





May 2024



Health Education Calendar










Northeast Valley Health Corporation
a californihealth+ center

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>Programs listed in green are available to all NEVHC patients and are covered by health plans.</p> <p>All programs listed in blue and purple are free and open to the community. They are sponsored by CalFresh Healthy Living and American College of Preventive Medicine or WIC.</p>		<p>1</p> <p>Diabetes Self-Management 10:00-11:30am English Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 IN PERSON</p> <p>WIC Virtual Breastfeeding Support Group (Open to everyone) 11am – 12:30pm English ZOOM</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living 5 - 6 pm Spanish Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p>	<p>2</p> <p>Walking for Health (Walking Group)  4-4:25pm Starts: San Fernando Health Ctr 1600 San Fernando Rd. San Fernando, CA Ends: Las Palmas Park 505 S Huntington St, San Fernando IN PERSON</p> <p>Kids Fit! 5 – 6pm English/Spanish ZOOM</p>	<p>3</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingual ZOOM</p> <hr/> <p>Garden Workday Saturday, May 4 8:30am – 10:00am Vaughn Community & Family Center 11201 Herrick Ave., Pacoima</p>
<p>6</p>	<p>7</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p> <p>Asthma Control 3-5pm English ZOOM</p>	<p>8</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living Make ½ Your Plate Fruits & Vegetables 10 – 11am Spanish ZOOM</p> <p>Diabetes Self-Management 10:00-11:30am English Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 IN PERSON</p> <p>WIC Virtual Breastfeeding Support Group (Open to everyone) 11am – 12:30pm Spanish ZOOM</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living 5 - 6 pm Spanish Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p>	<p>9</p> <p>Kids Fit! 5 – 6pm English/Spanish ZOOM</p>	<p>10</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingual ZOOM</p>
<p>What do our patients say?</p> <p>"The produce event experience is very good. The vegetable and fruit quality is also good. Staff is very friendly, with big smiles, and thank you!"</p> <p>"I gave my son the opportunity to pick a healthy snack at the grocery store after Kids Fit class and he picked a high fiber, low sugar and low-fat item which made me very happy."</p> <p>"When I got sick, I knew I needed to make changes. I started to attend these HEAL classes and from the information given they helped change my diet. Cutting back on junk food and eating more healthy has made a big difference in my health."</p>				
<p>13</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living Make ½ Your Plate Fruits & Vegetables 10 – 11am English ZOOM</p>	<p>14</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p> <p>Produce Distribution  IN PERSON 12pm Vaughn Family & Community Center 11201 Herrick St. Pacoima</p>	<p>15</p> <p>Diabetes Self-Management 10:00-11:30am English Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 IN PERSON</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA IN PERSON (SCV Patients only)</p> <p>WIC Virtual Breastfeeding Support Group (Open to everyone) 11am – 12:30pm English ZOOM</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living 5 - 6 pm Spanish Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p>	<p>16</p> <p>Kids Fit! 5 – 6pm English/Spanish ZOOM</p>	<p>17</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingual ZOOM</p> <p>Produce Distribution  IN PERSON 10:30am San Fernando Health Center 1600 San Fernando Rd. San Fernando, CA</p>



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
20	<p>21</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p> <p>Produce Distribution  10:30am Sun Valley Health Center 7223 Fair Ave Sun Valley, CA IN PERSON</p> <p>Asthma Control 3-5pm Spanish ZOOM</p>	<p>22</p> <p>Diabetes Self-Management 10:00-11:30am English Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 IN PERSON</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA IN PERSON (SCV Patients only)</p> <p>WIC Virtual Breastfeeding Support Group (Open to everyone) 11am – 12:30pm Spanish ZOOM</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living Make ½ Your Plate Fruits & Vegetables 3 – 4pm Spanish ZOOM</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living 5 - 6 pm Spanish Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p>	<p>23</p> <p>Kids Fit! 5 – 6pm English/Spanish ZOOM</p>	<p>24</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingual ZOOM</p> <p style="text-align: center;">Preguntas? 818.270.9508 HealthEd@NEVHC.org Classes may be rescheduled, cancelled or modified without prior notice. Class space is limited, and is on a first-come, first-served basis.</p> <p>Class invitation links will be sent via e-mail upon registering, or you can call 818.270.9508 or email us: HealthEd@NEVHC.org.</p> 

