



# ¡DESPIERTA! A LA SALUD...

Para registrarse por favor llame al 805.988.2865

# JUNIO 2025



martes  
6/3, 6/10, 6/17,  
6/24

Ministerio de la Salud Programa de Necesidades Básicas  
Distribución de Alimentos  
535 Cooper Rd. Oxnard  
9:00 AM - 12:30 PM

miércoles  
6/4

Examen de azúcar en la sangre y presión arterial  
South Oxnard Senior Center  
9:15 AM - 10:45 AM

jueves  
6/5, 6/12

Distribución de pañales  
(El servicio es para familias de bajos ingresos)  
St. John's Food Pantry - 535 Cooper Rd. Oxnard  
9:00 AM - 10:00 AM

jueves  
6/5, 6/12, 6/19,  
6/26

Ministerio de la Salud Programa de Necesidades Básicas  
Distribución de Alimentos  
535 Cooper Rd. Oxnard  
11:30 AM - 2:30 PM

viernes  
6/6, 6/13, 6/20,  
6/27

Clase de ejercicio para la Artritis/Club de Caminar  
Colonia Senior Center  
10:00 AM - 11:00 AM

lunes  
6/9

Bingo de fruta y verdura  
Palm Vista Senior Center  
12:30 PM - 1:30 PM

martes  
6/10

Grupo de apoyo - Diabetes - Tema: Trivia de nutrición  
Departamento de Salud para la Comunidad en St. John's  
10:00 AM - 11:00 AM

Colonia Senior Center 197 N. Marquita	St. John's Community Health Dept. 1600 N. Rose Ave.	Palm Vista Senior Center 801 S. C St.	Plaza Park 500 S. C St.	Wilson Senior Center 350 N. C St.	South Oxnard Senior Center 200 Bard Rd.
--	--	--	----------------------------	--------------------------------------	--



# ¡DESPPIERTA! A LA SALUD...

Para registrarse por favor llame al 805.988.2865

## JUNIO 2025

jueves  
6/12

Bingo de fruta y verdura  
South Oxnard Senior Center  
11:30 AM - 12:30 PM

jueves  
6/12

Examen de azúcar en la sangre y presión arterial  
Colonia Senior Center  
10:00 AM - 11:30 AM

martes  
6/17

Vamos a Cocinar: Ensalada de garbanzos  
Colonia Senior Center  
10:30 AM - 11:30 AM

jueves  
6/19

Clínica de Salud (Gratis) - Auspiciado por  
Vituity Cares Foundation  
Iglesia Cristo Rey, 535 Cooper Rd., Oxnard  
11:30 AM - 2:30 PM

jueves  
6/19

Examen de azúcar en la sangre y presión arterial  
Wilson Senior Center  
10:00 AM - 11:30 AM

lunes  
6/23

Bingo de fruta y verdura  
Colonia Senior Center  
10:30 AM - 11:30 AM

jueves  
6/26

Examen de azúcar en la sangre  
Plaza Park  
9:00 AM - 12:30 PM

Consulta de nutrición

Hable con un dietista registrada sobre sus preguntas de nutrición.

La consulta es gratis.

Para hacer una cita, favor de llamar al 805-988-2709.

Colonia Senior Center 197 N. Marquita	St. John's Community Health Dept. 1600 N. Rose Ave.	Palm Vista Senior Center 801 S. C St.	Plaza Park 500 S. C St.	Wilson Senior Center 350 N. C St.	South Oxnard Senior Center 200 Bard Rd.
--	--	--	----------------------------	--------------------------------------	--