



Iniciativa de  
Salud Latina  
de UVA



## **“Yo Puedo Cuidar La Salud de Mi Familia”** ***Talleres Transculturales de Salud & Bienestar*** ***para la Comunidad Latina***

**Acompáñanos durante 6 sesiones interactivas para aprender sobre los siguientes temas:**

- **Nutrición**
- **Salud Física y Emocional**
- **Migración y Estrés por Aculturización**
- **Estrategias para manejar el estrés y sentirse mejor**



**Fechas: Del 09 de Octubre al 13 de Noviembre de 2018**

**Hora: Martes de 5:30pm a 8pm**

**Lugar: Iglesia de la Encarnación (Salón No. 7)**

Este taller nos da la oportunidad de aprender cómo nuestra salud y bienestar pueden ser afectados por la migración, la cultura, el estrés, y qué estrategias podemos usar para manejarlos.

Si desea participar, por favor llamar a: ***Mónica Luna*** al (985) 705-6967, ó ***Ulises Martínez*** al (915) 274-8512

o envíe un email a:

***mokiluna@gmail.com, umartinez@thewomensinitiative.org***