

Manejo de la hipertensión

(Presión arterial alta)



Programa sin costo. Transporte disponible. En este curso de dos sesiones, aprenda cómo puede reducir la presión arterial a través de dieta, ejercicio y manejo del estrés. Además, aprenda a controlar su presión arterial en casa. Todos los miembros que participen en este curso recibirán un monitor de presión arterial digital.

Para inscribirse, llame al:

(562) 580-6094, 8:30 a. m. a 5 p. m.,
de lunes a viernes

Para obtener más información,

llame a Atención al Cliente:

Miembros de Medi-Cal del condado de LA
(800) 605-2556 (TTY: 711), 8 a. m. a 6 p. m.,
de lunes a viernes

Miembros de Medi-Cal del condado de SD
(855) 699-5557 (TTY: 711), 8 a. m. a 6 p. m.,
de lunes a viernes

Acompáñenos:

Los miércoles 6 y 13 de septiembre de 2023

Inicio: Las clases empizan el 6 de septiembre de
3:00 pm - 4:30 pm

Duración: 2 clases, 1 por semana

Local: Centro de Recursos Comunitarios en El Monte
3570 Santa Anita
El Monte, CA 91731

Medi_23_094_LS_IA032823_SP

Blue Shield of California Promise Health Plan tiene un contrato con L.A. Care Health Plan para brindar servicios de atención médica administrada de Medi-Cal en el condado de Los Ángeles. L.A. Care y Blue Shield Promise son entidades independientes.

Blue Shield of California Promise Health Plan es un licenciatario independiente de Blue Shield Association

A53319MDC-IBP-SP_0322