



MONDAY LUNES	TUESDAY MARTES	WEDNESDAY MIERCOLES	THURSDAY JUEVES	FRIDAY VIERNES	SATURDAY SABADO
<p>For more information or to sign up for any of these events please call                      Por más información o para inscribirse en cualquiera de estos eventos por favor llame a  <b>Kristen Hall Pudleiner, Wellness Coordinator, at (210)-334-3768</b></p>				1	2
<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>4</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>SSMC</b></p> <p><b>Nutrición Familiar</b>                      Español                      12 pm - 1:30 pm <b>EB</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>5</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>NGE</b></p> <p><b>Parenting Class</b>                      Clase de Padres                      12 pm - 1:30 pm <b>CF</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>6</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>SSMC</b></p> <p><b>YMCA Health Chat</b>                      Charla de Salud de YMCA                      10 am - 11 am <b>YMCA</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>7</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>NGE</b></p> <p><b>Balance and Fall Prevention</b>                      Equilibrio y prevención de caídas                      11 am - 12 pm <b>EB</b></p>	<p><b>Healthy Meal Planning</b><sup>8</sup>                      Planeando comidas saludables                      10 am - 11 am <b>CF</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>9</sup>                      Seguro Médico 9 am - 2 pm  <b>NGE and SSMC</b></p> <p><b>Life's Simple Seven</b>                      Los Sencillos Siete de la Vida                      12 pm - 1 pm <b>SSMC</b></p>
<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>11</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>SSMC</b></p> <p><b>Nutrición Familiar</b>                      Español                      12 pm - 1:30 pm <b>EB</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>12</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>NGE</b></p> <p><b>Parenting Class</b>                      Clase de Padres                      12 pm - 1:30 pm <b>CF</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>13</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>SSMC</b></p> <p><b>Stress Management</b>                      Manejo del estrés                      10 am - 11 am <b>EB</b></p>	<p><b>Insurance Enrollment</b><sup>14</sup>                      Seguro Médico                      8 am - 8 pm <b>NGE</b></p>	<p><b>FINAL DAY! ¡ÚLTIMO DÍA!</b></p> <p><b>Insurance Enrollment</b><sup>15</sup>                      Seguro Médico 8 am - 8 pm  <b>NGE and SSMC</b></p> <p><b>SAFB Healthy Cooking for the Holidays</b>                      Cocina saludable para las fiestas                      10 am - 11 am <b>EB</b></p>	<p><b>YMCA Health Chat</b>                      Charla de Salud de YMCA                      10 am - 11 am <b>YMCA</b></p>
18	19	<p><b>Healthy and Safe Holiday Meals</b><sup>20</sup>                      Comidas Sanas y Seguras para las Fiestas                      10 am - 11 am <b>EB</b></p>	21	22	23
25	26	27	28	29	30
<p><i>Merry Christmas • Feliz Navidad</i></p> <p><b>Come back in January 2018 to make Healthy Resolutions for the New Year!</b>                      ¡Regrese en enero de 2018 para hacer Resoluciones Saludables para el Año Nuevo!</p>					
<p>All CentroMed clinics are Closed today</p>					

**Class Locations**  
 ubicaciones de clase

**EB:** Encino Ballroom  
**SSMC:** Southside Med. Clinic  
**CF:** Centro Fitness

**Southside Health & Wellness Center**  
 3750 Commercial Ave.  
 San Antonio, TX 78221

**YMCA:** Walzem Family YMCA  
 5538 Walzem Rd.  
 San Antonio, TX 78218

**NGE:** Noemí Galván Eling Clinic  
 5542 Walzem Rd.  
 San Antonio, TX 78218