

Tome el Control de la diabetes

Hay programas gratuitos de prevención y automanejo de la diabetes disponibles por medio del Distrito de Salud del Sur de Nevada y nuestros socios comunitarios. ¡Inscríbese hoy mismo para tomar el control de la diabetes en su vida!



CLASES DE AUTOMANEJO DE LA DIABETES

Distrito de Salud del Sur de Nevada
(702) 759-1270 | vivasaludable@snhd.org
vivasaludable.org/diabetes-class

Hay clases gratuitas de diabetes disponibles utilizando los Mapas de Conversación de la Diabetes. Las clases incluyen materiales y recursos sobre alimentación saludable y actividad física para ayudarle a vivir de una manera más saludable con la diabetes.

Dignity Health
(702) 616-4932
**[dignityhealth.org/las-vegas/
classes-and-events](http://dignityhealth.org/las-vegas/classes-and-events)**

Se encuentran disponibles clases de automanejo de la diabetes. Llame para obtener información.

Instituto de Vida Saludable Healthy Living en UMC
(702) 383-7353 (SELF)

umcsn.com/healthy-living-institute
Clases comunitarias gratuitas y a bajo costo, varios temas, incluyendo la diabetes.

Asociación de Diabetes de Nevada
1-800-379-3839 | diabetesnv.org
Para obtener información sobre campamentos para niños y familias, grupos de apoyo, clases, y recursos.

PROGRAMA EN LINEA

Caminando Juntos: Previene la Diabetes es un programa en línea para ayudar a reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Aprenda sobre sus factores de riesgo y cómo hacer cambios simples en su estilo de vida para mejorar su salud. Regístrese en **vivasaludable.org/dp**

CLASES DE PREVENCIÓN DE LA DIABETES

Encuentre un listado de los programas de prevención de la diabetes reconocidos por los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) cerca de usted: **dprp.cdc.gov/Registry**

Dignity Health
(702) 616-4975
**[dignityhealth.org/las-vegas/
classes-and-events](http://dignityhealth.org/las-vegas/classes-and-events)**

