

# Creaciones de Cocina

## ¡Clases de cocina **GRATIS** para el manejo de la diabetes!



### Detalles de la clase

- DIA DE LA SEMANA:** Miercoles
- FECHAS:** 3, 10, 17 y 24 de septiembre
- HORARIO:** 10:00 AM-1:00 PM
- LUGAR:** Del Cerro Community Center  
180 La Fe Ave  
Mesquite, NM 88048
- INSTRUCTORES:** Esther Hernandez  
Judith Chavira-Mendoza
- PARA REGISTRARSE:** Llame al 575-525-6649

[kitchencreations.nmsu.edu](http://kitchencreations.nmsu.edu)

¡Únase a nosotros para esta serie **GRATUITA** de 4 clases!

- Discute cómo planificar comidas que ayudan a controlar la diabetes.
- Aprenda a cocinar los alimentos de manera más saludable.
- Cuento con el apoyo de otras personas que viven con diabetes.

Proporcionado por:

**Diabetes MAPP**

Diabetes Management and Prevention Programs



BE BOLD. Shape the Future.  
College of Agricultural, Consumer and Environmental Sciences



Para obtener más información sobre los programas de **Caminos de Salud NM**, llame a **NMHealth Helpline:**  
1-833-SWNURSE (1-833-796-8773)

**PRESBYTERIAN**  
Community Health



La Universidad Estatal de Nuevo Mexico (NMSU) acata las pautas de acción afirmativa de oportunidad equitativa en el empleo y en la educación. Si usted es una persona con una discapacidad y necesita una ayuda o servicio, por favor de llamar 575-525-6649.

Escanee este código QR para visitar nuestro sitio web