

Together in...

health

*"choose to
make a difference"*



Take control of your asthma! **Come to a free class!**

Do you need help controlling your asthma or your child's asthma?

Then come learn about:

- **Common asthma symptoms and triggers**
- **The difference between controller and rescue medications**
- **How to manage your asthma symptoms**
- **How to respond to an asthma emergency**
- **How to use an Asthma Action Plan**

When and Where?

Classes are offered every month. To learn about class dates, times and locations, call **(661) 632-1590** (Bakersfield) or **1-800-391-2000** (outside of Bakersfield) and ask for the Health Education Department.

Space is limited. Call to reserve your space in the class.

800-391-2000
kernfamilyhealthcare.com



Juntos en...
salud
"elija hacer
una diferencia"



¡Tome el control de su asma! ¡Venga a una clase gratis!

¿Necesita ayuda para controlar su asma o el asma de su niño?

Entonces venga a aprender acerca de:

- Los síntomas y agitadores comunes del asma
- La diferencia entre los medicamentos para control a largo plazo y alivio rápido
- Cómo manejar los síntomas del asma
- Cómo responder a una emergencia de asma
- Cómo utilizar un plan de acción para el asma

¿Cuándo y dónde?

Las clases se ofrecen cada mes. Para más información sobre los lugares, fechas, horarios de las clases, llame al **(661) 632-1590** (Bakersfield) o **1-800-391-2000** (fuera de Bakersfield) y pregunte por el Departamento de Educación de Salud.

El espacio en la clase es limitado. ¡Llame hoy para reservar su espacio!



800-391-2000
kernfamilyhealthcare.com

