

# Creaciones de Cocina

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



### Detalles de la clase

- DIA DE LA SEMANA:** Martes
- FECHAS:** 5, 12, 19 y 26 de agosto
- HORARIO:** 10:00 AM-1:00 PM
- LUGAR:** La Mesa Community Center  
744 San Jose Rd  
La Mesa, NM 88044
- 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



**Caminos de Salud NM**  
Técnicas para Vivir Mejor



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



**EMPOWERMENT CONGRESS**

Escanee este código QR para visitar nuestro sitio web

