidad. Esto incluye el proceso de reapertura de la ciudad, así como la reapertura de nuestros negocios locales. El proceso será un esfuerzo de equipo que involucrará a todos y cada uno de nosotros. Por mucho que queramos olvidar los últimos dos meses y volver a la forma de vida anterior, el proceso será intencional y calculado.

Necesitamos ser diligentes para protegernos a nosotros mismos y a nuestros vecinos. Continúe disfrutando de las muchas actividades al aire libre que ofrece nuestra ciudad, al mismo tiempo que practica el distanciamiento social apropiado. Aunque actualmente no es un requisito, recomendamos a los residentes que usen protectores faciales mientras estén en público. Le pedimos que respete las empresas que requieren el uso de cubiertas faciales como estipulación para ingresar a su establecimiento. Alentamos a los pacientes de alto riesgo a continuar practicando el distanciamiento social apropiado. Y alentamos a nuestros residentes a comprar localmente en nuestra amplia variedad de tiendas minoristas, restaurantes y negocios. Los propietarios y los trabajadores son nuestros vecinos y queremos seguir dando el ejemplo al Estado de Indiana sobre cómo navegar de manera segura la recuperación de COVID-19 mientras apoyamos a nuestros preciados negocios locales.

Cada representante del Concejo de Goshen está aquí para escuchar y ayudar a todos nuestros residentes. No dude en contactarnos ya que estamos aquí para ayudarlo. Gracias y mantengámonos fuertes.

Para ver un mapa de representantes del concejo municipal por distrito, vea la página 3 de este comunicado.



Carta Abierta de Parte de Goshen Health



Dr. Daniel A. Nafziger MD, MS
Chief Medical Officer, Goshen Health

Hemos sido afortunados en nuestra comunidad al ver que nuestros esfuerzos colectivos están allanando la curva de COVID-19. Esto se debe, en gran parte, a que todos hacen su parte para reducir el riesgo de propagación del virus: quedarse en casa, lavarse las manos, usar máscaras faciales, cubrirse la tos y los estornudos, controlar sus síntomas. Estamos orgullosos de usted y agradecidos: sabemos que esta comunidad valora profundamente las relaciones y que COVID-19 pide mucho de nosotros.

A partir de esta semana, comenzamos a programar procedimientos quirúrgicos ambulatorios en el hospital y el centro de cirugía; pruebas de laboratorio, imágenes y pruebas de diagnóstico; y servicios cardiovasculares y cardiopulmonares no invasivos. Además, algunas de nuestras instalaciones están reabriendo, en un enfoque gradual. Puede visitar nuestro sitio web para más detalles. Queremos brindarle todos los tipos de atención que necesita y que esperaba de nosotros en el pasado.

No hay nada más importante que la seguridad de nuestros pacientes y nuestros colegas. Para crear un entorno seguro para todos, seguimos estrictos protocolos de desinfección desarrollados para COVID-19. Nuestros colegas y proveedores realizan controles de temperatura, controlan los síntomas y usan equipo de protección personal (PPE) según lo recomendado por los Centros para el Control de Enfermedades (CDC). También realizamos auditorías rigurosas para asegurarnos de cumplir con los más altos estándares de seguridad. Todo esto para protegerlo: nuestras familias, amigos y miembros de la comunidad.

Entendemos que el plan “Back on Track” del Gobernador y el levantamiento de algunas restricciones es un alivio para muchos de ustedes. Sin embargo, puede ser tentador volverse demasiado confiado. El virus aún se está propagando en nuestra comunidad. Todavía se recomienda el uso de máscaras en público, especialmente si no puede mantenerse al menos a 6 pies de distancia de los demás. Visite el sitio web de los CDC para obtener ideas sobre cómo hacer una máscara simple, si la necesita. Aunque tenemos algunas máscaras de tela disponibles para los pacientes, nuestro suministro es extremadamente limitado. Al usar su propia máscara, nos ayudará a proteger los recursos que tanto necesita nuestro equipo de atención médica.

