



## Pima County Community Nutrition

# No-Cost Healthy for Life Classes

*Sponsored by the American Heart Association*

Join our community nutrition educators to discover a healthier you!

We will learn about:

*Heart Health  
Cholesterol  
Meal Planning  
and more!*

Get ready for a fun learning, planning, shopping, and cooking experience!

*\*Classes are limited to the first 25 participants\**

**Receive a \$25 gift card** after attending all FOUR classes!

Dates for classes at **The Garden Kitchen (2205 S Fourth Ave Tucson, AZ 85713):**

**July 5, 2022**

**July 12, 2022**

**10:00AM - 11:30AM**

Dates for classes at the **Pima Cooperative Extension (4210 N Campbell Ave Tucson, AZ 85719):**

**July 19, 2022**

**July 26, 2022**

**10:00AM - 11:30AM**

**SIGN UP HERE**

<https://tinyurl.com/H4LENGL>

**QUESTIONS?**

Call 520-626-5161 Ext. 121





## Nutrición Comunitaria del Condado de Pima

# Clases de nutrición “Para Una Vida Sana” gratis

*Patrocinado por la Asociación Americana del corazón*

¡Únase con nuestras educadoras de nutrición de la comunidad para descubrir como ser más saludable!

Aprenderemos sobre:

- *Salud del corazón*
- *Colesterol*
- *Planificación de comidas*
- *¡y más!*

¡Prepáranse para una divertida experiencia de aprendizaje, planificación, compras y cocina!

*\*Las classs están limitadas a los primeros 25 participantes\**

Recibirá una tarjeta de regalo de \$25 después de asistir a las **CUATRO** clases

Fecha de clases en **La Cocina del Jardín** (2205 S Fourth Ave Tucson, AZ 85713):

**July 5, 2022**

**July 12, 2022**

**10:00AM - 11:30AM**

Fecha de clases en **La Extensión Cooperativa del Condado de Pima** (4210 N Campbell Ave Tucson, AZ 85719):

**July 19, 2022**

**July 26, 2022**

**10:00AM - 11:30AM**

**REGÍSTRESE AQUÍ**

<https://tinyurl.com/H4LSPAN>

**¿PREGUNTAS?**

Llama 520-626-5161 Ext. 121