



# HEART HEALTH MONTH

## HAVE YOUR BLOOD PRESSURE CHECKED REGULARLY

Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Duis auteum vel cum tristique dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestiae nulla risusmod tincidunt. Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Duis auteum vel cum tristique dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestiae nulla risusmod tincidunt. Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril.



Lorem ipsum dolor sit amet, a conset etur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat solutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat dolore sit amet.

odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Lorem ipsum dolor sit amet, conset etur etur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi ercet enim ad minim lorem ipsum dolor sit amet, a conset etur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh.

Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Lorem ipsum dolor sit amet, conset etur etur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi ercet enim ad minim magna aliquam erat ipsum dolore sit amet.

Tincidunt tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat volutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore. Et tunc o erit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat.

Logo for Senior Care Services featuring a tree with a heart in its branches. Below the logo, the text reads: "Senior Care Services", "5432 Any Street West", "Towsonville, ST 54321".



INSIDE THIS ISSUE:

- THE MIRACLE OF LIFE ..... p2
- SOCIALIZING: HELP SENIORS STAY SHARP ..... p2
- A HEALING TOUCH ..... p3
- NUTRITION NEEDS ..... p4



Your source for seasonal news and information regarding in-home care for your loved ones.

# HOME HEALTH BRINGS - FOR YOU. FOR THEM. FOR BOTH. FULFILLMENT

Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Duis auteum vel cum tristique dolor in hendrerit in vulputate velit esse molestiae nulla risusmod tincidunt. Et tunc odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis.

Lorem ipsum dolor sit amet, a conset etur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat solutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore.

odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duis dolore te feugiat nulla facilisis. Lorem ipsum dolor sit amet, conset etur etur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi ercet enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcorper per ex conset etur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat volutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore lorem dolore sit amet erat tea sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore doli

continued on page 2



## THE MIRACLE OF LIFE

Et justo odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit.

Sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum zzril delenit augue duiis dolore te feugait lorem dolore sit amet.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh minim veniam, quis no te strud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip. Luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis. Quis no te strud exerci tation ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip. Luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat.



*"I love to take care of people. It gives my life a real sense of purpose."*

## SOCIALIZING: HELP SENIOR WOMEN STAY SHARP

Lorem ipsum dolor sit amet, etur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna ali quam erat volutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore.

Et justo odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat. Ut wisi erant enim ad minim veni am, quis exerci tation a ullam cor per suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo conse quat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie conse quat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum zzril delenit augue duiis dolore te feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, con sect etur adipiscing elit, sed.

*Friends and family can do more than lift the spirits of senior women — they can improve cognition and might help prevent dementia.*

orem ipsum dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna ali quam erat volutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore et justo odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, con sect etur adipiscing elit, sed.

Dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad exerci tation veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip unum ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie conse quat, vel illum erat dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum unum zzril delenit augue duiis dolore te feugait nulla facilisi.

Dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna ali quam erat volutpat ut wisi enim ad minim veni am, unum quis nostrud.

## A HEALING TOUCH: THE COMFORT AND JOY OF HOUSE PLANTS

Lorem ipsum dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna ali quam erat volutpat ut wisi enim ad minim veni am, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore.

Et justo odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie con sequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum zzril delenit augue duiis dolore te feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie con sequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum unum zzril delenit augue duiis dolore te feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, con sect etur adipiscing elit, sed.



## Nutrition Needs

Dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna ali quam erat volutpat ut wisi enim ad minim veni am, unum quis nostrud.



Lorem ipsum dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna ali quam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad exerci tation veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, con sect etur adipiscing elit, sed.

Dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad exerci tation veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip in hendrerit in vulputate velit adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Consect etur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna ali quam erat volutpat. Ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip in hendrerit.

## HOME HEALTH BRINGS FULFILLMENT

*continued from page 1*

lorem ipsum dolor sit amet, a consectetur adipiscing elit, sed diam erat nonummy nibh euismod tincidunt laoreet dolore magna aliquam erat volutpat ut wisi enim ad minim veniam, unum quis nostrud exerci tation lorem dolore.

Et justo odio dignissim qui blandit praesent luptatum zzril delenit augue duiis dolore terna feugait nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad minim veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo con sequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hen dretit in vulputate velit lorem esse a molestie con sequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisis at vero eros et accumsan et justo odio dignissim ter qui blandit praesent ea luptatum zzril delenit augue duiis dolore te feugait lorem dolore.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna ali quam erat volutpat. Consect etur adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna ali quam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad exerci tation veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis autem vel eum iriure dolor in hendrerit in vulputate velit lorem esse a molestie consequat, vel illum dolore eu feugiat nulla facilisi. Lorem ipsum dolor sit amet, con sect etur adipiscing elit, sed.

Dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna aliquam erat volutpat. Ut wisi erant enim ad exerci tation veniam, quis exerci tation a ullamcor per suscipit lobortis nisl ut aliquip in hendrerit in vulputate velit adipiscing elit, sed dolore diam nonummy nibh euismod tincidunt ut wisi laoreet dolore magna ali quam erat volutpat. Ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip in hendrerit.