



October 2020

Follow us on:
vistahillsmartcare.org
facebook.com/vistahillsmartcare
instagram.com/vistahillsmartcare
<https://twitter.com/VSmartcare>

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				1 Food Distribution	2	3 Food Distribution
4	5	6 Flu Shot Clinic 10a- 1pm	7	8 Food Distribution	9	10 Food Distribution
11	12	13	14	15 Food Distribution	16	17 Food Distribution
18	19	20 Food Distribution	21	22 Food Distribution	23	24 Food Distribution
25	26	27 Food Distribution	28	29 Food Distribution	30	31 Food Distribution

PAUMA VALLEY COMMUNITY EVENTS

Food Distribution
 Tuesdays 6 & 20 12 pm– 1 pm
 16650 Hwy 76,
 Pauma Valley, Ca

Food Distribution
 Thursdays 10 am—11 am
 Pala Mission Church
 11800 Mission Rd
 Pala, Ca 92059

Food Distribution
 Saturdays 8:30 am—9:30 am
 4th Saturday 12:30 pm—2pm
 St Stephen’s Church
 31020 Cole Grade Rd
 Valley Center, CA 92082

Food Distribution
 4th Tuesday 2pm
 Pauma Valley Community Church
 32077 Community Church Dr
 Pauma Valley, Ca

In collaboration with:
 Neighborhood Healthcare
 16650 CA-76
 Pauma Valley , A 92061

This Months Wellness Themes:

National Depression Screening Day
 Check your mood
 National Bullying Prevention Month
 National Breast Cancer Awareness Month
 Domestic Violence Awareness Month

Red Ribbon/Drug Prevention Awareness
 Pregnancy and Infant Loss Awareness
 National ADHD Awareness Month

For more events in
 your community
 visit:
WWW.SDCL.ORG



SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				1 Distribución de Comida	2	3 Distribución de Comida
4	5	6 Clinica de Vacuna Contra la Gripa 10 a- 1p	7	8 Distribución de Comida	9	10 Distribución de Comida
11	12	13	14	15 Distribución de Comida	16	17 Distribución de Comida
18	19	20 Distribución de Comida	21	22 Distribución de Comida	23	24 Distribución de Comida
25	26	27 Distribución de Comida	28	29 Distribución de Comida	30	31 Distribución de Comida

EVENTOS COMUNITARIOS EN PAUMA VALLEY

Distribución de Comida

Martes 6 y 20 12 pm– 1 pm
 16650 Hwy 76,
 Pauma Valley, Ca

Distribución de Comida

Jueves 10 am—11am
 Pala Mission Church
 11800 Mission Rd
 Pala, Ca 92059

Distribución de Comida

Sabado 8:30 am—9:30 am
 4to Sabado 12:30 pm—2pm
 St Stephen's Church
 31020 Cole Grade Rd
 Valley Center, CA 92082

Distribución de Comida

4to Martes 2 pm
 Pauma Valley Community Church
 32077 Community Church Dr

Visite los siguiente sitios para ver mas eventos en su comunidad :

En colaboracion con:
 Neighborhood Healthcare
 16650 CA-76
 Pauma Valley , A 92061

Temas De Bienestar De Este Mes:

Día Nacional de Evaluación de la Depresión
 Día para Revisar su Estado de Animo
 Concientización Prevención del Acoso Escolar/Bullying
 Concientización sobre el Cáncer de Mama

Concientización sobre la Violencia Doméstica
 Red Ribbon / Prevención del Abuso de Drogas
 Concientización Sobre el Embarazo y Pérdida Infantil
 Concientización sobre TDAH/ ADHD