

Creaciones de Cocina

¡Clases de cocina **GRATIS** para el manejo de la diabetes!



Detalles de la clase

DIA DE LA SEMANA: Lunes

FECHAS: 24 de febrero y 3, 10, 17 de marzo

HORARIO: 9:00 a.m.-12:00 p.m.

LUGAR: Presbyterian Española Hospital
Piñon Room
1010 Spruce St, Española, NM 87532

INSTRUCTORES: Joy Czmyrid, MS, FCS, Rio Arriba County; Laura McCann, MS, RDN, LD

PARA REGISTRARSE: Llame a Becca al 575-646-3770 o utiliza el código QR

kitchencreations.nmsu.edu

¡Únase a nosotros para esta serie **GRATUITA** de 4 clases!

- Discute cómo planificar comidas que ayudan a controlar la diabetes.
- Aprenda a cocinar los alimentos de manera más saludable.
- Cuento con el apoyo de otras personas que viven con diabetes.

Proporcionado por:

Diabetes MAPP

Diabetes Management and Prevention Program

NM STATE

BE BOLD. Shape the Future.
College of Agricultural, Consumer and Environmental Sciences



Caminos de Salud
Técnicas para Vivir Mejor



Para obtener más información sobre los programas de **Caminos de Salud NM**, llame a **NMHealth Helpline**:
1-833-SWNURSE (1-833-796-8773)

PRESBYTERIAN
Community Health



Escanee este código QR para visitar nuestro sitio web

La Universidad Estatal de Nuevo México (NMSU) acata las pautas de acción afirmativa de oportunidad equitativa en el empleo y en la educación. Si usted es una persona con una discapacidad y necesita una ayuda o servicio, por favor de llamar 575-646-3770.

Únase a nosotros en esta escuela de cocina

GRATUITA para diabéticos Aprenda cómo controlar su diabetes a través de una alimentación saludable. Aprendemos y cocinamos juntos para preparar comidas deliciosas que se alinean con la dieta para la

diabetes. Se proporcionarán materiales y libros de cocina gratuitos para todos los participantes. Los espacios son limitados y se llenan rápidamente. Escanea el código QR para registrarte.



BE BOLD. Shape the Future.
**College of Agricultural, Consumer
and Environmental Sciences**
Cooperative Extension Service
Rio Arriba County Extension Office

Copyright © 2025 Rio Arriba County Cooperative Extension Service, All rights reserved.

You are clientele of the Rio Arriba Cooperative Extension Service

Our mailing address is:

Rio Arriba County Cooperative Extension Service

Mailing: HCR 77 Box 9

Physical: State Road 554 House #122-A

Abiquiu, NM, NM 87510