

## Como asistir Clase de Nutricion por medio de Ring Central – Octubre 2020

**Computadora / Telefono Inteligente / Tableta:** En el navegador de internet escribe: [ringcentral.com](http://ringcentral.com), Join a meeting, introduzca el ID de la reunion y contraseña

**Por Telefono :** Marque el numero de telefono, introduzca el ID de la Reunion, presione #

**Aviso:** Cargos de datos pueden aplicar dependiendo del plan de datos con su proveedor de servicio de internet

### Manejo del Estrés y La Nutrición

- Jueves, 8 de Octubre  
2:30 – 3:30 PM

**ID de la reunión: 148 142 7903**  
**Contraseña: 136434**

No tienes computadora o teléfono inteligente?

Únete por llamada telefónica marcando:  
1 213 250 5700

ID de la reunión: 148 142 7903 #  
Luego oprime # para entrar como participante  
Contraseña: 136434

### Que es lo que quieres?

- Miercoles, 14 de Octubre  
2:30 – 3:30 PM

**ID de la reunión: 149 890 7294**  
**Contraseña: 463150**

No tienes computadora o teléfono inteligente?

Únete por llamada telefónica marcando:  
1 213 250 5700

ID de la reunion: 149 890 7294#  
Luego oprime # para entrar como participante  
Contraseña: 463150

### La Salud Cerebral

- Miercoles, 21 de Octubre  
9:30 – 10:30 AM

**ID de la reunión: 149 533 0344**  
**Contraseña: 994242**

No tienes computadora o teléfono inteligente?

Únete por llamada telefónica marcando:  
1 213 250 5700

ID de la reunion: 149 533 0344#  
Luego oprime # para entrar como participante  
Contraseña: 994242

### El ejercicio durante la Cuarentena

- Jueves, 29 de Octubre  
2:30 – 3:30 PM

**ID de la reunión: 149 025 1630**  
**Contraseña: 774814**

No tienes computadora o teléfono inteligente?

Únete por llamada telefónica marcando:  
1 213 250 5700

ID de la reunion: #  
Luego oprime # para entrar como participante  
Contraseña:

**Tome la porción de arriba. Para mas informacion contacte a Oscar: 213.201.1663 E-mail: [oromero@apla.org](mailto:oromero@apla.org)**

-----Rasga Aquí-----

**Para reservar su lugar en la clase, llene esta sección y entregue al personal de NOLP o llámenos por teléfono.**

<b>Nombre:</b>	<b>NOLP#</b>	<b>Telefono #</b>
<b>Email:</b>	<b>Contacto preferido</b> <input type="checkbox"/> Telefono <input type="checkbox"/> Email	La fecha de clase <input type="checkbox"/> 8 de Octubre <input type="checkbox"/> 14 de Octubre <input type="checkbox"/> 21 de Octubre <input type="checkbox"/> 29 de Octubre