

# ASÍ ES MI INSPIRACIÓN

Calendario de octubre

St. Johns Town Center



## ¡Pasa más tiempo con tu familia!

Fortalece el vínculo familiar. Coman juntos, planifiquen actividades para el fin de semana y de vez en cuando dejen de usar dispositivos electrónicos una noche por semana. ¡Todos se verán beneficiados!

## ¡Dale un vistazo a nuestros eventos más destacados!

### Feria de la Salud

Saturday, 10/19

11 AM-2 PM



Celebre la salud y el bienestar de su familia con una tarde llena de diversión con actividades para la familia, obsequios y aprenda sobre las ventajas para los miembros y los recursos.

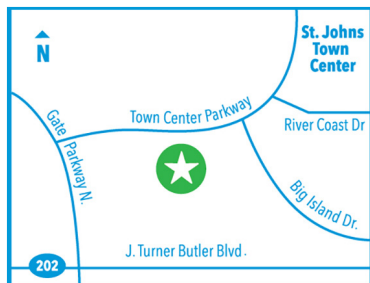
### Vacunas con Walgreens

10/5, 10/17,  
10/26 and 10/31

10 AM-1 PM



Obten la vacuna contra la influenza en uno de nuestros centros sin costo adicional.



### Florida Blue Center - St. Johns Town Center

4855 Town Center Pkwy.  
Jacksonville, FL 32246  
904-363-5870

Lunes a Sábado de 9 AM-7 PM

No necesita hacer cita.

[www.floridablue.com/centers](http://www.floridablue.com/centers)

Confirma tu asistencia a través de Facebook, Twitter o por Internet en [floridablue.com/events](http://floridablue.com/events)



### Intracoastal Dermatology Screening

Únase a nosotros para una evaluación gratuita de la piel y aprenda consejos y trucos sobre cómo proteger su piel del sol de Florida.

10/2, 12 PM- 1 PM

### Fit Club: HIIT Training

Fortalece tu cuerpo y alcanza nuevas alturas de fitness con esta desafiante clase de fitness.

Viernes at 5:45 PM

### Opciones de comida saludables

Conoce de una mejor manera los menú de los restaurantes y consejos para seleccionar opciones de alimentos más saludables.

10/8, 11 AM

## ¡Conozca Nuestro Trabajador Social!

Puedes confiar en nuestro Trabajador Social para ayudarlo con sus beneficios de los mas recientes programas comunitarios y servicios

¡Vea el reverso de la página para más eventos!

# OCTUBRE

2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	<p><b>1</b></p> <p>La Sociedad Americana Contra el Cáncer (12 PM-1 PM)</p> <p>Fit Club: Tai Chi (5:45 PM)</p>	<p><b>2</b></p> <p>Taller avanzado sobre la Diabetes (10 AM)</p> <p>Intracoastal Dermatology Screening (12 PM- 1 PM)</p> <p>Fit Club: Senior Fitness (3 PM)</p>	<p><b>3</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>4</b></p> <p>Fit Club: HIIT Training (5:45 PM)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Vacunas con Walgreens (10 AM-1 PM)</p> <p>Fit Club: Zumba (2 PM)</p>
<p><b>7</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>8</b></p> <p>Hablemos de Salud: Opciones de comida saludables (11 AM)</p> <p>Fit Club: Tai Chi (5:45 PM)</p>	<p><b>9</b></p> <p>Taller avanzado sobre la Diabetes (10 AM)</p> <p>Fit Club: Senior Fitness (3 PM)</p>	<p><b>10</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>11</b></p> <p>Fit Club: HIIT Training (5:45 PM)</p>	<p><b>12</b></p> <p>Fit Club: Zumba (2 PM)</p>
<p><b>14</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>15</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Florida Classic Celebration (5:30 PM-7 PM)</p>	<p><b>16</b></p> <p>Taller avanzado sobre la Diabetes (10 AM)</p> <p>Fit Club: Senior Fitness (3 PM)</p>	<p><b>17</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Vacunas con Walgreens (10 AM-1 PM)</p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>18</b></p> <p>Fit Club: HIIT Training (5:45 PM)</p>	<p><b>19</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Health Fair (11 AM-2 PM)</p> <p>Fit Club: Zumba (2:30 PM)</p>
<p><b>21</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>22</b></p> <p>Semnario de Medicare (10 AM)</p> <p>Fit Club: Tai Chi (5:45 PM)</p>	<p><b>23</b></p> <p>Taller avanzado sobre la Diabetes (10 AM)</p> <p>Fit Club: Senior Fitness (3 PM)</p>	<p><b>24</b></p> <p>Semnario de Medicare (2 PM)</p>	<p><b>25</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Fit Club: HIIT Training (5:45 PM)</p>	<p><b>26</b></p> <p>Semnario de Medicare (10 AM)</p> <p>Vacunas con Walgreens (10 AM-1 PM)</p> <p>Fit Club: Zumba (2:00 PM)</p>
<p><b>28</b></p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>	<p><b>29</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Fit Club: Tai Chi (5:45 PM)</p>	<p><b>30</b></p> <p>Taller avanzado sobre la Diabetes (10 AM)</p> <p>Fit Club: Senior Fitness (3 PM)</p>	<p><b>31</b></p> <p>Semanario de Medicare (10 AM)</p> <p>Vacunas con Walgreens (10 AM-1 PM)</p> <p>Fit Club: Yoga (5:45 PM)</p>		