

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
-------	--------	-----------	--------	---------	--------








ANUNCIOS









Mayo 8
Día de la Diabetes
Únase a nosotros para aprender sobre la diabetes y cómo vivir saludable. Se ofrecerán ejercicios y diferentes talleres de salud. ¡Recetas saludables con el chef Pablo!

Mayo 8 & 14
Introducción a Diabetes y Cuidado de Los Pies
¡Únase a esta clase de 6 sesiones que cubre los conceptos básicos de la diabetes para personas con diabetes o prediabetes!

Mayo 17
Limpieza comunitaria
¡Hagamos que Boyle Heights brille! ¡Únase a nosotros para una limpieza comunitaria y ayude a transformar nuestro vecindario en un lugar más limpio y brillante para todos!

<p>28</p> <p>11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona</p>	<p>29</p> <p>9:30 am – 11:00 am El Club Del Café En Persona</p> <p>11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona</p> <p>12:15 pm – 2:00 pm Clase de cocina saludable con el chef Pablo y ejercicio. *Clase disponible a través de Zoom y Facebook Live*</p>	<p>30</p> <p>10:00 am – 11:00 am Introducción a Diabetes y Cuidado de Los Pies En Persona</p> <p>10:00 am – 11:30 am Entre Mujeres Platicas de Salud, Sanación y Sexualidad En Persona</p> <p>11:00 am – 12:30 pm Grupo de tejido social En Persona</p>	<p>1</p> <p>9:00 am – 2:00 pm Servicios quiroprácticos Llame para registrarse gratis: (213) 784 -9191</p> <p>11:30 am – 12:30 pm Bailoterapia Patio de Los Angeles General Medical Center En Persona</p>	<p>2</p> <p>8:45 am – 10:45 am Reunión de la Asociación Comunitaria de Innovación en Salud (HICP) Hospital General de Los Angeles Llama para registrarte: (213)784-9191 Zoom</p> <p>9:00 am – 10:15 am Yoga En Persona</p> <p>9:00 am – 12:00 pm Concientización sobre las drogas y el alcohol En Persona</p>	<p>3</p> <p>Cerrado</p>
<p>5</p> <p>11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona</p>	<p>6</p> <p>9:30 am – 11:00 am El Club Del Café En Persona</p> <p>11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona</p>	<p>7</p> <p>10:00 am – 11:00 pm Flex y Flow En Persona</p> <p>10:00 am – 11:00 am Taller de Salud Pélvica En Persona</p> <p>10:00 am – 11:30 am Entre Mujeres Platicas de Salud, Sanación y Sexualidad En Persona</p> <p>11:00 am – 12:30 pm Grupo de tejido social En Persona</p>	<p>8</p> <p>9:00 am – 2:00 pm Servicios quiroprácticos Llame para registrarse gratis: (213) 784 -9191</p> <p>10:00 am – 11:00 am Introducción a Diabetes y Cuidado de Los Pies En Persona</p> <p>10:30 am – 11:30 pm Sobrellevar el Estrés En Persona</p> <p>11:30 am – 12:30 pm Bailoterapia Patio de Los Angeles General Medical Center En Persona</p> <p>12:30 pm – 3:30 pm Día del Diabetes 2025 En Persona Llama para Registrarte</p>	<p>9</p> <p>9:00 am – 10:15 am Yoga En Persona</p> <p>9:00 am – 12:00 pm Concientización sobre las drogas y el alcohol En Persona</p>	<p>10</p> <p>Cerrado</p>

 Mercado de Agricultores |
  Programa Familiar |
  Ejercicios |
  Cocina Saludable |
  Distribución de comida |
  Grupo de Apoyo |
  Taller de Salud |
 en AZUL clases en persona || en ROJO requiere cita
 en NEGRO clases a través de Zoom
 * Las clases están sujetas a cambio, reprogramación o cancelación sin aviso

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
12  11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona	13  9:30 am – 11:00 am El Club Del Café En Persona  11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona	14  10:00 am – 11:00 am Introducción a Diabetes y Cuidado de Los Pies En Persona  10:00 am – 11:00 am Taller de Salud Pélvica En Persona  10:00 am – 11:30 am Entre Mujeres Platicas de Salud, Sanación y Sexualidad En Persona  11:00 am – 12:30 pm Grupo de tejido social En Persona	15  9:00 am – 2:00 pm Servicios quiroprácticos Llame para registrarse gratis: (213) 784-9191  10:30 am – 11:30 am Estiramiento y Fortalecimiento En Persona  11:30 am – 12:30 pm Bailoterapia Patio de Los Angeles General Medical Center En Persona	16  9:00 am – 10:15 am Yoga En Persona  9:00 am – 12:00 pm Concientización sobre las drogas y el alcohol En Persona  9:00 am – 10:30 am Distribución de alimentos CARES A Pie 2010 Zonal Avenue Los Angeles, CA 90033	17  9:00 am – 12:00 pm Limpieza Comunitaria Esquina de Mozart St. y Griffin Ave, Los Angeles, CA 90031 En Persona Llame para registrarte: (213)784-9191 En Persona
19  11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona	20  9:30 am – 11:00 am El Club Del Café En Persona  11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona	21  10:00 am – 11:00 pm Flex y Flow En Persona  10:00 am – 11:30 am Entre Mujeres Platicas de Salud, Sanación y Sexualidad En Persona  11:00 am – 12:30 pm Grupo de tejido social En Persona	22  9:00 am – 2:00 pm Servicios quiroprácticos Llame para registrarse gratis: (213) 784-9191  11:30 am – 12:30 pm Bailoterapia Patio de Los Angeles General Medical Center En Persona	23  9:00 am – 10:15 am Yoga En Persona  9:00 am – 10:30 am Distribución de alimentos CARES A Pie 1200 N State Street Los Angeles, CA 90033  9:00 am – 12:00 pm Concientización sobre las drogas y el alcohol En Persona	
	27  9:30 am – 11:00 am El Club Del Café En Persona  11:00 am – 12:00 pm TWC Zumba En Persona	28  10:00 am – 11:30 am Entre Mujeres Platicas de Salud, Sanación y Sexualidad En Persona  11:00 am – 12:30 pm Grupo de tejido social En Persona	29  9:00 am – 2:00 pm Servicios quiroprácticos Llame para registrarse gratis: (213) 784-9191  11:30 am – 12:30 pm Bailoterapia Patio de Los Angeles General Medical Center En Persona	30  9:00 am – 10:15 am Yoga En Persona  9:00 am – 12:00 pm Concientización sobre las drogas y el alcohol En Persona	