Do you have diabetes?

Join the Orange County Diabetes Self-Management Education Program

Anyone with diabetes can lead a healthy lifestyle with the right information and support. The Diabetes Self-Management Education (DSME) Program offers counseling and classes to help adults with diabetes manage their disease.

The DSME Program is open to anyone (age 18 +) with diabetes. The program includes individual and group classes on the following topics:

- Diabetes
- Fitness and Nutrition
- Controlling Blood Sugar (A1C Levels)
- Managing Medications
- Preventing Diabetes-Related Health Problems

STAY IN CONTROL OF YOUR DIABETES.

To learn more, call

919-245-2381

or visit us online at
www.orangecountync.gov/health/dsme.asp

Orange County
Diabetes
Self-Management Education Program

An Orange County Health Department Program
300 W. Tryon Street • Hillsborough, NC 27278

ORANGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT

North Carolina DiabetesSmart Diabetes Education Recognition Program

¿Tiene Diabetes?

Inscríbase en el Programa DSME

Toda persona con diabetes puede llevar un estilo de vida saludable con la información y el apoyo apropiado. El Programa de Enseñanza sobre la Autogestión de la Diabetes (DSME) ofrece clases y asesoramiento para ayudar a los adultos diabéticos a controlar su enfermedad.

El Programa DSME está disponible para cualquier persona con diabetes de 18 años o más. El programa incluye clases individuales y en grupo sobre los siguientes temas:

- La Diabetes
- El Estado Físico y la Nutrición
- Control de los Niveles de Azúcar en la Sangre (A1C)
- Control de los Medicamentos
- Prevención de Problemas de Salud Relacionados con la diabetes

Mantenga su Diabetes Bajo Control

Para más información, llame al

919-644-3350

O visite nuestra página de internet
www.orangecountync.gov/health/dsme.asp

ORANGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT

North Carolina DiabetesSmart Diabetes Education Recognition Program

Programa de Enseñanza del Condado de Orange sobre la Autogestión de la

Diabetes

An Orange County Health Department Program
300 W. Tryon Street • Hillsborough, NC 27278