Además, se aliente a la población más vulnerable, personas mayores de 65 años o que tienen problemas de salud, a quedarse en casa y evitar las reuniones hasta el 23 de mayo. Continuar usando distanciamiento físico incluso después de esa fecha será importante para limitar la propagación del virus.

A medida que reanudamos algunos servicios de atención médica, le pedimos su paciencia y flexibilidad. Estamos haciendo todo lo posible para garantizar su seguridad, y esto puede significar ajustar nuestros planes a medida que continuamos aprendiendo más sobre COVID-19 todos los días. Prometemos mantenerlo actualizado a través de [GoshenHealth.com](https://www.goshenhealth.com) y nuestra página de Facebook.

¡Gracias a todos los que nos han mostrado su apoyo! Nos hemos sentido humildes y satisfechos con sus donaciones y sus amables palabras. Como sus proveedores de atención médica, estamos viviendo el lema de “estar juntos en esto” de maneras nuevas y más profundas al enfrentar esto unidos con usted.



Foto cortesía de Goshen Health

Carta Abierta de Parte de Oaklawn



Laurie N. Nafziger
Presidente y CEO, Oaklawn

Todos enfrentamos una nueva normalidad. COVID-19 ha cambiado nuestro mundo, nuestras comunidades y nuestra vida cotidiana. Nos preocupamos por nuestra salud y la salud de quienes amamos. Nos enfrentamos a luchas financieras inesperadas. Nuestras rutinas están interrumpidas. Estamos físicamente separados de nuestras redes de apoyo más fuertes: familia, amigos y comunidades de fe. Algunos de nosotros lamentamos la pérdida de un ser querido, e incluso nuestras tradiciones de duelo se transformaron por esta amenaza invisible. Y, además de todo, no sabemos cuándo o cómo terminará esto.

En medio de toda esta incertidumbre, pérdida y aislamiento, no es de extrañar que esta pandemia esté afectando nuestra salud mental. Hay un nombre para eso: trauma. Ser testigo de cómo nuestro mundo cambia tan drástica y rápidamente, ver el sufrimiento y sentir una mayor sensación de miedo es angustiante. Lo que estamos experimentando es un trauma. Reconocer eso y nombrarlo también nos da una idea para ayudar a vivir con eso.

Primero, el trauma desencadena cambios en su cerebro. El “centro de miedo” entra en marcha, mientras que las partes de su cerebro responsables del pensamiento racional y las emociones comienzan a disminuir. Algunos de nosotros nos sentimos entumecidos o fuera de contacto emocionalmente. Otros se sienten hiper-vigilantes y ansiosos. Algunos se vuelven inactivos o deprimidos. Los niños especialmente pueden exhibir comportamientos desafiantes. Todas estas son respuestas normales al trauma.

Eventualmente, cuando nos sintamos seguros de hacerlo, procesaremos lo que hemos pasado. Por ahora, está bien simplemente sobrevivir. Deberíamos bajar nuestras expectativas y reconocer que si bien cada uno de nosotros reaccionará de manera diferente, esta es una lucha común.

Segundo, cuidarnos físicamente nos fortalecerá mentalmente. En la medida de lo posible, coma comidas nutritivas regulares, beba mucha agua, haga ejercicio, duerma bien y limite el consumo de tabaco, alcohol u otras sustancias. Estos hábitos son buenos tanto para su cerebro como para su cuerpo.

Tercero, obtenga el apoyo que usted y su familia necesitan. Si bien es normal sentirse ansioso o deprimido en un momento como este, no tiene que pasar por eso solo. En la mayoría de los casos, apoyarse en las personas en su sistema de apoyo natural será toda la ayuda que necesita. Hable con su ministro o líder de fe, un mentor de confianza, un amigo o familiar. En honor al Mes de Concientización sobre la Salud Mental, hemos compilado algunos de nuestros recursos recomendados en www.oaklawn.org/take-care.

Sin embargo, si los sentimientos de ansiedad o depresión persisten, empeoran o comienzan a interferir con su vida diaria, llámenos al 533.1234. También se alienta a los padres que enfrentan desafíos únicos sin el apoyo tradicional de las escuelas y los programas juveniles que nos llamen. Nuestros especialistas del Centro de acceso pueden ayudarlo a determinar su nivel de necesidad y conectarlo con el recurso apropiado que puede incluir programar una cita en Oaklawn por telemed o en persona.