<p>27</p> <p>All NEVHC Health Centers and Offices are closed in observance of Memorial Day.</p> 	<p>28</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p> <p>Patient Family Advisory Committee (PFAC) 10:30am – 12pm ZOOM</p>	<p>29</p> <p>Diabetes Self-Management 10:00-11:30am English Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 IN PERSON</p> <p>Blood Pressure 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA IN PERSON (SCV Patients only)</p> <p>HEAL: Healthy Eating, Active Living 5 - 6 pm Spanish Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA IN PERSON</p>	<p>30</p> <p>In-person classes are listed as “In Person” and virtual classes are listed as “Zoom”.</p> <p>In person NEVHC classes: please call 818.270.9508 or email HealthEd@NEVHC.org to register. LA Care classes call 213.438.9457.</p> <p>Online (ZOOM) classes: please scan QR codes or click on class titles for link to registration. You can also contact us for registration assistance.</p> <p>For class flyers, click here.</p> <p>Link to class registration below: </p>	<p>31</p>
--	---	---	---	------------------

<p>Abriendo Puertas Bilingual</p> 	<p>Asthma Control English</p> 	<p>Asthma Control Spanish</p> 	<p>HEAL: Healthy Eating, Active Living English/Spanish</p> 
<p>Kids Fit! English/Spanish</p> 	<p>Patient Family Advisory Committee English/Spanish</p> 	<p>WIC Virtual Breastfeeding Support Group English & Spanish</p> 	



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p> Signos en Facebook, Twitter, Instagram o YouTube</p> <p>Los programas en color verde están disponibles para todos los pacientes de NEVHC y están cubiertos por la mayoría de planes de salud.</p> <p>Los programas en color azul y morado son gratis y disponibles para la comunidad. Están patrocinados por CalFresh Healthy Living o WIC.</p>		<p>1</p> <p>Clase de Manejo Personal de la Diabetes 10:00-11:30am Inglés Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 EN PERSONA</p> <p>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC Abierto para todos 11am-12:30pm Inglés ZOOM</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana 5 - 6 pm Español Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p>	<p>2</p> <p>Caminar por la Salud (Caminata en Grupo) 4-4:25pm Comienza: San Fernando HealthCtr 1600 San Fernando Rd.  San Fernando Termina: Las Palmas Park 505 S Huntington St, San Fernando EN PERSONA</p> <p>Jovenes en Forma! 5 - 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>3</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingüe ZOOM</p> <p>Talleres de Jardín Sabado, Mayo 4 8:30am - 10:00am Vaughn Community & Family Center 11201 Herrick Ave., Pacoima</p>
<p>6</p>	<p>7</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingüe Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p> <p>Control de Asma 3-5pm Inglés ZOOM</p>	<p>8</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana Llene la Mitad de Su Plato con Frutas y Verduras 10 - 11am Español ZOOM</p> <p>Clase de Manejo Personal de la Diabetes 10:00-11:30am Inglés Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 EN PERSONA</p> <p>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC Abierto para todos 11am-12:30pm Español ZOOM</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana 5 - 6 pm Español Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p>	<p>9</p> <p>Jovenes en Forma! 5 - 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>10</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingüe ZOOM</p>
<p>¿Qué dicen nuestros pacientes?</p> <p>"La experiencia del evento de productos es muy buena. La calidad de las verduras y frutas también es buena. El personal es muy amable, con grandes sonrisas y ¡gracias!"</p> <p>"Le di a mi hijo la oportunidad de elegir un tentempié saludable en el supermercado después de la clase de Jovenes en Forma y eligió un artículo rico en fibra, bajo en azúcar y bajo en grasa, lo que me hizo muy feliz."</p> <p>"Cuando me puse enferma Sabía que tenía que hacer cambios. Empecé a asistir a las clases de HEAL y la información que me dieron me ayudó a cambiar mi dieta. Reducir la comida basura y comer más sano ha supuesto una gran diferencia en mi salud."</p>				
<p>13</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana Llene la Mitad de Su Plato con Frutas y Verduras 10 - 11am Inglés ZOOM</p>	<p>14</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingüe Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p> <p>Distribución de Frutas y Verduras  12pm Vaughn Family & Community Center 11201 Herrick St. Pacoima EN PERSONA</p>	<p>15</p> <p>Clase de Manejo Personal de la Diabetes 10:00-11:30am Inglés Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 EN PERSONA</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA EN PERSONA (Solo pacientes de SCV)</p> <p>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC Abierto para todos 11am-12:30pm Inglés ZOOM</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana 5 - 6 pm Español Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p>	<p>16</p> <p>Jovenes en Forma! 5 - 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>17</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingüe ZOOM</p> <p>Distribución de Frutas y Verduras  10:30am San Fernando Health Center 1600 San Fernando Rd. San Fernando, CA EN PERSONA</p>

