



Join us for virtual asthma classes!

You'll learn about:

- Asthma symptoms
- How to reduce triggers at home
- Proper use of asthma medications and tools
- How to live a clean air lifestyle

When and where?

- Join our classes on [GoToMeeting.com](https://www.gotomeeting.com) or download the GoToMeeting App.
- Find the class schedule at [kernfamilyhealthcare.com](https://www.kernfamilyhealthcare.com).
- To sign up, call us at **1-800-391-2000** and ask for the Health Education Department.

KFHC members: Earn a \$15 Walmart, Target, Home Depot, Lowe's, or Amazon gift card for each class!



Kern Family Health Care complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

ATTENTION: If you speak a language other than English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-391-2000 (TTY: 711)

注意: 如果您使用繁體中, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-391-2000 (TTY: 711)。



¡Acompáñenos a clases virtuales de asma!

Usted aprenderá sobre:

- Los síntomas del asma
- Cómo reducir los desencadenantes en su hogar
- El uso adecuado de medicamentos y herramientas para el asma
- Cómo vivir un estilo de vida con aire limpio

¿Cuándo y dónde?

- Únase a nuestras clases en [GoToMeeting.com](https://gotomeeting.com) o baje la aplicación de GoToMeeting.
- Encuentre el horario de las clases en kernfamilyhealthcare.com.
- Para registrarse, llámenos al **1-800-391-2000** y pregunte por el Departamento de Educación de Salud.

Miembros de KFHC: ¡Gánense una tarjeta de regalo de \$15 para Walmart, Target, Home Depot, Lowe's, o Amazon por cada clase!



Kern Family Health Care cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-391-2000 (TTY: 711)

注意: 如果您使用繁體中, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-391-2000 (TTY: 711)。