



# ¡Tome el Control de Su Salud!

**Preocupado sobre...** Obesidad • Prediabetes • Diabetes • Presión Alta  
Colesterol Alto • Miedo a Caerse (65+ años)



**Su Línea de Salud**  
**Los Angeles**

**1-800-793-8090**

[www.LAHealthline.com](http://www.LAHealthline.com)

# Únase a otros en un divertido taller de salud

Este proyecto fue financiado en parte por los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades o CDC (siglas en inglés), Acuerdo Cooperativo # 5 NU58DP005509-02, a través del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles. Su contenido es responsabilidad de los autores y no necesariamente representa las opiniones oficiales del Departamento o del CDC.

## Aprenda estrategias para...

- Mejorar su salud para sentirse mejor
- Mantener su independencia
- Ser más activo
- Continuar haciendo las actividades que usted disfruta

## Encuentre talleres en su área:



**Su Línea de Salud**  
**Los Angeles**

**1-800-793-8090**

**(De lunes a viernes, de 8 am a 6 pm)**

*Se dispone de talleres gratuitos  
o a bajo costo.*