Por último, aférrase a la esperanza. Esto no durará para siempre. Un día, pasaremos de solo sobrevivir a la curación. Ese viaje de curación es uno que hemos tenido el privilegio de ver mil veces en la vida de nuestros clientes. Hasta entonces, sea generoso al extender la gracia a usted mismo y a los demás.

Las Elecciones Primarias en Indiana

Las elecciones primarias en Indiana se pospusieron de la fecha original del 5 de mayo al 2 de junio. Debido a la pandemia, el Secretario del Estado de Indiana está alentando a los residentes a votar por correo. Los votantes ahora pueden solicitar boletas en ausencia para las primarias.

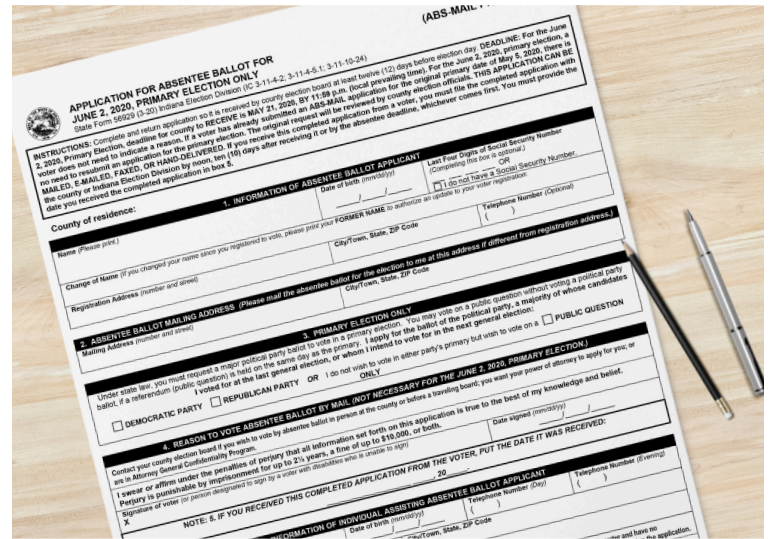
Para aplicar, vaya a indianavoters.com y haga clic en el botón debajo de la etiqueta VOTE BY MAIL. Después de eso, haga clic en "VISIT MY VOTER PORTAL" y siga las instrucciones para asegurarse de que puede crear un perfil de manera segura.

A partir de ahí, los residentes podrán completar una solicitud en línea para recibir una boleta en ausencia haciendo clic en el botón inferior de la columna izquierda que dice "Absentee voting."

Los votantes también tienen la opción de imprimir una solicitud desde el sitio web del Secretario del Condado de Elkhart:

elkhartcountyclerk.com/voter-info/absentee-forms. Si no puede imprimir la solicitud y desea que se le envíe un formulario por correo, comuníquese con la oficina del secretario al 535.6469 o 534.5671, o por correo electrónico a elkhartcoabsentee@elkhart-county.com. Las solicitudes de voto en ausencia deben recibirse antes del jueves 21 de mayo de 2020. La oficina del secretario del condado debe recibir la boleta completa antes del 2 de junio para que su voto cuente.

También se realizará una votación temprana en persona, pero se limitará a una semana, del 26 de mayo al mediodía del 1 de junio. La votación en persona el día de las elecciones estará disponible, pero habrá algunas limitaciones, ya que se deben tomar medidas para mitigar propagación de COVID-19. Más información sobre la votación anticipada y los arreglos del día de las elecciones estará disponible en una fecha posterior. Llame a la oficina del secretario del condado de Elkhart para obtener actualizaciones al 535.6469.



Sitios de Prueba

Los siguientes son sitios de prueba para COVID-19 en y cerca de Goshen. No necesita la orden de un médico para hacerse la prueba; sin embargo, llame con anticipación para programar una cita.



