

Diabetes 101

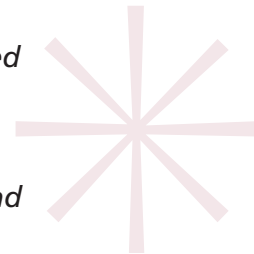
**Every 2nd Tuesday
of the month,
6:30 - 7:30 pm**



Diabetes management is not a simple task. When you are informed about the best steps to take, you can manage it more successfully. Attending this **free** educational class will help you gain a better understanding of living well with diabetes. This class is for those with both Type 1 and Type 2 diabetes, and is hosted by a clinical diabetes specialist from Pomona Valley Hospital Medical Center's Diabetes Team.

Come and learn about:

- *Diabetes in general*
- *What glucose levels mean*
- *How episodes of high and low sugar are treated*
- *How to check sugars*
- *Medications and their side effects*
- *Preventing complications*
- *Lifestyle modifications like diet and exercise and how they can (positively) affect your health*



Space is limited, please RSVP. *Virtual education options available.

Held in the, **3rd floor OPP Room 1** of
The Robert and Beverly Lewis Outpatient Pavilion,
1798 N. Garey Ave., CA 91767
PVHMC follows local public health Covid-19 guidelines.

For more information, or to RSVP, please call our **Diabetes Education Program** at **909.865.9501 ext .4020 or 4819**



Expert care with a personal touch

pvhmc.org

Información básica de la diabetes

**Cada Segundo
Martes del mes,
5:30 - 6:30 pm**



El control de la diabetes no es una tarea sencilla. Cuando se le informa sobre los mejores pasos a seguir, usted podrá usar la información que se le da con éxito. **Asistir a esta clase educativa gratuita lo ayudará a comprender mejor como vivir bien con diabetes. Esta clase es para persona con diabetes tipo 1 y diabetes tipo 2, y está organizada por especialistas clínicos en diabetes del equipo de diabetes del centro médico del hospital Pomona Valley.**

Venga y aprenda sobre:

- *Que es diabetes mellitus*
- *Que significa los niveles de azúcar (o glucosa)*
- *Como se tratan los episodios de azúcar altos y bajos*
- *Como revisar su azúcar*
- *Medicamentos y sus efectos secundarios*
- *Previniendo complicaciones*
- *Modificaciones al estilo de vida como la dieta y el ejercicio y como pueden (positivamente) afectar su salud*

Espacio limitado, por favor RSVP. *Opciones de educación virtual disponibles.

Venga a la sala del piso 3, de OPP, cuarto 1

Robert and Beverly Lewis Outpatient Pavilion,
1798 N. Garey Ave., CA 91767

PVHMC sigue las pautas locales de salud pública Covid-19.

Para más información o para reservar una silla llame al Programa de Educacion de Diabetes a 909.865.9501 ext. 4020 o 4819

POMONA VALLEY HOSPITAL

MEDICAL CENTER

Expert care with a personal touch

pvhmc.org