



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>Programs listed in <b>green</b> are available to all NEVHC patients and are covered by health plans. All programs listed in <b>blue</b> and <b>purple</b> are free and open to the community. They are sponsored by CalFresh Healthy Living or WIC.</p>		<p>1</p> <p>All NEVHC clinics and offices are closed today for New Year's Day.</p> 		<p>3</p> <p><b>Mobile Food Pantry</b> 9 – 11am <u>Sun Valley Health Center</u> 7223 Fair Ave. Sun Valley IN PERSON</p> 
6	7	<p>8</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 10-11am Spanish   ZOOM</p> <p><b>WIC Virtual Breastfeeding Support Group</b> (Open to everyone) 11am–12:30pm   Spanish   ZOOM</p>	<p>9</p> <p><b>Kids Fit!</b> 5 – 6pm Bilingual ZOOM</p>	<p>10</p> <p>Class invitation links will be sent via e-mail upon registering, or you can call 818.270.9508 or email us: <a href="mailto:HealthEd@NEVHC.org">HealthEd@NEVHC.org</a>.</p> <p>Classes may be rescheduled, cancelled or modified without prior notice. Class space is limited, and is on a first-come, first-served basis.</p>

Asthma Control

Spanish



Blood Pressure

Bilingual



Diabetes Self-Management

English



Food Smarts

English & Spanish



Kids Fit!

Bilingual



WIC Virtual Breastfeeding Support Group

English & Spanish



In person NEVHC classes: please call 818.270.9508 or email [HealthEd@NEVHC.org](mailto:HealthEd@NEVHC.org) to register. LA Care classes call 213.438.9457.

Online (ZOOM) classes: please scan QR codes or click on class titles for link to registration. You may also contact us for registration help.



Health Education Department  
(818) 270-9508  
[HealthEd@NEVHC.org](mailto:HealthEd@NEVHC.org)



Follow us on Facebook, X, Instagram and YouTube














**Northeast Valley Health Corporation**  
a *californiahealth* center



**PATIENT AND COMMUNITY WELLNESS**

Funded by USDA SNAP, an equal opportunity provider. Visit [www.CalFreshHealthyLiving.org](http://www.CalFreshHealthyLiving.org) for healthy tips.

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p>13</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 10-11am English ZOOM</p>	<p>14</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Spanish   IN PERSON</p>	<p>15</p> <p><b>Produce Distribution</b>   10am <u>NEVHC Community Resource Center</u> 1036 N. Maclay Ave., San Fernando   IN PERSON</p> <p><b>Diabetes Self- Management Education</b> 10-11:30am   English ZOOM</p>	<p>16</p> <p><b>Kids Fit!</b> 5 - 6pm Bilingual ZOOM</p>	<p>17</p> <p><b>Produce Distribution</b> 10am <u>NEVHC Sun Valley Health Center</u> 7223 Fair Ave., Sun Valley IN PERSON</p>
<p>20</p> <p>All NEVHC clinics and offices are closed today for Martin Luther King, Jr. Day.</p> 	<p>21</p> <p><b>Blood Pressure Control</b> 10-11am Bilingual   ZOOM</p> <p><b>Asthma Control</b> Spanish   3-5pm Zoom</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Spanish   IN PERSON</p>	<p>22</p> <p><b>Produce Distribution</b>   10am <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima</p> <p><b>Diabetes Self- Management Education</b>   10-11:30am English   ZOOM</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 3-4pm Spanish   ZOOM</p>	<p>23</p> <p><b>Kids Fit!</b> 5 - 6pm Bilingual ZOOM</p>	<p>24</p>
<p>27</p>	<p>28</p> <p><b>Blood Pressure Control</b> 10-11am Bilingual   ZOOM</p> <p><b>Patient &amp; Family Advisory Committee</b> 10-11am Bilingual   ZOOM</p> <p><b>Food Smarts</b> Adult Nutrition Workshop 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Spanish   IN PERSON</p>	<p>29</p> <p><b>Diabetes Self- Management Education</b>   10-11:30am English   ZOOM</p>	<p>30</p> <p><b>Kids Fit!</b> 5 - 6pm Bilingual ZOOM</p>	<p>31</p> <p>For healthy, economical and easy recipes, follow the link below.</p>  <p>For class flyers, click here.</p> 

