



**SHARE YOUR CONFIDENT AND SILLY SELF**



**FALL 2022**

# **BE-YOU-NIQUE**

**PROCTOR TERRACE**

**MONDAY 2:30-3:45 AND THURSDAY 2:45-4:00**

**WWW.GOTRNORTHBAY.ORG**

**START  
WEEK OF  
SEPT. 12TH**

### **IN-PERSON OUTSIDE**

- Meet twice a week for 10 weeks
- Up to 15 participants per group
- Meet for 75 minutes at a school near you
- Connect with new friends
- GOTR 5K- Sunday, November 13th

### **GOTR GOODIES**

- Build life skills & learn tools to stand up for you and others
- Water bottle, 5K & mindfulness reward
- Activity journal, program & 5K shirts & entry into the 5K and medal
- End of program celebration



**COMPARTE TU LADO GRACIOSO Y AUDAZ**



**OTOÑO 2022**

# **Se-única**

**PROCTOR TERRACE**

**EMPIEZA  
LA SEMANA  
DE SEPT 12**

**LUNES 2:30-3:45 Y JUEVES 2:45-4:00**

**WWW.GOTRNORTHBAY.ORG**

**EN-PERSONA AL AIRE LIBRE**

**REGALOS GOTR**

- 2 veces por semana en por 10 semanas consecutivas
- Cupo para 15 participantes por grupo
- Cada reunion es de 75 minutos
- Conoce nuevas amistades y participa en el maratón
- GOTR 5K- 13 de Noviembre

- Desarrolla Competencia para la vida como asertividad para abogar por tu persona y los demas
- Recibe 1 Botella reusable, Marathon 5K y regalo antiestres
- Diario de actividad, playera de el programa y de el maratón 5K & registracion para el Maratón y medalla de participacion
- Celebracion de fin del programa