

Boletín Informativo

Peer Mentoring Program – Proyecto Título V

OCTUBRE 2023

Consejo del Mes

Edición: Amor Propio ♥

- Háblate con el respeto que te mereces.
- Perdona tus errores y quíete.
- Valora lo que tienes hoy y agradece hasta en lo más mínimo.

Concientizando sobre la Salud Mental

Octubre: Mes de la Concientización de la Salud Mental

Cuidar la salud mental es fundamental para mantener un equilibrio en nuestra vida, ya que afecta directamente nuestra capacidad de afrontar desafíos y disfrutar de experiencias positivas. A continuación, encontrarás 5 maneras de fortalecer tu salud mental:

- Acepta tus emociones.
- Mantén tu físico saludable.
- Confía en tu progreso.
- Organiza tus pensamientos.
- Vive un día a la vez.

¿Quieres obtener dinero desde una plataforma financiera?

Realiza los retos mensuales que tiene  y podrías ganar hasta 1,000 dólares mensuales.

REGÍSTRATE



RECORDATORIOS

- **5 de octubre** - Charla "Preparándome para la entrevista de escuela graduada: centrándome en lo esencial"
- **9 de octubre** - Feriado (Día de la raza)
- **11 de octubre** - Mid-Terms
- **16 al 28 de octubre** - Proceso de asesoría académica para enero y agosto del 2024
- **17 de octubre** - Mesa informativa iGrad
- **24 de octubre** - Charla "Préstamos estudiantiles: tipos y ventajas"

CONTÁCTANOS



787-786-3030
ext. 2033, 2035



titlev.ucb.edu



Los 5000
3er piso

Confía en tu esfuerzo,
está abriendo puertas que
aún no ves. 