

WALK AND TALK WITH THE HEALTH PROVIDERS

Join us at

Flat Rock Brook Nature Center

443 Van Nostrand Ave, Englewood, NJ 07631

[Meet inside the Nature Center Building]

Scan the QR code
to Register



Please contact 201.315.6223 if you have any questions.

SESSIONS	DATE	TIME	TOPIC(S) OF DISCUSSION
1st	June 14 (Sat)	10:00 am - 11:00 am	Pathways to Wellness
2nd	June 29 (Sun)	1:00 pm - 2:00 pm	Diabetes & Healthy Eating
3rd	July 12 (Sat)	10:00 am - 11:00 am	Addiction Support & Recovery + Mental Health
4th	July 27 (Sun)	1:00 pm - 2:00 pm	Nature-based & Seasonal Eating
5th	Aug 9 (Sat)	10:00 am - 11:00 am	Mental Health + Pain Management
6th	Aug 24 (Sun)	1:00 pm - 2:00 pm	Weight Loss and Exercise: What Matters



CAMINE Y HABLE CON LOS PROVEEDORES DE SALUD

Únete a nosotros en

Centro Natural Flat Rock Brook

443 Van Nostrand Ave, Englewood, NJ 07631

[Reunión en el edificio del Centro Natural]

Escanea el código
QR para registrarte



Si tiene alguna pregunta, comuníquese al 201.315.6223.

SESIONES	FECHA	TIEMPO	TEMA(S) DE DISCUSIÓN
1er	14 de junio (sábado)	10:00 am - 11:00 am	Caminos hacia el bienestar
2do	29 de junio (domingo)	1:00 pm - 2:00 pm	Diabetes y alimentación saludable
3er	12 de julio (sábado)	10:00 am - 11:00 am	Apoyo y recuperación de adicciones + Salud mental
4to	27 de julio (domingo)	1:00 pm - 2:00 pm	La naturaleza y comer temporal
5to	9 de agosto (sábado)	10:00 am - 11:00 am	Salud mental + Manejo del dolor
6to	24 de agosto (domingo)	1:00 pm - 2:00 pm	Pérdida de peso y ejercicio: lo que importa

