

# Madrinas Program

**BETTER HEART HEALTH FOR LATINO WOMEN**

**Tuesday, February 12 | 5:30 - 8:00 pm**

Heart disease is the leading cause of death among Latinos, according to the American Heart Association. Learn how to improve your heart health at this FREE event designed for bilingual Latino women.



**Presence**<sup>SM</sup>  
Mercy Medical Center



## Heart Healthy Screenings and Lectures

- **Tuesday, February 12**
- **5:30 - 6:30 pm**  
*Registration, refreshments and screenings*
- **6:30 - 8:00 pm**  
*Program*
- **Presence Mercy Medical Center**  
*Formerly Provena Mercy Medical Center*  
1325 North Highland Ave.  
Aurora, IL 60506
- **Cost: Free**

### TOPICS INCLUDE:

- Know your numbers: blood pressure, cholesterol, glucose
- Healthy eating and exercise
- Understand heart disease, stroke and diabetes
- Behaviors and risk factors
- Reduce your risk
- Finding health care resources including doctors, free screenings and treatment

### SCREENINGS INCLUDE:

- Blood Pressure
- Weight and BMI
- Waist Circumference
- Diabetes Risk Screening

**Space is limited and registration is required by calling:  
866-PROVENA (1-866-776-8362)**

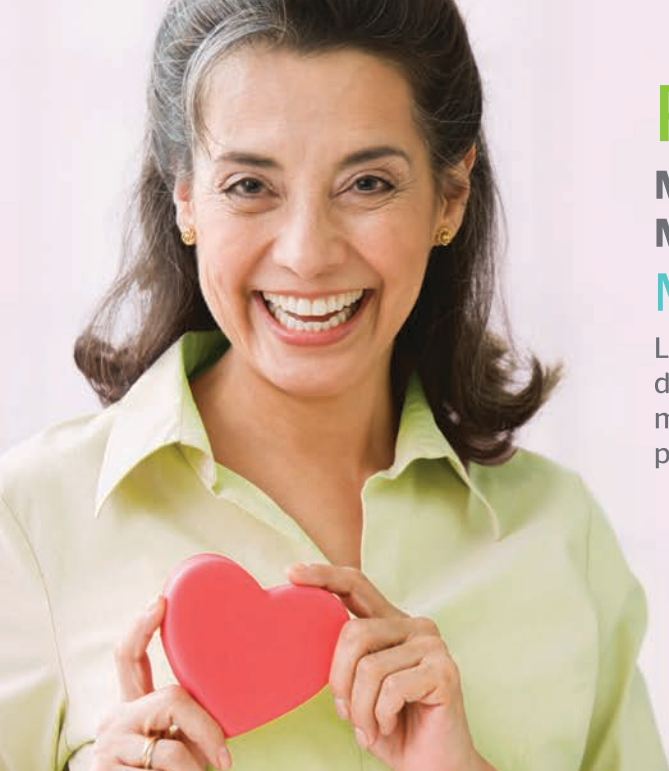
### MORE ABOUT THE MADRINAS PROGRAM:

Brought to you by Presence Mercy Medical Center and the American Heart Association, committed to eliminating heart disease as the leading cause of death for Latinos.

We conduct free programs in comfortable settings using language that is most comfortable for participants, whether that be Spanish, English or a combination of both.

Our heart health ambassadors can provide programs in your home with friends and family, come to your organization or invite you to a meeting here on the Presence Mercy campus.

For more information on how to attend an event or organize an event for your group, call toll free **866-PROVENA (1-866-776-8362)** or visit **www.provena.org/mercy/madrinas**.



# Programa de Madrinas

**MEJORAR LA SALUD DEL CORAZÓN EN LAS MUJERES LATINAS**

**Martes 12 de Febrero | 5:30 - 8:00 pm**

La cardiopatía es la causa principal de la muerte entre los latinos, de acuerdo a la Asociación Americana del Corazón. Aprenda cómo mejorar la salud de su corazón en este evento GRATUITO diseñado para mujeres latinas bilingües.



**Presence**<sup>SM</sup>

Mercy Medical Center



## Pruebas y charlas para poseer un corazón saludable

- **Martes 12 de Febrero**
- **5:30 - 6:30 pm**  
*Inscripción, refrigerios y pruebas gratuitas*
- **6:30 - 8:00 pm**  
*Presentación*
- **Presence Mercy Medical Center**  
*Provena Mercy Medical Center*  
1325 North Highland Ave.  
Aurora, IL 60506
- **Costo: Gratuito**

### LOS TEMAS INCLUYEN:

- Conocer sus números de: la presión arterial, el colesterol, la glucosa
- La alimentación saludable y el ejercicio
- Entender lo que es la cardiopatía, el derrame cerebral y la diabetes
- Los comportamientos y los factores de riesgo
- Maneras de reducir el riesgo
- Encontrar recursos para el cuidado de la salud incluyendo doctores, pruebas gratuitas y tratamiento

### ESTAS PRUEBAS INCLUYEN:

- Presión arterial
- Peso e índice de masa corporal (BMI por sus siglas en inglés)
- Circunferencia de la cintura
- Evaluación para los riesgos de la diabetes

**El cupo es limitado y es necesario registrarse llamando al:  
866-PROVENA (1-866-776-8362)**

### MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL PROGRAMA DE MADRINAS:

Es presentado a usted por Presence Mercy Medical Center y la Asociación Americana del Corazón, en un compromiso conjunto para eliminar la cardiopatía como la causa principal de la muerte entre los latinos.

Estos programas gratuitos se llevan a cabo en ambientes agradables utilizando el idioma que se adapte mejor para los participantes, ya sea el español, el inglés o una combinación de ambos.

Nuestros embajadores para la salud del corazón pueden proporcionarle programas en su hogar con la familia y amistades, visitarle en su organización o invitarle a una reunión aquí en el campus de Presence Mercy.

Para más información de cómo asistir a un evento u organizar un evento para su grupo, llame sin costo alguno al **866-PROVENA (1-866-776-8362)** o visite [www.provena.org/mercy/madrinas](http://www.provena.org/mercy/madrinas).