

EL ESTUDIO MENTES POSITIVAS

CUERPOS FUERTES

Para saber más,
por favor póngase
en contacto con:

Lauren Wagner,
*Coordinadora del
Proyecto*

(617) 724-1237

lwagner@charesearch.org



¡Aprenda nuevas maneras de manejar el estrés, mejorar la salud física y llevar una vida más feliz!

Cambridge Health Alliance invita a adultos mayores de 60 años a participar en un nuevo estudio de investigación para ayudar a adultos mayores a llevar vidas más felices y sanas.

Aquellos que sean elegibles podrían recibir:

- ❖ Sesiones individuales semanales para ayudarle a aprender nuevas maneras de manejar el estrés y los problemas en su vida.
- ❖ 3 clases de ejercicio en grupo por semana para desarrollar fortaleza muscular y promover la salud física

Usted pudiera recibir hasta \$110 en tarjetas de regalo.