

¡TU BIENESTAR IMPORTA!

ESTAMOS AQUÍ PARA APOYARTE EN TODOS LOS ASPECTOS DE TU VIDA, DESDE LA SALUD MENTAL HASTA EL BIENESTAR EMOCIONAL. NUESTROS SERVICIOS INCLUYEN:



CONSEJERÍA DE SALUD MENTAL

- APOYO INDIVIDUAL PARA MANEJAR EL ESTRÉS, LA ANSIEDAD U OTROS DESAFÍOS QUE ENFRENTES.
- ATENCIÓN CONFIDENCIAL Y COMPASIVA DE PROFESIONALES CAPACITADOS.



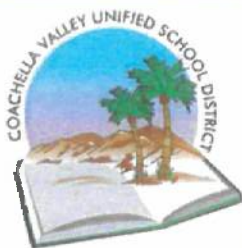
APOYO SOCIOEMOCIONAL

- HERRAMIENTAS Y ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LA CONCIENCIA DE TI MISMO, MANEJAR TUS EMOCIONES Y CONSTRUIR RELACIONES SALUDABLES.
- TALLERES EN GRUPO PARA FOMENTAR LA RESILIENCIA Y HABILIDADES DE COMUNICACIÓN.



PREVENCIÓN Y EDUCACIÓN SOBRE EL ABUSO DE SUSTANCIAS

- INFORMACIÓN SOBRE LOS RIESGOS DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS Y ORIENTACIÓN PARA TOMAR DECISIONES SALUDABLES.
- PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DISEÑADOS PARA EMPODERARTE A VIVIR SIN SUSTANCIAS.



LOS SERVICIOS SON **GRATUITOS** Y ESTÁN DISPONIBLES PARA TODOS LOS ESTUDIANTES Y FAMILIAS DE CVUSD.

COMÚNICATE CON TU TERAPEUTA ESCOLAR O EL CENTRO DE BIENESTAR PARA MÁS INFORMACIÓN.



**RIVERSIDE
LATINO
COMMISSION
COUNSELING CENTER**

**¡JUNTOS PODEMOS CONSTRUIR UNA COMUNIDAD
ESCOLAR MÁS FUERTE Y SALUDABLE!**