

ALZHEIMER'S ASSOCIATION EDUCATION PROGRAMS

Please Join Us!



Healthy Living For Your Brain And Body

Wednesday, January 28

1 p.m.- 2 p.m.

Learn about the latest research in the areas of diet and nutrition, exercise, cognitive activity and social engagement, and use hands-on tools to help you incorporate these recommendations into a plan for healthy aging.

Understanding Alzheimers and other Dementia

Wednesday, February 25

1 p.m.-2 p.m.

Learn about the difference between Alzheimer's and dementia, stages, risk factors and more!

The 10 Warning Signs

Wednesday, March 18

2 p.m.-3 p.m.

Learn the 10 Warning Signs of Alzheimer's disease, hear from people who have the disease, and find out how to recognize the signs in yourself and others.

ALZHEIMER'S ASSOCIATION EDUCATION PROGRAMS

¡Únete a nosotros!



Cuerpo y Cerebro Sano es Vida Sana

Miércoles, 28 de enero

1 p.m.-2 p.m.

Acompáñenos para aprender sobre la investigación en las áreas de dieta y nutrición, ejercicio, actividad cognitiva y compromiso social, y utilizar herramientas prácticas para ayudarle a incorporar estas recomendaciones en un plan para un envejecimiento saludable.

Información para Entender la Enfermedad de Alzheimer y la Demencia

Miércoles, 25 de febrero

1 p.m.-2 p.m.

Aprende sobre la diferencia entre el Alzheimer y la demencia, las etapas, los factores de riesgo y mucho más!

Las 10 Señales de Advertencia

Miércoles, 18 de marzo

2 p.m.-3 p.m.

Aprenda con nosotros las 10 señales de advertencia comunes y qué debe observar en usted y en otras personas.