



TALLERES SOBRE DIABETES (EN ESPAÑOL)

Patrocinado por la Biblioteca Pública de Hartford, el Concilio Hispano de la Salud, y el Centro para Eliminar Disparidades de Salud entre Latinos (CEHDL)

Los primeros dos talleres son sobre la prevención de la diabetes, los factores de riesgo, los síntomas y sus complicaciones, así como la información necesaria para seguir una dieta saludable, consejos para la preparación de los alimentos, y el uso de las etiquetas de alimentos para escoger alimentos saludables en los supermercados.

Durante el tercer taller, tendremos una demostración de cocina y en el último taller, les enseñaremos como usar las páginas del Internet para encontrar información sobre la salud en general y la diabetes.

Los jueves, 8, 15, 22, y 29 de mayo, 6:30 – 8:00 pm

Seminar Room 2^{do} piso

Learning Lab 2^{do} piso (para el 29 de mayo solamente)

500 Main Street

Hartford, CT

Es necesario registrarse, en persona, electrónicamente (www.hplct.org/calendar), o llámenos al 695-6353.

Si ud. require acomodación especial para participar en este programa, por favor llame al 695-6372, dos semanas antes del programa.

