

Para proteger la salud de nuestra comunidad durante el COVID-19, nuestros CRC están ofreciendo clases virtuales. ¡Hay dos maneras de inscribirse!



Vaya a Facebook y busque **IEHP CRC** para ver las clases



Descargue **Cisco Webex Meetings** en su teléfono inteligente Apple o Android. Ingrese el **Código de Reunión** para la clase que elija y la contraseña **12345**.

¿Necesita ayuda para acceder a nuestras clases? Llame al **1-866-228-4347**

## Calendario de Clases Virtuales - Septiembre de 2022

Título de la Clase	Fecha	Hora	Código de Reunión de Webex
<b>Yoga</b>	<b>9/8</b>	<b>9am-10am</b>	<b>2456 884 0799</b>
<b>Control del Estrés</b>	<b>9/13</b>	<b>10am-11am</b>	<b>2454 532 2080</b>
<b>Control del Estrés (español)</b>	<b>9/22</b>	<b>11am-12pm</b>	<b>2459 122 7267</b>
<b>Meditación</b>	<b>9/30</b>	<b>10am-11am</b>	<b>2455 277 2874</b>

**Sanamos e inspiramos al espíritu humano.**

**¡Nuestro Departamento de Educación sobre la Salud se ha vuelto virtual!**

Puede acompañarnos en uno de nuestros seminarios web para aprender sobre todos los temas de salud, desde diabetes hasta asma. ¡Son completamente gratuitos y perfectos para los Miembros que están extrañando nuestras clases presenciales! Haga clic en el enlace para ver las clases a pedido: <https://iehp.org/about/upcoming-events>.

Las clases están sujetas a cambios sin previo aviso.  
Español: Consulte el calendario para ver los horarios.