

Manejo Personal de mi Diabetes

Programa GRATIS para el manejo personal
de la diabetes

FECHA: 2 DE JUNIO AL 7 DE JULIO 2022
LOS JUEVES DE 6:00 PM – 7:00PM
(6/2, 6/9, 6/16, 6/23, 6/30, 7/7)

Un mayor conocimiento sobre el control de la diabetes puede:

- ✓ Ayudarle a prevenir y/o retrasar complicaciones de salud
- ✓ Mejorar su hemoglobina A1C (lectura promedio de azúcar en la sangre)
- ✓ Ayudarlo a elegir mejor los alimentos y a perder peso
- ✓ Ayudarle a controlar mejor sus niveles de glucosa a través del ejercicio y el manejo del estrés.
- ✓ Ayudarlo a comunicarse mejor con sus proveedores de atención médica

**Regístrese para las clases virtuales y gratuitas escaneando el
código de barra(QR)**



Public Health



Para preguntas o ayuda con el registro comuníquese con:
Edith Slack al 919-724-5471 o Yvonne Reza 919-560-7223