

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.



Alison Wilson, DO
Family Medicine

Topic:
The Mind-Body
Connection:
Stress & Health

When:
Saturday, March 14
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

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.



Alison Wilson, DO
Medicina Familiar

Tema:

La Conexión
Mente-Cuerpo:
Estrés y Salud

Fecha:

Sábado
14 de Marzo
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 reservar su lugar, llame a nuestro Departamento de Promoción de la Salud al **831-759-1890** o visite **SalinasValleyHealth.com/walkwithadoc**