

Control de peso en adultos



Programa sin costo. Transporte disponible para miembros de Blue Shield Promise.

Acompáñenos en estas dos sesiones en las que hablaremos sobre nutrición, actividad física, cambios en el estilo de vida y establecimiento de metas. Aprenda a controlar su peso y reducir el riesgo de afecciones a largo plazo. Habrá actividades prácticas y demostraciones interactivas.

Para inscribirse, llame al:

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

**Para mas información,
llame a Atención al cliente:**

Miembros de Medi-Cal del condado
de Los Ángeles

(800) 605-2556 (TTY: 711), 8 a.m. – 6 p.m.,
lunes a viernes

Miembros de Medi-Cal del condado
de San Diego

(855) 699-5557 (TTY: 711), 8 a.m. – 6 p.m.,
lunes a viernes

Acompáñenos:

Los jueves, 9 y 16 de noviembre 2023

Duración: 2 clases, 1 por semana

Hora: 3:00 p.m. – 4:30 p.m.

**Local: Centro de Recursos Comunitarios
2072 E. Palmdale Blvd.
Palmdale, CA 93550**

Medi_23_091_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-SP-IAWM_0323