



Julio es el Mes de Concientización sobre la Salud Mental de BIPOC

# Deje que sus raíces le restauren

Para las personas negras, indígenas y de color (BIPOC), la nutrición adopta muchas formas. Ya sea preparando platos ancestrales o participando en expresiones culturales como la música o el movimiento, estas prácticas son formas poderosas de apoyar su bienestar mental.



**Escanee el código QR para visitar su sitio web de miembro para obtener más información.**