

Diabetes

Aprenda a controlar la prediabetes y la diabetes. (4 sesiones)



Programa sin costo. Transporte disponible para miembros de Blue Shield TotalDual Plan (HMO D-SNP).

Acompáñenos en estas cuatro sesiones para aprender a controlar la prediabetes y la diabetes. Descubra qué tipo de cambios puede hacer en su vida para reducir el riesgo de complicaciones de la diabetes. Aprenda a planificar comidas, elegir alimentos saludables, hacer actividad física, controlar el estrés, controlar los niveles de azúcar en la sangre y repasar los medicamentos y las insulinas que se usan para tratar la diabetes.

Para inscribirse, llame al:

(562) 580-6094, 8:30 a.m. – 5 p.m.,
lunes a viernes

Para mas información, llame a

Servicio al cliente:

(800) 452-4413 (TTY: 711), 8 a.m. a 8 p.m.,
los siete días de la semana

Acompáñenos el: