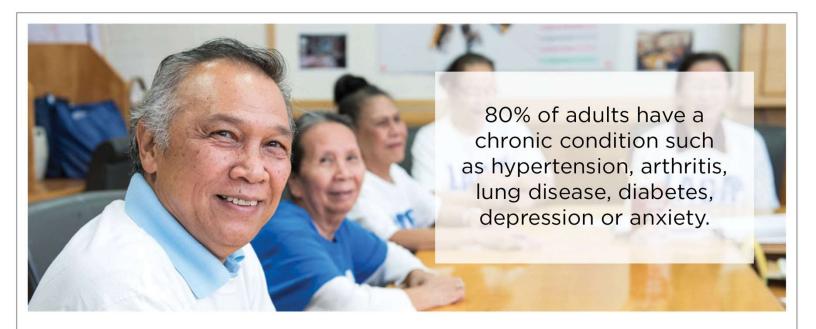


Living Well with Chronic Conditions



Managing your chronic condition can improve your health and quality of life.

Participants make weekly action plans, share experiences and help each other solve problems as they carry out their plans.

Topics include nutrition, exercise, medication use, pain management, emotions and communicating with medical providers.

For information or to register, contact:

Contact: Kinnarone Pimpadubsee

612-767-1684

ການຄູ້ມຄອງພາວະ ໂຣກເຮື້ອຮັງຂອງທ່ານສາ ມາດປັບປຸງສຸຂພາບແລະຄຸນນະພາບຊີວິດ ຂອງທ່ານ.

ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເຮັດແຜນປະຈຳອາທິດ, ແລກປ່ຽນ ປະສົບການແລະຊ່ວຍເຫຼືອເຊິ່ງກັນໃນການແກ້ ໄຂບັນຫາຕ່ຳໆ

ຫົວຂໍ້ຕ່າງໆມີ ໂພຊານະການ, ການອອກກຳ ລັງກາຍ, ການໃຊ້ຢາ, ການຈັດການຄວາມເຈັບ ປວດ, ອາຣົມ, ແລະການຊື່ສານກັບຜູ້ໃຫ້ບໍຣິ ການທາງການແພດ.

ຖ້າຕ້ອງການຈົດຊື່ເຂົ້າຣຽນ ຕິດຕໍ່ຫາ ນາງກິນນາຣອນ ພີມພະດັບສີ 612-767-1684

Juniper is a statewide network that helps people manage chronic health conditions, prevent falls, and foster well-being.

yourjuniper.org
Toll Free 1.855.215.2174

GRAND OF STREET

