

Hábitos, Cuerpos y Mentes Saludables



¿Se encuentra estresada o cansada físicamente y emocionalmente?
¿Quiere aprender maneras de tratar con el estrés cotidiano?

Estaremos ofreciendo una clase para aprender hábitos positivos incluyendo recetas saludables, ejercicios relajantes y actividades divertidas para todas las mujeres y madres!



¡Invite a una amiga y ven a convivir un rato y para olvidarse del estrés de todos los días!

Empezando Enero 11, 2018 de 6-7pm

568 West Line Street, Bishop

Para mas información o para inscribirse llame a Eryn al 760-872-1886



Inyo County Health and Human Services
Public Health and Prevention Division

