



SALUD Y BIENESTAR

¡Venga a acompañarnos!



Vivir Saludable: lo mejor de mí

Alcanzar y mantener un peso saludable es vital para la salud y puede ayudar a detener muchos problemas de salud. Estas clases proporcionarán herramientas y educación sobre lo que pueden hacer para tener éxito.

11/07/24: Introducción a una vida saludable **11/21/24:** Conocimiento de los alimentos

11/14/24: Conocimiento de los alimentos **12/05/24:** Hábitos saludables

Ubicación:

Reach Out -

8300 Limonite Ave Ste G, Jurupa Valley CA 92509

Hora:

9:30am- 10:30am



REACH OUT
Strengthening Communities

