



Your Health Matters!

Take Charge of Your Health

A Health Literacy Workshop Series

Health Literacy is the ability a person has that helps them **find, manage, and understand** basic health information and services needed to make appropriate health decisions.

Learn more about:



Local health care and human resources services



Getting the most out of your doctor visits



Health insurance and other programs



Using medications and prescriptions



Support health and wellness



Healthy living: good nutrition and healthy eating

Who: Everyone is Welcome!
What: Fun Educational Workshop! It's a workshop, but it's not work!
When: Tuesday, September 10th, 17th & 24th (attend all 3 session)
Where: BRIDGES at Belle Glade
33 W Avenue A., Belle Glade, FL 33470
Time: 5:30 pm – 7:00 pm

Each workshop consists of 3 weekly sessions with up to 15 participants.

Healthy snacks, giveaways and *Certificates of Completion* included.



Contact us to learn more:
561-844-4220 ext. 2600
or nchung@hcsef.org



Su Salud es Importante!



Ocúpese de su Salud

Serie de talleres de conocimientos sobre salud

Los conocimientos sobre salud son las habilidades que tiene una persona para encontrar, administrar y comprender la información y los servicios de salud básicos y necesarios para tomar las decisiones de salud adecuadas.

Aprenda más acerca de lo siguiente:



Los servicios locales de atención médica y recursos humanos.



El aprovechar al máximo las consultas médicas.



El seguro médico y otros programas.



Uso de medicamentos y sus prescripciones.



El apoyo a la salud y el bienestar.



Vida saludable: una buena nutrición y una alimentación sana.

Quiénes pueden asistir: son bienvenidos todos los mayores de 18 años

Qué es: ¡Un divertido taller educativo! Es un taller, pero NO es trabajo.

Duración: Sesiones semanales de 1 hora y media durante tres semanas.

Lugar: BRIDGES at Belle Glade

33 W Avenue A., Belle Glade, FL 33430

Horario: Martes, Septiembre 10th, 17th, y 24th

5:30 pm a 7:00 pm

Cada taller consta de 3 sesiones semanales con hasta 15 participantes.

Se incluyen bocadillos saludables, sorteos y *certificados de finalización*.



Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros llamando al **863-532-3099** o escribiendo a mrangel@lorhn.org

