

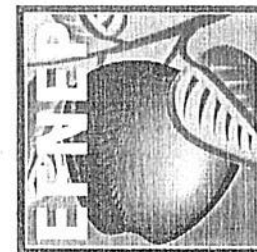
**Free Adult  
 Nutrition Classes**

**Clases de nutrición  
 ¡Gratis!**

Travis Heights Elementary  
 School  
 Are you interested in taking  
 Nutrition classes?



Travis Heights Elementary  
 School  
 Estas interesado en tomar  
 classes de nutricion gratis?



For more information:  
 Contact Susana Rodriguez at  
 512-414-4495

**INVITE YOUR  
 FRIENDS AND  
 FAMILY!**

Para mayor información:  
 Contacta a Susana Rodriguez al  
 (512) 414-4495

**¡INVITA A TUS  
 AMIGOS Y  
 FAMILIARES!**

Walk  
 yourself  
 healthy.

- INCLUDES:**
- FREE SESSION BOOKLETS
  - FREE RECIPES
  - FOOD DEMONSTRATION
  - INCENTIVES FOR ATTENDANCE
  - COMPLETION CERTIFICATE
  - PRIZE FOR PERFECT ATTENDANCE

Children are welcome.



Camina  
 para tu  
 salud.

- INCLUYE:**
- FOLLETOS DE LA CLASE
  - RECETAS
  - DEMOSTRACIÓN DE COMIDA
  - INCENTIVOS POR SU ASISTENCIA
  - CERTIFICADO AL COMPLETAR
  - PREMIO POR ASISTENCIA PERFECTA

Puede traer a sus niños.



**EFNEP Mission:**

To assist families and youth with limited resources in making simple changes in eating behaviors so that over time, healthy choices become healthy habits

**Misión de EFNEP:**

Ayudar a familias de recursos limitados a hacer cambios sencillos en su alimentación, para que las alternativas saludables se hagan hábitos saludables.