



Equipo escolar:

Cada sitio de la escuela secundaria tiene un equipo que apoya a nuestros estudiantes. Éstos incluyen: Administradores, Líderes de Bienestar, Mentores, Técnicos de Comportamiento, Terapeutas de la Comisión Latina, Consejeros de Abuso de Sustancias, Consejeros Académicos, Líderes de PBIS, Líderes de Círculo Xinachtli y Joven Noble, y Líderes de Círculo de Justicia Restaurativa.

Trabajamos en colaboración con nuestros socios para capacitar a nuestro personal en nuestro Modelo de Justicia Transformacional:

- * California Commission for Equity & Justice
- * National Compadres Network
- * San Bernardino County Superintendent of Schools



El Distrito Escolar Unificado del Valle de Coachella está dedicado a brindar a todos los estudiantes un lugar seguro para aprender sobre el cuidado personal y brindar estrategias de autorregulación, establecimiento de metas y habilidades de afrontamiento para apoyar el bienestar mental y físico.



Los Centros de Bienestar de CVUSD ofrecen a los estudiantes sesiones de apoyo tanto individuales como en grupos pequeños. Los estudiantes pueden autorreferirse mediante un código QR o pueden ser referidos por un miembro del personal. El Centro de Bienestar ofrece apoyo para lo siguiente:

- Enojo/Tristeza
- Ansiedad
- Problemas de enfocar los pensamientos
- Problemas de dormir
- Emociones extremas
- Problemas de regular el comportamiento
- Conflicto con otras personas
- Otras inquietudes o preguntas de salud



Proporcionando un espacio seguro para el bienestar de los estudiantes. Ven y visítanos hoy. Siempre eres bienvenido!

SALUD FÍSICA Y MENTAL

- A los estudiantes se les enseña cómo monitorearse a sí mismos y usar las siguientes estrategias:
- Ritmo cardíaco
- Ejercicios de respiración
- Meditación
- Aromaterapia
- Terapia de sonido
- Terapia musical
- Terapia artística para manejo de estrés

HERRAMIENTAS DE AUTOREGULACIÓN:

Ofrecido en varios sitios:

- Difusores de aceite y Cuencos tibetanos
- Fuentes de agua
- Colchonetas de yoga
- Pintar por números y libros para colorear
- Estación de té de hierbas
- Jardín de arena zen
- Rompecabezas de lógica
- Juguetes fidget
- Actividades de atención plena
- Muro para compartir
- Diario

CLASES Y TALLERES:

- Construir o restaurar relaciones saludables
- Atención plena
- Comunicaciones Saludables
- Vida saludable
- Meditación
- Yoga