

# 管理您的糖尿病

自我管理及醫療營養療法課程

一切您想要了解關於糖尿病

根據美國糖尿病協會最新的指引



## 您將會學習到的包括:

- 改善您的血糖
- 降低您血液中的膽固醇
- 改善您的血壓
- 減輕體重



## 開始朝著健康的生活而努力!

中文課程由十一月四日開始至十二月十六日!

七星期課程 逢星期三下午3時至5時在San Antonio Clinic

**La Clinica - San Antonio Neighborhood Health Center**  
*1030 International Blvd \* Oakland CA 94606*

報名請聯絡:

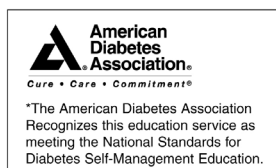
電話: 510-839-2270 內線 209 電郵: [decinfo@fambridges.org](mailto:decinfo@fambridges.org)

詳情可上網: <http://www.fambridges.org/diabetes.html>

課程由註冊糖尿病導師/營養師授課



接受Medicare及大多數保險計劃  
需由醫生轉介



Family Bridges, Inc.  
[www.FamBridges.org](http://www.FamBridges.org)

