

ACOMPÁÑENOS EN



SAN DIEGO STATE  
UNIVERSITY

# UN PROGRAMA DE BIENESTAR PARA MADRES E HIJAS!

Estamos reclutando a madres e hijas (de edad 8-11) hispanohablantes para participar en un programa de 12 semanas que promueve la salud y la actividad física. Hablamos de temas importantes como fijar metas, comer saludable, y mejorar la comunicación familiar. Cada semana hacemos ejercicio juntas!

5:30pm-7:30pm los martes en Tiffany Elementary School  
Comienza este enero/febrero



Para inscribirse: [bit.ly/ConmigoTiffany](https://bit.ly/ConmigoTiffany)



Para mas información:  
contacte Conmigo :  
Llame a (248-459-8223  
o por correo electrónico  
[ibach.conmigo@sdsu.edu](mailto:ibach.conmigo@sdsu.edu)



@conmigo.ibach



Conmigo Program