



United States Department of Agriculture

Ikaw Ay Inaanyayahan Na Sumama Sa Amin Sa...



Kumain nang Mahusay, Mabuhay nang Malakas

Magsaya sa mga nakakatuwa at masiglang aktibidades kasama ang ibang mga matatanda! Pag-usapan ang tungkol sa mga madadaling paraan ng paggawa ng mahusay na pagpili ng pagkain at higit na pag-eehersisyo. Alamin kung paano ka maaaring Kumain nang Mahusay at Mabuhay nang Malakas.



Petsa/Oras:

Lugar:

Contact:



United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service

Ang USDA ay isang tagapag-empleyo at tagapagkaloob ng pantay na pagkakataon.

Ang mapagkukunang ito ay isinalin sa tulong ng Los Angeles County Department of Public Health's Nutrition and Physical Activity Program gamit ang mga pondo ng USDA SNAP-Ed.

Ikaw Ay Inaanyayahan Na Sumama Sa Amin Sa...



Kumain nang Mahusay, Mabuhay nang Malakas

Magsaya sa mga nakakatuwa at masiglang aktibidades kasama ang ibang mga matatanda! Pag-usapan ang tungkol sa mga madadaling paraan ng paggawa ng mahusay na pagpili ng pagkain at higit na pag-eehersisyo. Alamin kung paano ka maaaring Kumain nang Mahusay at Mabuhay nang Malakas.



Petsa/Oras:

Lugar:

Contact:



United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service

Ang USDA ay isang tagapag-employo at tagapagkaloob ng pantay na pagkakataon.