

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**26 de septiembre del 2024**

### **Otra oportunidad para inscribirse en el programa educativo gratuito de 5 semanas de autogestión de la diabetes “Vive en Control” en Jerome**

**SUR CENTRAL IDAHO** – Debido a conflictos de programación, el Distrito de Salud Pública del Sur Central (SCPHD) ha reprogramado la próxima ronda de clases de autogestión de la diabetes “Vive en Control”. “Vive en Control” es un programa gratuito de 5 semanas diseñado para educar, equipar y empoderar a las personas con diabetes tipo 2 o prediabetes para que puedan controlar mejor sus condiciones.

El programa anima a los participantes a que traigan a un familiar o amigo para que asista a las clases con ellos como "asistente de atención". Esto tiene como objetivo promover un entorno de apoyo tanto en clase como en casa. Cada sesión es presencial y dura dos horas; la primera sesión dura 1,5 horas tomando en cuenta la inscripción y la prueba del A1C. Las clases se impartirán en inglés por facilitadores capacitados, con un traductor disponible para los que hablan español.

#### **Horario del Programa Actualizado:**

**Martes 22 de octubre | 6:00 p.m. - 7:30 p.m. (sesión de 1,5 horas para la inscripción y prueba del A1C)**

**Los martes, 29 de octubre, 5\*, 12, 19, 26\* de noviembre | 6:00 p.m. - 8:00 p.m.**

#### **Ubicación del Programa:**

**St. Luke's Jerome Medical Center | Barley Conference Room (Planta Baja)**

**709 N. Lincoln Ave.**

**Jerome, ID 83338**

“Esta clase de Vive en Control brindará información para ayudar a las personas a aprender a controlar su diabetes de manera eficaz a través de la dieta y el ejercicio. Durante esta sesión, también analizaremos formas de mantener la diabetes bajo control durante la temporada festiva, que puede ser un desafío. Se anima a los participantes a traer a un asistente de atención a la clase que también pueda brindar apoyo en el hogar”, dijo Adria Masoner, especialista mayor en educación para la salud y facilitadora de la clase.

No pierdas esta oportunidad de tomar control de tu salud y mejorar tu calidad de vida. El espacio es limitado y la inscripción se cerrará una vez que la clase esté llena o antes del 18 de octubre a las 5:00 p.m.

Para registrarse o para obtener más información, comuníquese con Adria Masoner al 208-654-7403 o [amasoner@phd5.id.gov](mailto:amasoner@phd5.id.gov), o visite la página de inscripción aquí: [bit.ly/LiveInControl](https://bit.ly/LiveInControl)

\*La clase podría cancelarse el día de las elecciones, el 5 de noviembre. En ese caso, la última clase se llevará a cabo el 26 de noviembre en lugar del 19 de noviembre.

###