

SPANISH

CULINARY HEALTHierU le dará:
Un nutriólogo/dietista certificado
que le enseñará cómo escoger
alimentos más saludables. Así
también podrá mantener un
mejor peso.



Lo que necesita hacer para comenzar:

Visite a su doctor. Él le examinará. Si
califica para el programa entonces su
doctor le referirá con un nutriólogo/
dietista. Este programa está disponible
para usted, su cónyuge y cualquier
hijo(a) dependiente de 6 años o
mayor.

Para más información llame a
la Línea de Bienestar al
702-892-7313, opción #4.

TAGALOG

Ang CULINARY HEALTHierU ay nagbibigay
ng:

isang sertipikado'ng nutrisyunista/
dietician na magtuturo sa iyo kung paano
ang pagpili ng malusog na mga
mapagpipili'a ng pagkain at panatilihin ang
isang malusog na timbang.



Ano ang kailangan mo'ng gawin:

Makipagkita sa iyong manggagamot. Ang
iyong manggagamot ay gagawa ng isang
pagtingin doon sa kanilang opisina at
isasangguni ka sa isang dietician/
nutrisyunista kung natugunan mo ang mga
kwalipikasyon sa programa. Ito ay
magagamit mo, ng iyong asawa, at ng
iyong mga sustentado'ng may edad 6 na
taon at mas matanda pa.

Para sa iba pang impormasyon,
tawagan ang Linya ng Wellness sa
702-892-7313, piliin ang #4.



CULINARY HEALTHierU

Created with
dedication
to get you healthy
and keep you healthy!



ENGLISH

Do
you want to slim
down and eat better?
Have you tried different
diets and none of them worked
for you? Have you talked to your
doctor about how to get healthy?
Seeing your doctor is the first
step to becoming a healthier,
better, you.

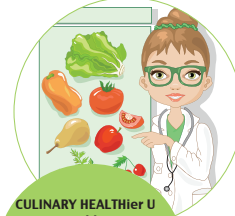
SPANISH

¿Quiere
adelgazar y comer
mejor? ¿Ha intentado
diferentes dietas pero
ninguna le ha funcionado? ¿Ha
hablado con su doctor sobre
como estar más saludable?
Una visita con su doctor es
el primer paso para estar
mejor y más
saludable.

TAGALOG

Nais
mo ba'ng
magpapayat at kumain
ng mahusay? Nasubukan
mo na ang iba'ibang mga
diyeta at wala isa man ang
umubra para sa iyo? Ang
pakikipagkita sa iyong
manggagamot ang unang
hakbang patungo sa
iyong pagpapabuti at
pagiging malusog.

ENGLISH



CULINARY HEALTHier U
provides:

a certified nutritionist/dietician
who will teach you how to
choose healthier food options
and keep a healthy weight

What do you need to do:

See your doctor. Your doctor will do a
screening in their office and refer you to a
dietician/nutritionist if you meet the
program qualifications. This is available to
you, your spouse, & your dependents age 6
years and older.

For more information call the Wellness Line
at 702-892-7313, option #4.



1901 Las Vegas Blvd. South Suite 101
Las Vegas, NV 89104
702-733-9938
www.culinaryhealthfund.org