



Programa Stanford de control personal de las enfermedades: Para mi salud

- Viva mejor aún con presión arterial elevada, enfermedades del corazón, diabetes, artritis y otras condiciones crónicas
- Aprenda cómo controlar su condición
- Aumente sus niveles de energía y reduzca el dolor
- Aprenda a tomar las mejores decisiones para su estilo de vida y su condición

Este programa es GRATIS y se ofrece en horas y localidades flexibles.

Está disponible para los residentes del Condado Tarrant de 18 años y mayores. Este programa es dirigido por instructores entrenados y se ofrece en inglés y español.

PorMiSalud

Clases de Manejo Personal

CONDADO TARRANT

817-258-8088 • Email: selfmanager@tarrantcounty.com



Tarrant County
Public Health

