blue california
Promise Health Plan

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 miercoles 7 y 14 de diciembre

Inicio: Las clases empizan el 7 de diciembre de 3:00 pm - 4:30 pm

Duracción: 2 clases, 1 por semana

Local: Centro de Recursos Comunitarios en Pomona
696 W. Holt Avenue
Pomona CA 91768

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