

Joy and Wellness in the Holiday Season

Strategies to Support Our Well-being

While the holidays may be joyous, they may also evoke an array of emotions. Join us to gain valuable insights and tools for holiday resilience, including strategies to elevate your mood, manage stress, and promote harmonious relationships.



Monday, November 18, 2024

Politi Elementary 

Zoom: <https://lausd.zoom.us/j/87450317497>

ID: 874 5031 749

9:00am -10:00am

Approved by Dr. Denise Collier, Region West Superintendent

Alegría y Bienestar en la Temporada Festiva

Estrategias de apoyo para Nuestro Bienestar

Las fiestas pueden ser alegres, también pueden evocar una variedad de emociones. Únase a nosotros para obtener información para la resiliencia durante la temporada festiva, incluyendo estrategias para mejorar su estado de ánimo, controlar el estrés y promover relaciones armoniosas.



lunes, 18 de noviembre de 2024

Politi Elementary 

Zoom: <https://lausd.zoom.us/j/87450317497>

ID: 874 5031 749

9:00am -10:00am

Aprobado por la Dra. Denise Collier, Superintendente de la Región Oeste