

Magnolia Park Family Resource Center

In collaboration with

PODER



invites you to participate in a FREE six week series about

Diabetes Prevention

During the six weeks, you will learn about:

- ❖ Sugar beverages
- ❖ Physical Activity
- ❖ Portions, balanced meals, label reading
- ❖ “Street” food and fat
- ❖ Media Literacy
- ❖ Screen time
- ❖ High risk situations and refusal skills



When:

February 6, 2020 to
March 12, 2020

Time:

9:30 a.m. – 11:30 a.m.

Location:

Magnolia Park FRC
11402 Magnolia St.
Garden Grove, CA 92841

**Childcare will be available
for children 3yrs and older.**



Series will be offered in
Spanish



For more information please call

(714) 530-7413



Magnolia Park Family Resource Center
en colaboración con

PODER



los invita a participar en una serie de seis semanas
GRATIS sobre la

Prevención de Diabetes

**Durante estas seis semanas
aprenderá sobre:**

- ❖ Bebidas azucaradas
- ❖ Actividad física
- ❖ Porciones, comidas balanceadas, lectura de etiquetas
- ❖ "Comida de la calle" y grasas
- ❖ Conocimiento de medios de comunicación
- ❖ Tiempo mirando televisión
- ❖ Situaciones de alto riesgo y las habilidades de rechazar sin ofender



Cuando:

6 de febrero del 2020 hasta el
12 de marzo del 2020

Hora:

9:30 a.m.– 11:30 a.m.

Lugar:

Magnolia Park FRC
11402 Magnolia St.
Garden Grove, CA 92841

**Cuidado de niños será disponible
para niños 3 años en adelante.**



Serie será ofrecida en
Español



Para más información llame al:

(714) 530-7413