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
20	<p>21</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingüe Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p> <p>Distribución de Frutas y Verduras  10:30am Sun Valley Health Center 7223 Fair Ave Sun Valley, CA</p> <p>Control de Asma 3-5pm Español ZOOM</p>	<p>22</p> <p>Clase de Manejo Personal de la Diabetes 10:00-11:30am Inglés Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 EN PERSONA</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA EN PERSONA (Solo pacientes de SCV)</p> <p>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC Abierto para todos 11am-12:30pm Español ZOOM</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana Llene la Mitad de Su Plato con Frutas y Verduras 3 - 4pm Español ZOOM</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana 5 - 6 pm Español Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p>	<p>23</p> <p>Jovenes en Forma! 5 - 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>24</p> <p>Abriendo Puertas 10-11:30am Bilingüe ZOOM</p> <p style="text-align: center;">Preguntas? 818.270.9508 HealthEd@NEVHC.org</p> <p>Las clases pueden ser reprogramadas, canceladas o modificadas sin previo aviso. Los plazas de las clases son limitadas. Por orden de llegada.</p> <p>Los enlaces de invitación para las clases se enviarán por correo electrónico al inscribirse. También puede llamar al 818.270.9508 o enviarnos un correo electrónico: HealthEd@NEVHC.org</p> 
<p>27</p> <p>Todos los Centros de Salud y Oficinas de NEVHC están cerrados en observancia del Memorial Day.</p> 	<p>28</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingüe Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p> <p>Comité Asesor de Pacientes y Familiares (PFAC) 10:30am - 12pm ZOOM</p>	<p>29</p> <p>Clase de Manejo Personal de la Diabetes 10:00-11:30am Inglés Van Nuys Adult Health Center 14624 Sherman Way # 600, Van Nuys, CA 91405 EN PERSONA</p> <p>Controle su Presion 10:00-11:00am Bilingual NEVHC Santa Clarita Valley Dental & Wellness Center 17909 Soledad Canyon Rd, 2nd Floor, Santa Clarita, CA EN PERSONA (Solo pacientes de SCV)</p> <p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana 5 - 6 pm Español Pacoima Health Center 12756 Van Nuys Blvd., Pacoima, CA EN PERSONA</p>	<p>30</p> <p>Los enlaces de invitación para las clases se enviarán por correo electrónico al inscribirse. También puede llamar al 818.270.9508 o enviarnos un correo electrónico: HealthEd@NEVHC.org</p> <p>Para clases EN PERSONA: favor de llamar al 818.270.9508 o escribanos a HealthEd@NEVHC.org</p> <p>Para clases en línea (ZOOM): Favor de escanear el código QR o haga click en el título de la clase para inscribirse. También puede llamarnos si necesita ayuda para registrarse.</p> <p>Haga clic aquí para acceder a los folletos de las clases.</p> <p>A continuación encontrará un enlace a la inscripción en línea:</p> 	<p>31</p>
<p>Abriendo Puertas Bilingüe</p> 	<p>Control de Asma Inglés</p> 	<p>Control de Asma Español</p> 	<p>HEAL: Vida Activa, Alimentación Sana Inglés/Español</p> 	
<p>Jovenes en Forma! Inglés/Español</p> 	<p>Comité Asesor de Pacientes y Familiares Inglés/Español</p> 	<p>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC Inglés & Español</p> 		