



# Take a Step Toward Better Health

Salinas Valley Health invites you to join our physicians and healthcare providers on a monthly walk and talk that will inspire and inform. Let our unique health and wellness programs connect you with your best life.



## Jamil Matthews, MD

Vascular Surgery

**Topic:**

Men's Health  
Awareness

**When:**

Saturday, June 13  
9:00-10:00am

**Where:**

Fort Ord National Monument  
Badger Hills Trailhead  
(Across Highway 68 from Toro Café)

For more information and to reserve your spot,  
call our Health Promotion Department at **831-759-1890**  
or visit [SalinasValleyHealth.com/walkwithadoc](https://SalinasValleyHealth.com/walkwithadoc)



# De un Paso Hacia Una Mejor Salud

Salinas Valley Health le invita a unirse a nuestros médicos y profesionales de la salud en una caminata y charla mensual que le inspirará e informará. Permita que nuestros programas únicos de salud y bienestar le ayuden a conectarse con su mejor vida.



**Jamil Matthews, MD**  
Cirugía Vasculuar

**Tema:**  
Conciencia  
Sobre la Salud  
Masculina

**Fecha:**  
Sábado  
13 de Junio  
9:00-10:00am

**Lugar:**  
Fort Ord National Monument  
Badger Hills Trailhead  
(Al otro lado de la Carretera 68 desde Toro Café)

Para más información y para reservar su lugar, llame a nuestro Departamento de Promoción de la Salud al **831-759-1890** o visite [SalinasValleyHealth.com/walkwithadoc](https://SalinasValleyHealth.com/walkwithadoc)