



**AIRE LIBRE-CUIDADO PERSONAL**

**COMIDA GRATIS**



**SALUD MENTAL**



**COMUNIDAD**



# TAI CHI

## Y DESAYUNO EN EL PARQUE

EXPERIMENTE LOS MOVIMIENTOS SUAVES Y LA  
ATMOSFERA SERENA MIENTRAS UN INSTRUCTOR  
NOS GUIA A TRAVES DE LA PRACTICA DE TAI CHI.

**21 DE MARZO**

**WILMA CHAN PARK**

**9AM**



**mentalhealth**  
ASSOCIATION OF ALAMEDA COUNTY

**RSVP aquí!**



**alameda county**  
**behavioral health**  
MENTAL HEALTH & SUBSTANCE USE SERVICES