



¡Despierta!

A LA SALUD

Diciembre

El Departamento de Salud para la Comunidad le invita a asistir a nuestros próximos eventos.

lunes, miércoles, viernes	Programa de Caminata Exámenes Gratuitos de la Presión Arterial y Azúcar en la Sangre 7:45 AM – 9:00 AM Boys and Girls Club – 1900 W. 5th Street, Oxnard (entre por la puerta de atrás del edificio)
3 martes	La Diabetes y su Medicamento 6:00 AM – 7:00 PM Nivel del Jardín, Salón de Conferencias # 2
5 jueves	Planificación de comida para un corazón saludable 10:00 AM – 11:00 AM Palm Vista Senior Center, 801 S. C Street, Oxnard, CA 93030

Los programas son gratis y se llevarán acabo en el hospital St. John's Regional Medical Center a menos que se indique lo contrario.
St. John's reserva el derecho de cancelar o cambiar las fechas y el horario de las clases y los servicios.

Para registrarse, por favor llame al (805) 988-2865.



St. John's Pleasant Valley Hospital
St. John's Regional Medical Center