



IN PARTNERSHIP WITH



VIRTUAL HEALTH FAIR

FIT FAMILIES FOR LIFE!

Saturday, Sept 25th
11 am - 1 pm

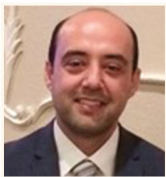
A program to help your family eat healthy, stay active, make better choices and exercise more!



Martha Geraty
MA
ENGLISH



Fatima Malik
MA
COOKING DEMO



Fahim Pirzada
MD
PASHTO



Roula Omary
RDN, SNSC
ARABIC



Neelofar Noori
FNP
DARI/FARSI



Saiqua Nooreen
MD
URDU



Register by September 23rd, 2021

Register at bit.ly/fit-families

or Call (916) 486-8626



د ژوند کولو لپاره مناسبه کورنۍ!

یوه خپرونه چې ستاسو کورنۍ سره مرسته کوي ترڅو سالم خواره، فزیکي فعالیت، غوره انتخاب او ډیر تمرین ولری!

شنبه د سپتمبر ۲۵ مه، له ۱۱-۱ بجې د ماسپین

د ۵۰ ډالرو ډالۍ کارت گټلو چانس!
نوم لیکنه د ۲۰۲۱ سپتمبر تر ۲۳ مې پورې

عائلة صحية مدى الحياة!

برنامج لمساعدة عائلتك على تناول الطعام الصحي، والبقاء نشيط، مساعدتك في اختيارات أفضل وممارسة الرياضة.

السبت، ۲۵ سبتمبر من الساعة ۱۱ صباحاً وحتى الساعة ۱

إشترك معنا قبل ۲۳ سبتمبر للحصول على فرصة للفوز
ببطاقة هدية بقيمة ۵۰ دولار

خانواده مناسب برای زندگی!

یک برنامه کمک به خانواده شما جهت تغذیه سالم، داشتن فعالیت فزیکي، انتخاب بهتر و ورزش بیشتر!

شنبه ۲۵ سپتمبر، ساعت ۱۱-۱ بعد از ظهر

شانس برنده شدن هدیه ۵۰ دلاری!
ثبت نام الی ۲۳ سپتمبر ۲۰۲۱

زندگی بھر کے لئے صحت مند خاندان!

صحت مند کھانے، فعال زندگی گزارنے، بهتر غذا کا انتخاب کرنے، اور ورزش کرنے کے لئے MAS-SSF ایک پروگرام پیش کر رہا ہے

ہفتہ، ۲۵ ستمبر - صبح ۱۱ بجے سے ۱ بجے تک۔

۵۰ ڈالر کا گفٹ کارڈ جیتنے کا موقع!
۲۳ ستمبر ۲۰۲۱ تک رجسٹر کریں۔



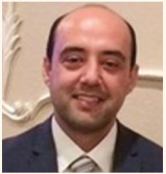
Martha Geraty
MA
ENGLISH



Fatima Malik
MA
COOKING DEMO



Roula Omary
RDN, SNSC
عربي



Fahim Pirzada
MD
پښتو



Neelofar Noori
FNP
دری/فارسی



Saiqua Nooreen
MD
اردو

Register at bit.ly/fit-families
or Call (916) 486-8626

