POWER TO PREVENT! TYPE 2

FREE PROGRAM

Prevent Type 2 Diabetes!

National Diabetes Prevention Program

Power to Prevent is a FREE multi- session program that empowers individuals to reduce their risk of type 2 diabetes through simple lifestyle changes. You'll receive tools, guidance, and support to improve your health and prevent type 2 diabetes.

- **Educational** workshops
- **Trained coaches** to guide you
- **Supportive** community for motivation
- **Easy-to-adopt** tools to reach your goals



Eligibility

To participate in the program, you must either:

- Have been diagnosed with prediabetes, or
- Meet the risk criteria for type 2 diabetes

For more information about eligibility visit: nassaucountyny.gov/PreventDiabetes

New virtual program starting June 2026!

More Information & Enrollment:

516-227-9694

nassaucountyny.gov/PreventDiabetes

You have the power to prevent type 2 diabetes. Are you ready to start?

BRUCE A. BLAKEMAN
NASSAU COUNTY EXECUTIVE

POWER TO PREVENT! TYPE 2

PROGRAMA GRATIS

¡Prevenga la Diabetes Tipo 2!

Programa Nacional de Prevención de la Diabetes

Poder para Prevenir es un programa GRATUITO de varias sesiones que empodera a las personas a reducir su riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 mediante cambios sencillos en el estilo de vida. Recibirás herramientas, orientación y apoyo para mejorar tu salud y prevenir la diabetes tipo 2.

- **Talleres** educativos
- **Entrenadores** capacitados para guiarte
- Una **comunidad de apoyo** que impulsa tu motivación
- **Herramientas** fáciles de implementar para alcanzar tus objetivos



Elegibilidad

Para participar en el programa, debe cumplir con uno de los siguientes requisitos:

- Ha sido diagnosticados con prediabetes, o
- Cumple con los criterios de riesgo para la diabetes tipo 2

Para más información sobre la elegibilidad, visite: nassaucountyny.gov/PreventDiabetes

Nuevo programa virtual: Junio 2026

Más información e inscripción

516-227-9694

nassaucountyny.gov/PreventDiabetes

Tu tienes el poder de prevenir la diabetes tipo 2.
¿Estás listo/a para comenzar?

BRUCE A. BLAKEMAN
NASSAU COUNTY EXECUTIVE