



BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood CenterSM

Stay Well This Summer



Learn how to manage your money, stay healthy in the heat and take care of your mental well-being.

Financial Wellness: Budgeting and Saving In person and virtual	Health Matters: Navigating Mental Wellness In person and virtual	Health Matters: Fueling for Summer In person and virtual
Join us to learn more about The Resurrection Project and their financial wellness services.	Join us for support and guidance on understanding and managing mental health challenges.	Learn how to eat healthy and stay hydrated in hot weather while managing a chronic condition.
July 7 11 a.m. – 12 p.m. <i>in Spanish</i>	July 17 12 p.m. – 12:30 p.m. <i>in English</i>	July 25 11:30 a.m. – 12 p.m. <i>in English</i>
July 23 12 p.m. – 1 p.m. <i>in English</i>	July 28 12 p.m. – 12:30 p.m. <i>in Spanish</i>	July 30 11:30 a.m. – 12 p.m. <i>in Spanish</i>



Our Locations:

South Lawndale Center

2551 W. Cermak Rd.
Chicago, IL 60608
(872) 760-8450

Scan QR code
to register





BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood CenterSM

Mantenga el bienestar este verano



Infórmese sobre cómo administrar el dinero, mantenerse sano durante el calor y cuidar el bienestar mental.

Bienestar financiero: Presupuesto y ahorro (presencial y virtual)	Asuntos de salud: Cómo lograr el bienestar mental (presencial y virtual)	Asuntos de salud: Nutrición para el verano (presencial y virtual)
Acompañenos para obtener más información sobre la organización The Resurrection Project y sus servicios de bienestar financiero.	Obtenga apoyo y orientación para conocer y manejar los retos de la salud mental.	Infórmese sobre cómo comer sano y mantenerse hidratado en época de calor mientras maneja un padecimiento crónico.
7 de julio De 11:00 a. m. a 12:00 p. m. <i>en español</i>	17 de julio De 12:00 p. m. a 12:30 p. m. <i>en inglés</i>	25 de julio De 11:30 a. m. a 12:00 p. m. <i>en inglés</i>
23 de julio De 12:00 p. m. a 1:00 p. m. <i>en inglés</i>	28 de julio De 12:00 p. m. a 12:30 p. m. <i>en español</i>	30 de julio De 11:30 a. m. a 12:00 p. m. <i>en español</i>



Our Locations:

Centro South Lawndale

2551 W. Cermak Rd.
Chicago, IL 60608
(872) 760-8450

**Escanee el
código QR**
para inscribirse.





BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood CenterSM



Come Move Your Body With Us!

We have a variety of low-impact fitness and meditation classes to improve heart health, flexibility and reduce stress.

Our Locations:

South Lawndale Center

2551 W. Cermak Rd.
Chicago, IL 60608
(872) 760-8450

Scan QR code
to register



Strength Training Basics

Mondays
1 p.m. – 2 p.m.

Zumba®

Tuesdays
1 p.m. – 2 p.m.

Mindful Movement

Tuesdays
4 p.m. – 5 p.m.

Tai Chi

Wednesdays
10 a.m. – 11 a.m.

Yoga

Fridays
10 a.m. – 11 a.m.



BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood CenterSM



¡Le invitamos a ejercitar su cuerpo!

Contamos con una variedad de clases de acondicionamiento físico de bajo impacto y meditación para mejorar la salud del corazón, la flexibilidad y reducir el estrés.

Nuestra ubicación:

Centro South Lawndale
2551 W. Cermak Rd.
Chicago, IL 60608
(872) 760-8450

Escanee el
código QR
para inscribirse



Ejercicio de fuerza básico

Todos los lunes
1:00 p. m. a 2:00 p. m.

Zumba®

Todos los martes
1:00 p. m. a 2:00 p. m.

Movimiento consciente

Todos los martes
4:00 p. m. a 5:00 p. m.

Tai Chi

Todos los miércoles
10:00 a. m. a 11:00 a. m.

Yoga

Todos los viernes
10:00 a. m. a 11:00 a. m.



BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood Center™

It's a Block Party!

Join us for a community celebration filled with fun for all ages! Enjoy music, food, games, and local resources that support health and wellness.

Featuring:

- DJ and entertainment
- Food including summer treats
- Vaccinations for adults and children
- School supplies
- Community health resources
- Youth play zone



JULY 19
12 p.m. – 4 p.m.

South Lawndale Center
2551 W. Cermak Road
Chicago, IL 60608

Blue Cross and Blue Shield of Illinois, a Division of Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association



Call us at 872-760-8450
or scan QR code to learn
more about our centers.



BlueCross BlueShield of Illinois

Blue Door
Neighborhood Center™

¡Fiesta en la calle!

¡Acompáñenos en una celebración comunitaria llena de diversión para todas las edades! Disfrute de la música, la comida, los juegos y los recursos locales que apoyan la salud y el bienestar.

En el evento, podrá disfrutar de lo siguiente:

- DJ y entretenimiento;
- comida, helados y refrescos;
- vacunas para adultos y niños;
- materiales escolares;
- recursos comunitarios para la salud;
- zona de juego para jóvenes.



19 DE JULIO
12:00 p. m. a 4:00 p. m.

South Lawndale Center
2551 W. Cermak Road
Chicago, IL 60608

Blue Cross and Blue Shield of Illinois, a Division of Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

254614.0425



Llámenos al 872-760-8450
o escanee el código
QR para obtener más
información sobre
nuestros centros.