

## **PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA**

**13 de septiembre del 2024**

### **El programa gratuito de educación sobre autogestión de la diabetes de cinco semanas “Vive en Control” llega a Jerome**

**SUR CENTRAL IDAHO** – El Distrito de Salud Pública del Sur Central (SCPHD) se complace en anunciar 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 durará 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:**

**Martes 24 de septiembre | 5:30 p.m. - 7:00 p.m. (sesión de 1,5 horas para registro y prueba de A1C)**

**Los martes 1, 8, 15, 22 de octubre | 5:30 p.m. - 7:30 p.m.**

#### **Ubicación del Programa:**

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

**709 N. Lincoln Ave.**

**Jerome, ID 83338**

"Con Vive en Control, las personas pueden aprender a hacerse cargo de su diabetes al tomar decisiones saludables sobre la dieta, la actividad y el estilo de vida", dijo Adria Masoner, especialista mayor en educación para la salud y facilitadora de la clase. "El programa cuenta con un asistente de atención que se une a los participantes en la clase y ofrece aliento en el hogar. Ese apoyo adicional es útil para que los participantes establezcan nuevos hábitos en torno a la toma de decisiones saludables".



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 24 de septiembre 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 registro aquí: [bit.ly/LiveInControl](https://bit.ly/LiveInControl)

###