Hospital Goshen

(24/7)

200 High Park Ave., Goshen, carpa Goshen en Westwood
cerca de la sala de emergencias
364.1000

Atención de urgencia de Goshen Health

(lunes a viernes de 7 a.m. a 10 p.m.; S/S de 9 a 5 p.m.)
2824 Elkhart Rd., pruebas de manejo desde US 33
535.1700

Centro de Salud y Esperanza

(martes y viernes)

Prueba gratuita, no se requiere identificación ni seguro
902 S. Main St., Goshen
216.1723

Estacionamiento en Concord Mall

(lunes a viernes de 10 a.m. a 4 p.m.)

Prueba gratuita, no se requiere identificación ni seguro
3701 S. Main St., Elkhart
334.9559

Carta de la Cámara de Comercio



Nick Kieffer
Presidente y CEO,
Cámara de Comercio de Goshen

Una pregunta que se ha hecho un millón de veces, y probablemente muchas más por venir, es cómo serán los negocios en la era de COVID-19. Diferente es la respuesta más simple que puedo dar. Algunos funcionarán normalmente, algunos tuvieron que adaptarse y algunos tuvieron que reconsiderar cómo ofrecen sus productos y servicios. Dicho esto, la misma declaración que acabo de hacer describe los negocios a lo largo del tiempo. Los líderes empresariales y los emprendedores siempre han utilizado tiempos difíciles para innovar, pivotar y encontrar una solución para su negocio o productos.

Un mensaje importante del Gobernador Holcomb en su discurso del 1 de mayo fue que debemos permanecer atentos y seguir las pautas adecuadas para que Indiana “vuelva a la normalidad”. Su plan de 5 etapas depende de que todos hagan su parte. Las empresas deben tomar precauciones para sus empleados, clientes y el público. Los residentes deben tomar precauciones cuando estén en público y en negocios locales. Eso incluye el uso de máscaras, la práctica de lavarse las manos con frecuencia; se alienta que use desinfectantes para manos, distanciamiento social y otras pautas que los CDC y los departamentos de salud.

No va a ser perfecto; Será un camino lleno de baches. Las empresas trabajan constantemente para lograr la mejor experiencia para el cliente que puedan. Me ha sorprendido el apoyo y los esfuerzos de la comunidad para ayudar a aquellos que se han visto más afectados durante estos tiempos difíciles. Y son estas historias, gestos, gracias y mucho más las que me dan confianza de que la comunidad empresarial de Goshen continuará prosperando en el futuro.

Nuevamente, recuerde estar atento cuando comencemos a patrocinar nuestros negocios favoritos. Con su ayuda, disfrutar de su restaurante favorito, ver una película, comprar en su tienda favorita, reunirse en su lugar favorito o asistir al próximo programa de la Cámara de Comercio estará aquí antes de lo que pensamos.



Foto cortesía de la Cámara de Comercio

Reabriendo la ciudad










































La ciudad de Goshen ha revisado el plan de 5 etapas del gobernador Eric Holcomb para reabrir y está trabajando para seguir el plan lo más de cerca posible. Como recordatorio: de acuerdo con la última orden ejecutiva del Gobernador que describe la Etapa 2 del plan, todas las personas deben permanecer en casa o en su lugar de residencia tanto como sea posible para mitigar la propagación de COVID-19. Se espera que los viajes fuera del hogar viajen al trabajo, para compra de necesidades y para cuidar a un familiar, amigo o mascota.

Los edificios de la Ciudad de Goshen permanecerán cerrados al público hasta el 1 de junio, momento en el cual los edificios de la Ciudad se volverán a abrir con acceso público limitado. Los edificios deben volver a abrirse por completo cuando la Etapa 4 esté en su lugar, a menos que los datos futuros requieran una apertura anterior o posterior. Mientras tanto, el personal de la Ciudad continuará trabajando para proporcionar servicios de la ciudad y estará disponible al público por teléfono y correo electrónico.

