

線上糖尿病護理班 2022

This is a series of 2.5 hour class to help people with diabetes learn what is diabetes and how best to manage your diabetes. We will give you an overview of the four key areas of diabetes management: healthy eating, exercise, monitoring your blood sugar level and proper use of medications.

We will show you how to use your blood sugar monitor and help you to recognize the signs of high and low sugar levels as necessary. Kaiser Permanente members only.

Online Cantonese Diabetes Class

Class to be held online until further notice
課程將在線舉行,直至另行通知

此講座講述是 2 時半。專為有糖尿病人士而設。認識何謂糖尿病及如何處理糖尿病的四大要點：健康飲食、運動、自我監察血糖、和正確使用藥物。將教導如何使用測血糖機及如何辨別高和低血糖的病徵。

只限凱薩會員參加

星期三,	1 月19 日	2pm-4:30pm
星期四,	2 月17 日	9am-11:30am
星期三,	3 月16 日	2pm-4:30pm
星期四,	4 月21 日	9am-11:30am
星期三,	5 月18 日	2pm-4:30pm
星期四,	6 月16 日	9am-11:30am
星期三,	7 月20 日	2pm-4:30pm
星期四,	8 月18 日	9am-11:30am
星期三,	9 月21 日	2pm-4:30pm
星期四,	10月20 日	9am-11:30am
星期三,	11月16日	2pm-4:30pm
星期四,	12月15 日	9am-11:30am

費用: 免費

報名: 請電 415-833-1639 或向你的醫生查詢

