



**Gold Coast
Health Plan**SM
A Public Entity

KIDS CLUB



What is it?

GCHP Kids Club includes healthy tips, food tastings, giveaways, Zumba, family activities and more!

Where?

San Cayetano Elementary School
514 Mountain View St.
Fillmore, CA 93015



For more information, contact:
JoAnn Torres
(805) 981 - 5213
JoAnn.Torres@ventura.org

Dates & Times

Tuesday's
November 6 - December 4
5:30 - 7:00 p.m.



Activities

- Family Zumba
- Healthy food tasting



Things to Remember

- Wear comfortable clothes & shoes.
- All family members are welcomed.
- **Have fun!**

Week	Dates	Topic
1	November 6, 2018	"How Much Do I Need?"
2	November 13, 2018	"Fixin' Fruit and Veggies"
3	November 20, 2018	"Choosing Healthy Beverages"
4	November 27, 2018	"Salt and Sodium"
5	December 4, 2018	"Power Up Challenge"

This project is funded in part by Gold Coast Health Plan (GCHP) and will benefit primarily Medi-Cal members residing in Ventura County.



**Gold Coast
Health Plan**SM
A Public Entity

KIDS CLUB



¿Qué es?

GCHP Kids Club incluye consejos de salud, probar comidas saludables, premios, Zumba, actividades familiares y mucho mas.

¿Donde?

San Cayetano Elementary School
514 Mountain View St.,
Fillmore, CA 93015



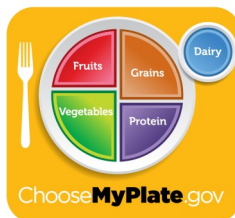
Para mas información:
JoAnn Torres
(805) 981-5291
JoAnn.Torres@ventura.org

Fechas y Horarios

Los Martes

Noviembre 6 - Diciembre 4

5:30 - 7:00 p.m.



Actividades

- Zumba para la familia
- Probar comidas saludable



Recuerda

- Vestir ropa y zapatos cómodos.
- Todo los miembros de la familia son bienvenidos.
- **¡Que se diviertan!**

Semana	Fechas	Tema
1	6 de Noviembre de 2018	“¿Cuánto Necesito?”
2	13 de Noviembre de 2018	“Preparando Frutas y Verduras”
3	20 de Noviembre de 2018	“Elegir Bebidas Saludables”
4	27 de Noviembre de 2018	“Sal y Sodio”
5	4 de Diciembre de 2018	“¡Ponte Fuerte!”

Este proyecto es financiado en parte por Gold Coast Health Plan (GCHP) y beneficiará principalmente a los miembros de Medi-Cal que residen en el Condado de Ventura.