VUELTA AL CAMINO EL PLAN DE INDIANA EXPLICADO

LEYENDA

-  CERRADO/SOLO VIRTUAL
-  SOLO ESENCIAL
-  75% CAPACIDAD
-  COMPLETAMENTE ABIERTO CON DISTANCIAMIENTO SOCIAL
-  PARA LLEVAR Y ENTREGA A DOMICILIO SOLAMENTE
-  50% CAPACIDAD
-  ABIERTO CON RESTRICCIONES

	FASE 1: 24 de marzo - 4 de mayo	FASE 2: 4 de mayo - 23	FASE 3: 24 de mayo - 13 de junio	FASE 4: 14 de junio - 3 de julio	FASE 5: 4 de julio en adelante
Reuniones Sociales	10 Personas o Menos	25 Personas o Menos	100 Personas o Menos	250 Personas o Menos	250+ Personas Permitidas
Cubre bocas	Recomendadas	Recomendadas	Recomendadas	Opcionales	Opcionales
Oficinas Gubernamentales	Cerradas al público	Acceso al público limitado	Acceso al público limitado		
Fabricación, Industria					
Oficinas del Trabajo		Trabajo desde casa alentado	Trabajo desde casa alentado		
Centros Comerciales					
Restaurantes		 11 de mayo			
Bares and Clubes					
Gimnasios					
Servicios Personales		 11 de mayo*			
Entretención y Turismo					
Servicios Religiosos		Se pueden convocar los servicios siguiendo las pautas comenzado el 8 de mayo	Se pueden convocar los servicios siguiendo las pautas	Se pueden convocar los servicios siguiendo las pautas	

Anote: Este mapa es sujeto a cambios según orientación del CDC y otra nueva información. Gobiernos locales pueden imponer pautas más restrictivas. La Fase 2 empezará el 11 de mayo para los condados de Lake y Marion y el 18 de mayo para el condado de Cass.

*Visite backontrack.in.gov para más información y pautas sobre la reapertura de Indiana y pautas específicas de industria acerca de cubrebocas, etc.



City of Goshen
202 S. Fifth St.
Goshen, IN 46528-3714
574.533.8621

ECRWSS
US Postage
PAID
Permit 160

LET'S STAY CONNECTED

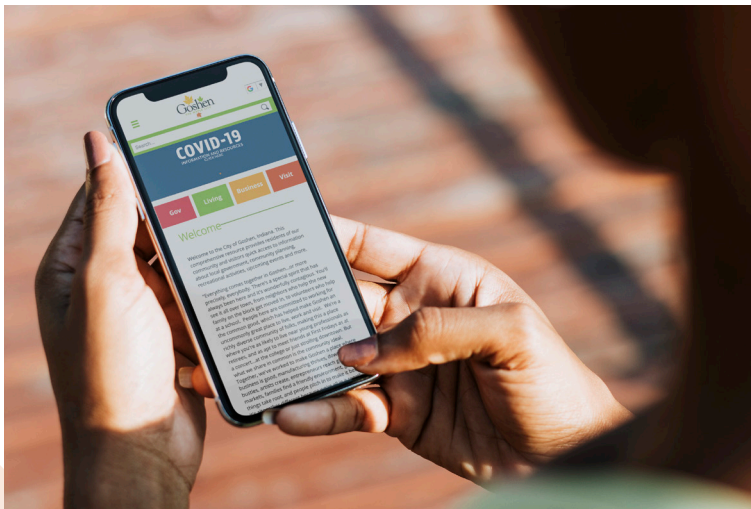
f /CityOfGoshen
🐦 /goshen_city
📷 /goshen_in
🏠 nextdoor.com—City of Goshen, Indiana

City website: goshenindiana.org



ECRWSS POSTAL CUSTOMER

Follow the City of Goshen/Síga la Ciudad de Goshen



FOLLOW US/SÍGANOS [@goshenindiana.org](https://www.instagram.com/goshenindiana.org)

Read the latest on COVID-19 and local updates at goshenindiana.org/covid19

Receive City updates on your email by subscribing to our newsletter at goshenindiana.org/blog.

Lea lo último acerca del COVID-19 y eventos locales en goshenindiana.org/covid-19

Reciba nuestras actualizaciones en su email al suscribirse a nuestro boletín en goshenindiana.org/blog.