

Estás invitado!



Martes, 22 de Mayo, 6:00 p.m.

"Clase de Cocina y Vida Saludable Dominicana, Salvadoreña y Mexicana"

¡Únase a nosotros en esta clase de cocina hispana saludable que incluye consejos para una vida sana! Habrá sabrosas muestras de comida, recetas y preguntas y respuestas.

¡Aprenda a usar condimentos simples, granos enteros y más!
¡Convierta sus platos favoritos en comidas simples y
baratas a base de plantas!

\$ 5.00 por persona, \$ 8.00 por pareja, \$ 10.00 por familia

Fecha límite de inscripción: Domingo 20 de Mayo

Para registrarse: llame al 483-7775 o envíe un correo electrónico
rockymountlife@gmail.com

Ubicación: Rocky Mount Lifestyle Health Center
350 Tanyard Rd., Rocky Mount, VA 24151

(La clase será en español. Todos bienvenidos)