

Diciembre 2019

VIA RÁPIDA - EXPERIENCIA DE PRIMER AÑO



¡ESTAMOS TAN ORGULLOSOS DE TI!

¡COMPLETASTE TU PRIMER SEMESTRE UNIVERSITARIO!

Este es un logro tan grande del que deberías estar absolutamente orgulloso, ¡seguro que estamos orgullosos de ti! Sabemos que este primer semestre no fue fácil. La transición de la escuela secundaria al colegio no es fácil y en el camino es posible que hayas encontrado algunos obstáculos, pero lo importante es que los superaste y aún estás aquí. Es posible que aún tengas que tomar un par de exámenes finales, ¡pero piensa que hizistes todo el trabajo duro durante todo el semestre y ahora es el momento de mostrar todo lo que haz aprendido! Ten plena confianza en ti mismo, ¡puedes hacer esto!

La universidad te ofrece eventos para ayudar a aliviar el estrés de las finales. Aresurate de aprovecharlos, verás los detalles en las páginas que vienen. Una vez que termines tus exámenes finales, toma las vacaciones de invierno para pasar tiempo con tus seres queridos y relajate. ¡Disfruta las vacaciones! ¡Recuerda de mantenerte saludable durante el descanso porque esperamos verte regresar el próximo año con energía y listos para el semestre de primavera!

Contáctenos: Grossmont.ViaRapida@gcccd.edu | Edificio 10 Sala 102 (619) 668-1748



Síguenos en [viarapidagc](#)

Calendario Academico:

- **9 de Diciembre:** Fin de la segunda sesión de 8 semanas
- **10-16 de Diciembre:** Exámenes finales
- **16 de Diciembre:** Termina el semestre de otoño
- **17 de Diciembre - 26 de Enero:** Recreo de invierno (para estudiantes)
- **20 de Diciembre:** Fecha límite para la calificación del instructor
- **24 de Diciembre - 1 de Enero:** Oficinas universitarias y de distrito cerradas.

Estudiante del Mes

Ariana Montalto

El objetivo de Ariana es algún día ser patólogo del habla.

Después de haber experimentado la diferencia que hacen los patólogos del habla en la vida de un individuo, Ariana tiene decidido que ella también quiere tener ese impacto. En su primer semestre se ha comprometido con su educación aprovechando todos los recursos disponibles para ella. Sigán con el gran trabajo Ariana! Estás en camino de alcanzar tu objetivo.



Semana de Desestresamiento

Lunes, 12/02

- Juegos de mesa ASGC y estación para colorear 11:00 am - 2:00 pm Edificio 60 Alcove
- Mascotas para Pep 11:00 am - 2:00 pm Ala principal cuádruple

Martes 12/03

- Juegos de mesa ASGC y estación para colorear 11:00 am - 2:00 pm Edificio 60
- Study Jam 3:00 pm - 7:00 pm Griffin Gate

Wednesday, 12/04

- Study Jam 9:00 am - 1:00 pm Griffin Gate
- Massage Sessions 10:00 am - 12:00 pm Front of Griffin Gate
- Yoga for De-stress 12:30 pm - 1:30 pm East of Building 70
- Arabian Coffee Break 2:30 pm - 4:30 pm Career Center

Jueves, 12/05

- Study Jam 9:00 am - 6:30 pm Griffin Gate
- Manejo del estrés 11:00 am - 12:00 pm Centro de carreras
- Sesiones de masaje 12:00 pm - 2:00 pm Frente de Griffin Gate
- El latido de las finales (ZUMBA) 2:00 pm - 3:00 pm Quad principal

Eventos del Campus



VIA RÁPIDA FIRST-YEAR
EXPERIENCE PRESENTS...

CODE LAVENDER

A WORKSHOP ADDRESSING MENTAL HEALTH
ISSUES INCLUDING **ANXIETY** AND **STRESS** AND
RELAXATION TOOLS/STRATEGIES TO HELP
COMBAT THESE ISSUES.

WHEN? TUESDAY, DEC 3 @ 2:00 PM

WHERE? GRIFFIN GATE

STUDY JAM



FREE TUTORING, SCANTRONS, BLUEBOOKS,
SNACKS & REFRESHMENTS

Tuesday 12/3 3pm-7pm
Wednesday 12/4 9am-1pm
Thursday 12/5 9am-6:30pm

LOCATION:
Griffin Gate

**DROP IN
AT ANY
TIME!**

Hosted by Via Rápida FYE,
Success Coaches and Tutoring



GROSSMONT
COLLEGE

VIA RÁPIDA FIRST- YEAR EXPERIENCE

FALL INTO WINTER

FREE Pizza, Cookie Decorating, and Other Fun Seasonal Activities

Wednesday December 4th 1pm-3pm
On The Patio Outside The Griffin Center

SCAN ME

