

現在



# 齊來 控制 糖尿病

您或您深愛的人患有糖尿病嗎? *Everyone with Diabetes Counts* 是一個計劃, 鼓勵您了解您糖尿病的情況以及它如何影響您的健康, 同時改變您的生活方式。登記加入本計劃, 從今天開始享受更健康有活力的生活方式所帶來的各種好處吧!

## 要參加本計劃, 您必須:

- 為糖尿病前期患者或糖尿病患者

## 本計劃中的主題包括:

- 何謂糖尿病?
- 飲食與運動
- 服藥的重要性
- 如何管理及避免併發症
- 眼睛、牙齒、腳趾與腳—您必須知道的事

## 計劃詳細資訊:

- 日期: 8/23/2019 - 9/27/2019
- 每堂課為時 2 小時
- 六次小型的每週工作坊
- 免費參加!

本計劃不可代替醫療照護, 參加者仍應繼續接受診療並遵循醫療服務提供者的指示。



地點: 東北醫療中心  
728 Pacific街診所  
二樓

日期: 8/23/2019 - 9/27/2019

逢星期五

時間: 上午9時半至11時半

## 若要登記 請撥打:

(408)573-9686 轉內綫 8711

健康教育部