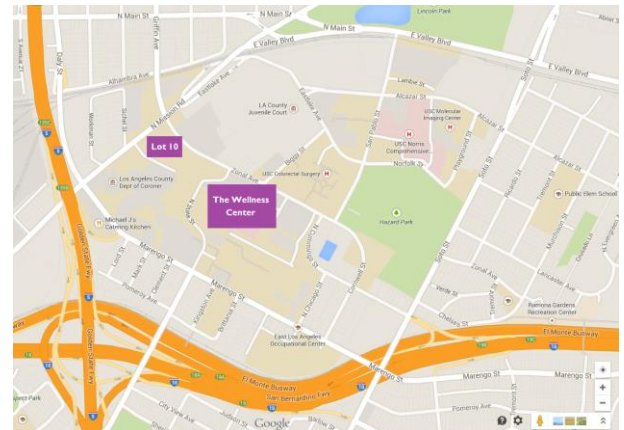


The Keck School of Medicine Primary Care Program (PCP) is collaborating with the Los Angeles County Wellness Center to provide nutrition, pre-diabetic and diabetic health classes. Learn how to prepare a healthy meal alongside a nutrition chef and medical students. Get recipes, nutrition tips and a healthy, tasty lunch. Classes are with USC students, faculty and Chef Pablo



- Tuesday, September 11, 2018 My Plate
- Tuesday, September 18, 2018 Protein
- Tuesday, September 25, 2018 Fats
- Tuesday, October 2, 2018 Carbohydrates
- Tuesday, October 16, 2018 Fruit & Vegetables
- Tuesday, October 23, 2018 Sugary Beverages
- Wednesday, November 7, 2018 Portions
- Tuesday, November 13, 2018 Healthy Snacks
- Tuesday, November 20, 2018 Food Label
- Tuesday, November 27, 2018 Hemoglobin A1c and Cholesterol
- Wednesday, January 9, 2019 Diabetes Day
12-3pm



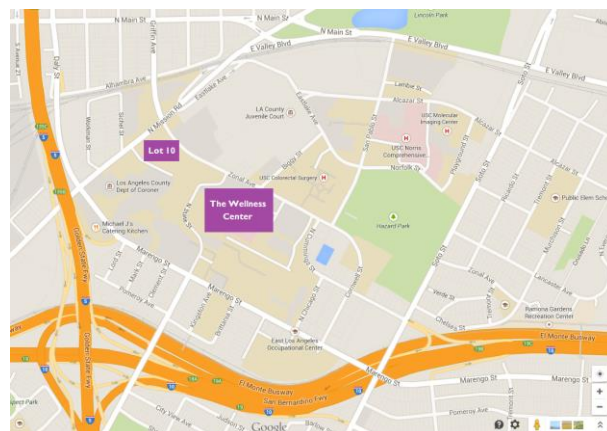
Classes are 12-1:15 pm



El Primary Care Program (PCP) de la Escuela de Medicina de Keck está colaborando con Los Angeles County Wellness Center para proporcionar clases de nutrición, diabetes pre-diabética y salud diabética. Aprenda a preparar una comida saludable junto con un chef de nutrición y estudiantes de medicina. Obtenga recetas, consejos de nutrición y un almuerzo saludable y sabroso. Las Clases son con los estudiantes y profesores de USC y Chef Pablo



<u>Martes, Septiembre 11, 2018</u>	<u>Mi Plato</u>
<u>Martes, Septiembre 18, 2018</u>	<u>Proteína</u>
<u>Martes, Septiembre 25, 2018</u>	<u>Grasas Saludables</u>
<u>Martes, Octubre 2, 2018</u>	<u>Carbohidratos</u>
<u>Martes, Octubre 16, 2018</u>	<u>Frutas & Verduras</u>
<u>Martes, Octubre 23, 2018</u>	<u>Bebidas Azucaradas</u>
<u>Miércoles, Noviembre 7, 2018</u>	<u>Porciones</u>
<u>Martes, Noviembre 13, 2018</u>	<u>Bocadillos Saludables</u>
<u>Martes, Noviembre 20, 2018</u>	<u>Etiquetas de Los Alimentos</u>
<u>Martes, Noviembre 27, 2018</u>	<u>Hemoglobina A1c y Colesterol</u>
<u>Miércoles, Enero 9, 2019</u>	<u>Día de la Diabetes</u>
	<u>12-3pm</u>



Clases son de las
12-1:15 pm

