

RECORRIDO DE MERCADO

¿Está interesado en saber qué alimentos de una tienda serían de mejor beneficio para su salud? Nuestro equipo de Educación para la Salud esta ofreciendo recorridos en la tienda de Rancho San Miguel, en donde podra aprender cómo elegir alimentos ricos en nutrientes, leer etiquetas de información nutricional, y hacer preguntas sobre los alimentos que usted consume.

Recorrido GRATUITO de una hora facilitado por una Educadora de Salud, en Rancho San Miguel Markets.

 **Rancho San Miguel Markets**
1410 E Yosemite Ave, Madera CA 93638

Fechas del Recorrido - Martes

Ene: 9 & 16

Feb: 6 & 13

Mar: 5 & 12

Abr: 2 & 9

Mayo: 7 & 14

Jun: 4 & 11

Jul: 9 & 16

Ago: 6 & 13

Sep: 3 & 10

Oct: 1 & 8

Nov: 5

Dic: 3

Recorridos seran
10:00 - 11:00 a.m.

Reciba una tarjeta de regalo
de \$25

**LLAME HOY PARA
PROGRAMAR SU RECORRIDO!**

Appointment Types:
HEDM Grocery Tour ENG
HEDM Grocery Tour SP

GROCERY STORE TOUR

Are you interested in learning what food items from a grocery store would benefit your health the most? Our Health Education team is now offering grocery store tours to build nutrient dense meals and snacks, learn about nutrition facts labels, and ask nutrition related questions about food items you shop for.

FREE One-hour grocery store tour facilitated by a Health Educator, at Rancho San Miguel Markets.

 **Rancho San Miguel Markets**
1410 E Yosemite Ave, Madera CA 93638

Tour Dates -Tuesdays

Jan: 23 & 30

Feb: 20 & 27

Mar: 19 & 26

Apr: 16 & 23

May: 21 & 28

Jun: 18 & 25

Jul: 23 & 30

Aug: 20 & 27

Sep: 17 & 24

Oct: 15 & 22

Nov: 19

Dec: 17

Tours will be
10:00 - 11:00 a.m.

Receive a
\$25 Gift Card



**CALL TODAY TO
RESERVE YOUR SPOT!**

Appointment Types:
HEDM Grocery Tour ENG
HEDM Grocery Tour SP

Rev. 6/2023

