



Community Healthcare System®

WELL WALKERS Club

Why join the Well Walkers?

- Membership is Free* and includes a pedometer
- Monthly meetings are held in each location may include health education programs and/or screenings
- Monthly meetings offer virtual walking campaigns around the world, health education and screenings
- Members who keep monthly walk logs are eligible to win prizes

Who Can Join?

- Children under 18 may accompany members during designated activities.



How to Join?

Attend a monthly meeting or a Well Walkers Group Walk!



St. Catherine Hospital

POB Conference Room
4320 Fir St., East Chicago
1st Wed of the Month • 11 am

Valparaiso Health Center

Community Room A&B
3800 St. Mary Dr., Valparaiso
(Near SR-49 and Burlington Beach Rd.)
2nd Wednesday of the month • 1 pm

Wicker Park Social Center

2125 Ridge Road, Highland
1st Tues of the Month • 1 pm

Whiting Public Library

1735 Oliver St., Whiting
2nd Thurs of the month • 1 pm

The WELL WALKERS Club is free to join, but some walking facilities may request a fee that can be paid at the discretion of club members to the facility.

To learn more about Well Walkers, call: 219-392-7135.





Community Healthcare System®

CLUB DE CAMINANTES DEL BIENESTAR

¿Porque Participar al Club de Caminantes del Bienestar?

- La membresía es gratis e incluye un podómetro
- Las reuniones mensuales que se llevan a cabo en cada lugar pueden incluir programas de educación para la salud y/o exámenes de detección
- Las reuniones mensuales ofrecen campañas de caminatas virtuales en todo el mundo, educación para la salud y exámenes de detección
- Los miembros que mantienen registros mensuales de caminatas son elegibles para ganar premios

¿Quien Puede Participar?

- Los niños menores de 18 años pueden acompañar a los miembros durante las actividades designadas



¿Como Participar?

- Asista a una reunión mensual o una caminata grupal del Club de Caminantes del Bienestar



Community Healthcare System®

St. Catherine Hospital

POB Conference Room
4320 Fir St., East Chicago
1er miércoles del mes • 11 am

Valparaiso Health Center

Community Room A&B
3800 St. Mary Dr., Valparaiso
(Near SR-49 and Burlington Beach Rd.)
2do miércoles del mes • 1 pm

Wicker Park Social Center

2125 Ridge Road, Highland
1er martes del mes • 1 pm

Whiting Public Library

1735 Oliver St., Whiting
2do jueves del mes • 1 pm

El Club de Caminantes del Bienestar es gratuito, pero algunas instalaciones para caminar pueden solicitar una cuota que se puede pagar a discreción de los miembros del club a la instalación.

Para obtener más información sobre el Club de Caminantes del Bienestar, llame al: 219-392-7135

