

# Clases de bienestar

## Vida saludable durante las fiestas



**Clases sin costo.** Inscribáse en nuestras clases de bienestar en línea para alcanzar sus objetivos de salud. Las clases están disponibles sin costo alguno para usted. ¡Llámenos hoy para obtener más información!

**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:**

**Miercoles, 20 de diciembre a las 2:00 p.m.**

**Para conectarse por teléfono (solo audio, sin computadora):**

- 1. Llame al (323) 433-2078**
- 2. Ingrese el código 230 152 529 y oprima # (signo de número).**

**Si necesita ayuda para conectarse a la clase o desea recibir el enlace para unirse a la clase a través de la aplicación Microsoft Teams en su computadora, tableta o teléfono inteligente, llame al 562-715-4485.**

Medi\_23\_086\_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 licenciario independiente de Blue Shield Association A53319MDC-SP-VWC\_0323