



BE HEALTHY. BE SAFE. BE READY.

Chương trình được bảo trợ bởi:



Có sự tham khảo với:

CLUES

(Comunidades Latinas Unidas En Servicio)

MAAATEN

(Minnesota African American / African Tobacco Education Network)

STEEP

(Statewide Tobacco Education & Engagement Project)

Để biết thêm thông tin về chứng béo phì, vào trang

www.echominnesota.org

Để có một DVD về chương trình này, vui lòng gửi điện thư với tên và địa chỉ của quý vị, gồm cả số vùng về centerinfo@bluecrossmn.com.

Nếu muốn, quý vị có thể để lại lời nhắn trong phone với cùng một thông tin tại số **1-800-760-0052 (miễn phí)**.

Để biết thêm thông tin về sinh hoạt của ECHO, liên hệ với:

Lillian McDonald, *Executive Director*
c/o Association of Minnesota Counties
125 Charles Avenue, Saint Paul, MN 55103
651-789-4342, info@echominnesota.org
www.echominnesota.org



Chứng Béo Phì và Sức Khỏe Quý Vị

Sự nguy hiểm của việc quá nặng ký (cân) và cách sống lành mạnh

Quý vị không muốn mình trở nên kém vui hay kém sức khỏe. Nhưng quý vị có biết rằng việc quá nặng ký sẽ khiến cho cả người lớn lẫn trẻ em mang bệnh?

ECHO (Tiếp Cận Trong Trường Hợp Khẩn Cấp, Y Tế và Cộng Đồng) hân hạnh giới thiệu một chương trình TV đặc biệt sẽ cung cấp cho khán giả những thông tin quan trọng về những nguy hiểm cho sức khỏe liên quan đến chứng béo phì và những thói quen cả người lớn lẫn trẻ em cần giữ để có được một trọng lượng lành mạnh và duy trì được trọng lượng ấy.

Chương trình đặc biệt này sẽ được phát hình bằng 7 ngôn ngữ trên Đài Minnesota **tpt**.

**Chủ Nhật,
1 tháng Năm:**

Tiếng Tây Ban Nha – 7 giờ tối
Tiếng Hmong – 7:20 tối
Tiếng Somali – 7:40 tối

**Chủ Nhật,
8 tháng Năm**

Tiếng Việt – 7 giờ tối
Tiếng Lào – 7:20 tối
Tiếng Khmer – 7:40 tối

**Chủ Nhật,
15 tháng Năm:**

Tiếng Anh (phụ đề) – 7 giờ tối

Khán giả sẽ được học hỏi về những chứng bệnh gây ra bởi chứng béo phì, cách chọn lựa thức ăn lành mạnh với giá rẻ, về những sinh hoạt ngăn ngừa chứng béo phì, và cách tìm kiếm những thông tin hữu ích cho cá nhân và gia đình.

Chương trình "Chứng Béo Phì và Sức Khỏe của Quý Vị" cũng được trình chiếu bằng nhiều ngôn ngữ có phụ đề tiếng Anh dành cho những người điếc hoặc lảng tai tại www.echominnesota.org.

