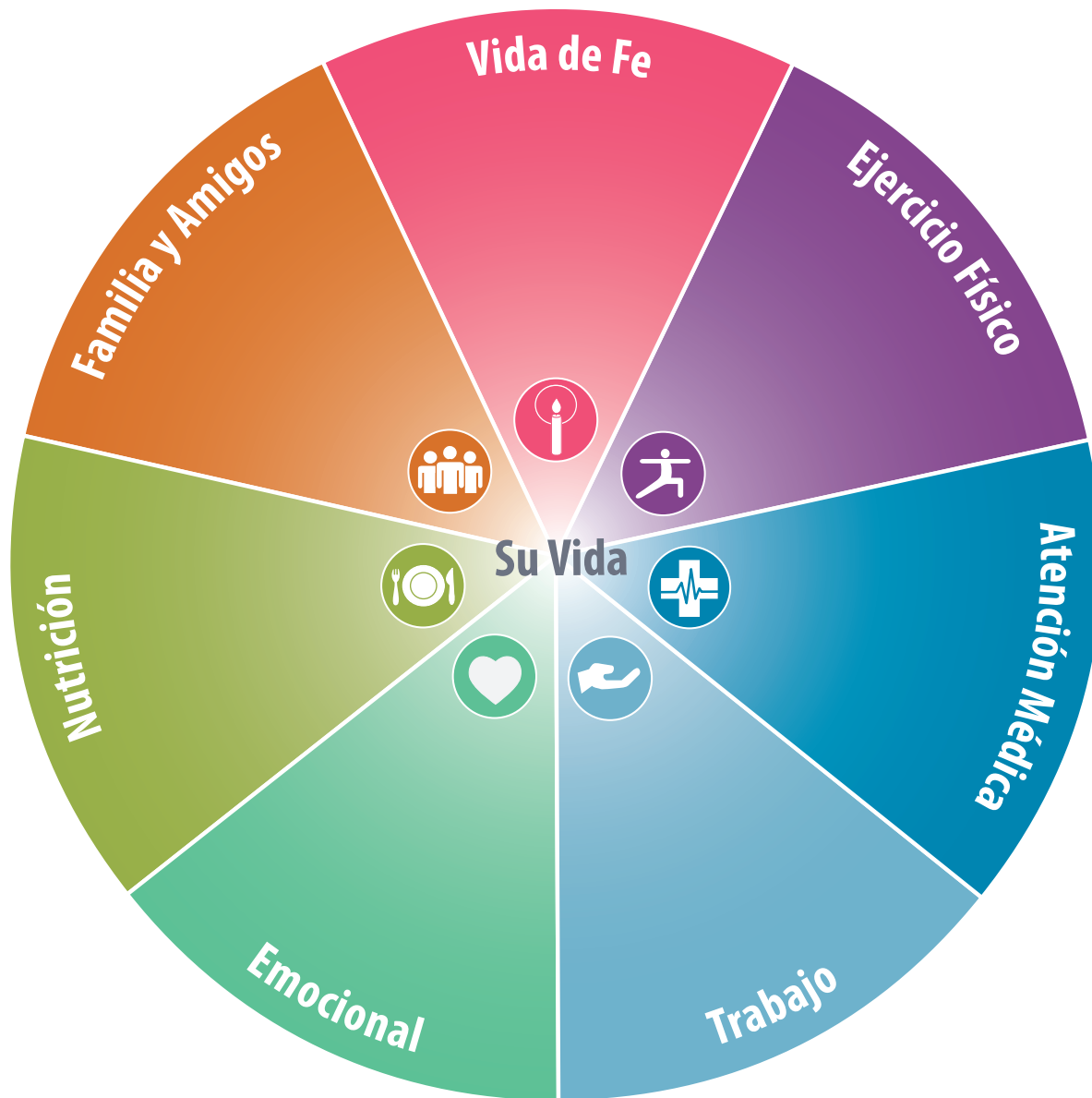


The Church Health Center

Modelo para una Vida Saludable



Vida de Fe

Establecer una relación con Dios, sus vecinos y usted mismo.



Ejercicio Físico

Descubrir maneras de disfrutar la actividad física.



Atención Médica

Colaborar con su médico para manejar su atención médica.



Trabajo

Apreciar sus habilidades, talentos y dones.



Emocional

Manejar el estrés y entender sus sentimientos para mejorar el cuidado de sí mismo.



Nutrición

Seleccionar alimentos saludables y desarrollar hábitos alimenticios saludables.



Familia y Amigos

Dar y recibir apoyo a través de relaciones.