



Heart Health Workshop



This workshop will be presented by the Ocean County Health Department on November 13th, 2025, from 11:30am to 12:30pm. This workshop will discuss what heart disease is, the risk factors and preventions, knowing what their numbers are and what their numbers mean in regards to their blood pressure, cholesterol, blood sugar and how to live a healthy lifestyle.

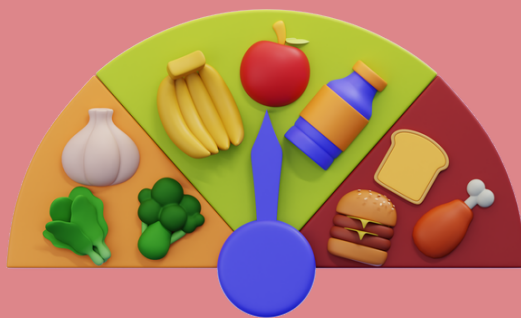
The meeting will be held via Zoom

Meeting ID: 832 1921 5120

Meeting Password: Heart



+To learn more about this workshop, feel free to call Catherine at 609-731-0972, Santos at 609-358-2436, and Jessica at 609-940-9929



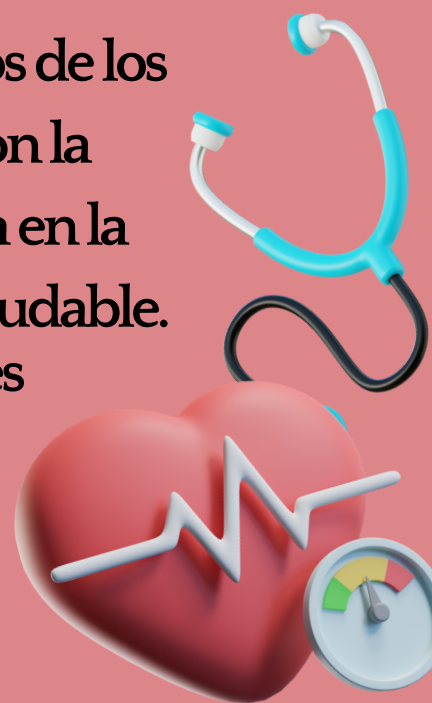
Taller sobre la salud del corazón



Este taller será presentado por el Departamento de Salud del Condado de Ocean el 13 de noviembre del 2025, de 11:30am a 12:30pm. En este taller se explicará qué son las enfermedades cardíacas, sus factores de riesgo y cómo prevenirlas, cómo entender los resultados de los análisis y qué significan en relación con la presión arterial, el colesterol y el glucosa en la sangre, y cómo llevar un estilo de vida saludable. La reunión se llevará a cabo a través de Zoom.

ID de la reunión: 832 1921 5120.

Contraseña: Heart.



- ☎ Para obtener más información sobre este taller, no dude en llamar a Catherine al 609-731-0972, a Santos al 609-358-2436 y a Jessica al 609-940-9929.