



You're Invited to
Creating A Community of Healthy Bodies & Healthy Minds

Saturday, October 26 • 10:30AM to 2PM

(Registration from 10:30- 11am)

The Hartford Public Library, 500 Main Street, Hartford

Parents and caregivers play a key role in not only making healthy choices for children, but also teaching children how to make healthy choices for themselves. Come join us as Hartford Hospital's Young Leaders Advisory Council teams up with CookingMatters.org at the Hartford Public Library for **a FREE event where you can:**

- Learn how to live a healthier life by eating and cooking healthy
- Activities for adults and children!
- Have the opportunity to participate in hands on cooking/food preparation activities
- Speak to Hartford Hospital's Take Charge of Your Health team who will be performing health screenings and providing education
- Collect easy healthy recipes to take home and try!
- Purchase healthy great tasting food at the new Billings Forge Café
- Plus more!

Don't have a library card?

Apply for one online or at the event: <http://hplct.org/using-your-library/get-library-card>

This event is sponsored by:



In partnership with:



Se lo(a) invita

a Creando una comunidad de cuerpos sanos y mentes sanas

Sábado, 26 de octubre • 10:30AM to 2PM

(Inscripción de 10:30 a 11:00 a.m.)

La Biblioteca Pública de Hartford, 500 Main Street, Hartford

Los padres y cuidadores juegan un papel fundamental no solo en hacer elecciones saludables para los niños, sino también enseñándoles para que ellos hagan sus propias elecciones saludables. Venga con nosotros, el Consejo Asesor de Jóvenes Líderes de Hartford Hospital se asocia a CookingMatters.org en la Biblioteca Pública de Hartford para **un evento GRATUITO en el que usted podrá:**

- Aprender cómo vivir una vida más saludable al comer y cocinar de manera saludable
- ¡Actividades para adultos y niños!
- Tener la oportunidad de participar en actividades prácticas para cocinar/preparar alimentos
- Hablar con el equipo "Take Charge of Your Health" (Hágase cargo de su salud) de Hartford Hospital, quienes harán cernimientos de salud y educarán
- ¡Recopilar recetas saludables fáciles para llevarse a casa y probar!
- Comprar alimentos saludables sabrosos en el nuevo Billings Forge Café
- ¡Y más!

¿No tiene una tarjeta de la biblioteca?

Solicite una en línea o en el evento: <http://hplct.org/using-your-library/get-library-card>

The event is sponsored by:



In partnership with:

