



NOVEMBER 2023

THE HARBOR WELLNESS CENTER

Monthly Theme: Making Connections



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
Community Based Organizations supporting HHS students this month: -Ventura Counseling Wellness Center -Livingston Memorial Farm2School -Susan Hartzler Therapy Dogs -HealthCorps -VCOE		1 Lunch Activity Gratitude Activity with HealthCorps 	2 Lunch Activity: Movie Day Coco pt.1 	3 Lunch Activity: Movie Day Coco pt.2 
6 Lunch Activity: Peer Meeting WC Closed during lunch 	7 Lunch Activity: Susan Hartzler Therapy Dog Visit 	8 Lunch Activity: Peer-led Gratitude Letter 	9 Lunch Activity: Peer-led Wellness Bingo 	10 <i>Veterans Day</i>  No School
13 Lunch Activity: Peer-Led Positive Affirmation Turkey 	14 Lunch Activity: VCOE Drum Circle 	15 Lunch Activity: Peer-Led De-stress with Slime-Making 	16 Lunch Activity: ICFS POP- UP in the Quad!  Wear green today!	17 Lunch Activity: Healthy Snack Activity with Farm2School 
20	21	22	23	24
<i>Thanksgiving Break</i> 				
27 Lunch Activity Peer Meeting WC Closed during lunch 	28 Lunch Activity: Susan Hartzler Therapy Dog Visit 	29 Lunch Activity: Self- Love Letter 	30 WC Staff of campus for District Meeting 12:30 - 4:30 pm 	Grief Group is on Wednesdays from 11:00 am-12:00 pm Visit the WC to sign-up 

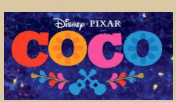
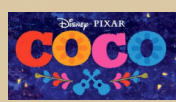


NOVIEMBRE 2023

THE HARBOR WELLNESS CENTER

Tema mensual: Vivir saludable



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<u>Organizaciones de base comunitaria que apoyan Estudiantes de HHS este mes:</u> -Centro de Bienestar y Consejería Ventura -Monumento a Livingston -Granja Escuela -Perros de terapia Susan Hartzler -Cuerpo de Salud		1 Actividad durante el almuerzo: Actividad de Gratitud HeathCorps 	2 Actividad del almuerzo: Día de película Coco Pt.1 	3 Actividad del almuerzo: Día de película Coco Pt.2 
6 Actividad del almuerzo: Reunión de pares WC cerrado durante el almuerzo 	7 Actividad del almuerzo: Susan Hartzler Visita del perro 	8 Actividad del almuerzo: Letra de Gratitud 	9 Actividad del almuerzo: Bingo de Salud! 	10 <i>Veterans Day</i>  No hay classes
13 Actividad del almuerzo: Pavo de Afirmaciones positivas 	14 Actividad del almuerzo: Circulo de tambor 	15 Actividad del almuerzo: Actividad de limo 	16 Actividad del almuerzo: ICFS Evento  Hoy se gusa verde!	17 Actividad del almuerzo: Saludable alimento ligero con Farm2School 
20	21	22	23	24
<i>Vacaciones de Accion de Gracias</i> 				
27 Actividad del almuerzo: Reunión de pares WC cerrado durante el almuerzo 	28 Actividad del almuerzo: Susan Hartzler Visita del perro 	29 Actividad del almuerzo: Carta de amor propio 	30 Pesonal del WC fuera del campus para la reunion del Distrito 12:30 - 4:30 pm 	El grupo de pérdidas es los miércoles de 11:00 am - 12:00 pm Visita el WC para inscribirte 