

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.



Arvind Bhat, MD
Internal Medicine

Topic:
Tips for
Healthy Aging

When:
Saturday, September 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

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.



Arvind Bhat, MD
Medicina interna

Tema:
Consejos para un
envejecimiento
saludable

Fecha:
Sábado 13 de
septiembre
9:00-10:00am

Lugar:
Fort Ord National Monument
Badger Hills Trailhead
(Cruzando 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**