

## Cafecitos



Únase con nosotros para una experiencia única para personas de la mayor edad. Comparte su juicio y aprenda más sobre su salud con compañeros. Este evento es gratuito.

**Todos son bienvenidos incluyendo la familia y cuidadores de las personas de la mayor edad**

Alliance on Aging  
247 Main Street, Salinas

### Fecha y tema:

Martes, 10 de julio, 10 a.m.	Presentación del programa
Martes, 17 de julio, 10 a.m.	Nuestra cocina saludable
Martes, 24 de julio, 10 a.m.	¿Qué es la ansiedad?
Martes, 31 de julio, 10 a.m.	¿Qué es la depresión

**Refrescos recursos y regalos**



Este evento será bilingüe.

**Para confirmar su participación, favor de llamar Natalia Molina al 831-646-5041**

## Coffee Talks



Join us for a unique experience for seniors. Share your wisdom and learn more about your health together. This event is free.

**All are welcome including family members and caretakers**

Alliance on Aging  
247 Main Street, Salinas

### Date and topic:

Tuesday, July 10, 10 a.m.	Overview of the program
Tuesday, July 17, 10 a.m.	Eating healthy
Tuesday, July 24, 10 a.m.	What is anxiety?
Tuesday, July 31, 10 a.m.	What is depression?

**Refreshments resources and gifts**



This event will be offered in Spanish and English.

**To confirm your participation, please call Natalia Molina at 831-646-5041**