



**A PARTIR DE
ENERO
2024**

¡CELEBRANDO NUESTRO DÉCIMO ANIVERSARIO!

**SEGUNDO SÁBADO
DEL MES DE
8:00 AM-9:15 AM**

**BLAIN PARK:
3101 S. COURT ST.,
VISALIA, CA 93277**

**REGISTRO: 8:00 AM
CALENTAMIENTO: 8:15 AM
CAMINATA: 8:30 AM**

¡Aperitivos saludables y premios!

Las caminatas de enero y febrero se llevarán a cabo en el Visalia Mall. Reunirse en el patio de comidas.

Tema de Salud	Segundo Sábado del Mes
Establecimiento Metas	13 de enero
Celebración Del Décimo Año De Visalia WWAD	10 de febrero
ReThink Your Drink (Piense Bien lo que Toma)	9 de marzo
Salud mental	13 de abril
La Salud De La Mujer	11 de mayo
Enfermedad Celíaca	8 de junio
Conciencia Del Calor/Hidratación	13 de julio
Conexión Social	10 de Agosto
Prevención De Caídas	14 de septiembre
Porque ser Voluntario	12 de octubre
Leer las Etiquetas de Los Alimentos	9 de noviembre
El duelo durante los días festivos	14 de diciembre

**ESTE GRUPO ES UN
LUGAR DIVERTIDO Y
SEGURO PARA
CAMINAR, APRENDER
SOBRE LA SALUD, Y
CONOCER NUEVOS
AMIGOS.**

INFORMACIÓN: (559) 624-2416

