



Diabetes Self Management Program

FREE Diabetes Education Class

Location
CommWell Health of
Tar Heel
16526 NC Hwy 87 West
Tar Heel, NC 28392

Time
10:00 am—12:00 pm

When
Wednesday
March 14, 2018
March 28, 2018

Diabetes Self Management Training Topics Include:

- Healthy Eating
- High & Low Blood Sugars
- Diabetes Medications
- Monitoring and Management
- Foot Care
- Sick Days
- Long Term Complications
- Physical Activity



For more information or to sign up, contact:
Christie McDougald, RN 910-567-6194 extension
6008



Programa de Manejo Personal de la Diabetes

GRATIS ** Clases de Educación de la Diabetes

<u>Lugar</u>	<u>Hora</u>	<u>Cuando</u>
CommWell Health en Tar Heel 16526 NC Hwy 87 West, Tar Heel NC 28392	10:00 am–12:00 pm	Marzo 14, 2018 Marzo 28, 2018

Los Siguietes temas serán incluidos en el Programa de Manejo Personal de la Diabetes

- Alimentación Saludable
- Azúcar Alta y Baja en la Sangre
- Medicamentos para la Diabetes
- Monitoreo y Manejo
- Cuidado de los Pies
- Días de enfermedad
- Complicación a Largo Plazo
- Actividad Física



**Más Conocimiento Acerca de la Diabetes
Puede Mejorar Su Vida!**

**Llame hoy mismo y regístrase para
clases gratis!**

Para mas Information o para registrarse llame:
Christie McDougald, RN 910-567-6194 extension
6008