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
<p>Los programas que aparecen en <b>verde</b> están disponibles para todos los pacientes de NEVHC y están cubiertos por los planes de salud. Todos los programas enumerados en <b>azul</b> y <b>púrpura</b> son gratuitos y están abiertos a la comunidad. Están patrocinados por CalFresh Healthy Living o WIC.</p>		<p>1</p> <p>Todas las clínicas y oficinas de NEVHC estarán cerradas hoy.</p> 		<p>3</p> <p><b>Mobile Food Pantry</b> </p> <p>9 – 11am</p> <p><u>Sun Valley Health Center</u></p> <p>7223 Fair Ave.</p> <p>Sun Valley</p> <p>EN PERSONA</p>	
6	7	<p>8</p> <p><b>Food Smarts</b></p> <p>(Clases de nutrición para adultos)</p> <p>10-11am</p> <p>Español   ZOOM</p> <p><b>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC</b></p> <p>Abierto para todos</p> <p>11am-12:30pm   Español</p> <p>ZOOM</p>	<p>9</p> <p><b>Jovenes en Forma!</b></p> <p>5 – 6pm</p> <p>Bilingüe</p> <p>ZOOM</p>	<p>10</p> <p>Los enlaces de invitación a las clases se enviarán por correo electrónico al inscribirse, o puede llamar al 818.270.9508 o enviarnos un correo electrónico: HealthEd@NEVHC.org.</p> <p>Las clases pueden ser reprogramadas, canceladas o modificadas sin previo aviso. Las plazas son limitadas y se reservan por orden de llegada.</p>	
<p><u>Controle de Asma</u></p> <p>Español</p> 	<p><u>Controle su Presion</u></p> <p>Bilingüe</p> 	<p><u>Clase de Manejo Personal de la Diabetes</u></p> <p>Inglés</p> 	<p><u>Food Smarts</u></p> <p>Inglés &amp; Español</p> 	<p><u>Jovenes en Forma!</u></p> <p>Bilingüe</p> 	<p><u>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC</u></p> <p>Inglés &amp; Español</p> 

Para clases EN PERSONA: favor de llamar al 818.270.9508 o escribanos a HealthEd@NEVHC.org.

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.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>13</p> <p><b><u>Food Smarts</u></b> (Clases de nutrición para adultos) 10-11am Inglés ZOOM</p>	<p>14</p> <p><b><u>Food Smarts</u></b> (Clases de nutrición para adultos) 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Español EN PERSONA</p>	<p>15</p> <p><b><u>Distribución de Frutas y Verduras</u></b>  10am <u>NEVHC Community Resource Center</u> 1036 N. Maclay Ave., San Fernando   EN PERSONA</p> <p><b><u>Clase de Manejo Personal de la Diabetes</u></b>   10-11:30am Inglés   ZOOM</p> <p><b><u>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC</u></b>  Abierto para todos 11am-12:30pm   Inglés   ZOOM</p>	<p>16</p> <p><b><u>Jovenes en Forma!</u></b> 5 – 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>17</p> <p><b><u>Distribución de Frutas y Verduras</u></b>  10am <u>NEVHC Sun Valley Health Center</u> 7223 Fair Ave., Sun Valley EN PERSONA</p>
<p>20</p> <p>Todas las clínicas y oficinas de NEVHC estarán cerradas hoy.</p>  	<p>21</p> <p><b><u>Controle su Presion</u></b> 10-11am Bilingüe   ZOOM</p> <p><b><u>Controle su Asma</u></b> Español   3-5pm Zoom</p> <p><b><u>Food Smarts</u></b> (Clases de nutrición para adultos) 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Español   EN PERSONA</p>	<p>22</p> <p><b><u>Distribución de Frutas y Verduras</u></b> 10am <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima EN PERSONA</p> <p><b><u>Clase de Manejo Personal de la Diabetes</u></b>   10-11:30am Inglés   ZOOM</p> <p><b><u>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC</u></b> Abierto para todos 11am-12:30pm   Español   ZOOM</p> <p><b><u>Food Smarts</u></b> (Clases de nutrición para adultos) 3-4pm   Español   ZOOM</p>	<p>23</p> <p><b><u>Jovenes en Forma!</u></b> 5 – 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>24</p> <p><a href="#">Haga clic aquí para acceder a los folletos de las clases.</a></p> 
<p>27</p>	<p>28</p> <p><b><u>Controle Su Presion</u></b> 10-11am   Bilingüe   ZOOM</p> <p><b><u>Comité Asesor de Pacientes y Familiares</u></b> 10-11am   Bilingüe   ZOOM</p> <p><b><u>Food Smarts</u></b> 4:30-5:30pm <u>Vaughn Community &amp; Family Center</u> 11201 Herrick Ave., Pacoima Español   EN PERSONA</p>	<p>29</p> <p><b><u>Clase de Manejo Personal de la Diabetes</u></b>   10-11:30am Inglés   ZOOM</p> <p><b><u>Grupo Virtual de Apoyo a la Lactancia Materna de WIC</u></b> Abierto para todos 11am-12:30pm   Inglés   ZOOM</p>	<p>30</p> <p><b><u>Jovenes en Forma!</u></b> 5 – 6pm Bilingüe ZOOM</p>	<p>31</p> <p>Para recetas saludables, económicas, y fáciles, escanee el código QR de abajo</p> 