



**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

