



Nature Walk Series:

Exploring Health & Conservation

Join us for these upcoming community walks with health professionals and environmental conservationists! Together we'll explore the connections between our health, natural environment, and access to clean outdoor spaces. You can ask health questions, bird watch & learn about preserving our environment. Hope to see you there!

All walks
10am-12pm

3/29: Lakeland County Park

176 Johnson Ave. Islandia, NY

5/17 Belmont Lake State Park

Southern State Parkway Exit 38, North Babylon, NY

5/31 Cordwood Landing County Park

Cedar Drive, Miller Place, NY

TBA Cranberry Bog Nature Preserve

3675-2815 Lake Ave. Riverhead, NY

Registration:

To register call or email SCDHS Office of Minority Health at
631-854-0378 OMH@suffolkcountyny.gov

How to Prepare for your Nature Walk!

- Wear light-colored clothing, long pants & sleeves.
- Consider using bug repellents & walk along the center of trails.
- Conduct frequent clothing checks & carefully inspect your body for ticks.
- Bring water, wear sunscreen (at least SPF30) and consider wearing a brimmed hat & comfortable, supportive shoes (no flip flops).



SEPA Mujer
SERVICIOS PARA EL AVANCE DE LA MUJER
SERVICES FOR THE ADVANCEMENT OF WOMEN



Sea Grant
NEW YORK



ALZHEIMER'S ASSOCIATION



New York State
Parks, Recreation and
Historic Preservation



Serie de paseos por la naturaleza:

Explorando la Salud y la Conservación

¡Únase a nosotros en estas próximas caminatas comunitarias con profesionales de la salud y conservacionistas ambientales! Juntos exploraremos las conexiones entre nuestra salud, el entorno natural y el acceso a espacios exteriores limpios. Puede hacer preguntas sobre salud, observar aves y aprender sobre la preservación de nuestro medio ambiente. Espero verte allí!

todos los
paseos 10am-
12pm

3/29: Lakeland County Park

176 Johnson Ave. Islandia, NY

5/17 Belmont Lake State Park

Southern State Parkway Exit 38, North Babylon, NY

5/31 Cordwood Landing County Park

Cedar Drive, Miller Place, NY

TBA Cranberry Bog Nature Preserve

3675-2815 Lake Ave. Riverhead, NY

Registración:

Para registrarse llame/envíe un correo electrónico a la Oficina de Salud de Minorías al 631-854-0378 OMH@suffolkcountyny.gov

¿Cómo prepararse para su paseo por la naturaleza?

- Use ropa de colores claros, pantalones largos y mangas.
- Considere usar repelentes de insectos y camine por el centro de los senderos.
- Revise su ropa frecuentemente e inspeccione cuidadosamente su cuerpo en busca de garrapatas.
- Traiga agua, use protector solar (al menos SPF30) y considere usar un sombrero de ala y zapatos cómodos que brinden apoyo (chancas no).



SEPA Mujer
SERVICIOS PARA EL AVANCE DE LA MUJER
SERVICES FOR THE ADVANCEMENT OF WOMEN



Sea Grant
NEW YORK



Community Outreach



ALZHEIMER'S ASSOCIATION

