



Oregon State University
Extension Service



Virginia Garcia Memorial
HEALTH CENTER

¡Hay clases de nutrición los Miércoles en Español!

Nutrition classes are going to be held on Wednesday in Spanish!

Venga a aprender:

Come and learn:

- **Como combinar diferentes alimentos y actividad física para una buena salud**
How to combine different foods and physical activity for good health
- **Como hacer una mejor compra de comida**
How to save money in the grocery store
- **Como preparar comidas y bocadillos saludables para su familia**
How to prepare healthy meals and snacks for your family
- **Como mantener la comida sana para su familia**
Food safety for your family

Dónde/Where: **Virginia Garcia Beaverton/ Virginia Garcia Beaverton**
2725 SW Cedar Hills Blvd, Suite 200 Beaverton, Or 97005

Cuándo/When: **Empezando el Miercoles, 09 de octubre, 2024**
Starting on Wednesday, October 09, 2024

Hora/Time: **10:00am – 12:00 p.m.**

Para más información llame a Matilde Rodriguez al (503)473-5426

For more information call at Matilde Rodriguez at (503)473-5426



Educación practica para UD. Y su familia
Education that Works for You



Pagado en parte por Oregon SNAP. Oregon State University, El Servicio de Extensión de Oregon State University es una institución que ofrece igualdad de oportunidades.

Paid for in part by Oregon SNAP.

Oregon State University, Oregon State University Extension Service is an Equal Opportunity Provider and Employer.