

Cuidado Diario: Viviendo lo Mejor de su Vida con Diabetes

Un grupo presencial donde aprenderá acerca del manejo de las diferentes fases de la diabetes.

Cuidado Diario es una presentación interactiva donde nuestros miembros aprenderán acerca de nutrición, beneficios por estar activo, resolver problemas diarios, y tener conversaciones abiertas acerca de los asuntos de la diabetes.

Qué esperar:

- Trabjará directamente con un dietista.
- Recibirá valiosos folletos que le ayudarán a controlar su diabetes.
- Aprenderá sobre diferentes patrones de alimentación.
- Comparará el tamaño de las porciones de comidas comunes.
- Hablará sobre soluciones para problemas cotidianos.

El espacio para este evento es limitado, es necesario registrarse

Para registrarse para el Cuidado Diario, por favor llame al 480-684-5090, de 8 a.m. a 4:30 p.m., de lunes a viernes.

Visite el sitio web de Banner Medicare Advantage para obtener información sobre programas adicionales para la diabetes y oportunidades de bienestar.



[www.BannerHealth.com/
MA-Wellness-Programs](http://www.BannerHealth.com/MA-Wellness-Programs)

Elegibilidad:

Miembros de Banner Medicare Advantage que tienen diabetes.

Cuando:

Fecha:

20 de febrero de 2025:

La primavera está aquí, Vamos a Comer Saludable y a Estar Activos.

17 de abril de 2025:

Mantenerse Hidratado y Activo para el Verano

19 de junio de 2025:

Disfrute las Frutas Inteligentemente

19 de agosto de 2025

Comer para Mantener el Corazón Sano

16 de octubre de 2025:

Balanceando sus Comidas

20 de noviembre de 2025:

Comidas Navideñas y Mantenerse Activo

Hora:

9 a.m. (Inglés)

11 a.m. (Español)

Lugar:

Banner Plans & Networks

5255 E Williams Circle, Ste 2050

Tucson, AZ 85711

El número de salón se proporcionará a los miembros registrados antes del evento.

Para acomodaciones para personas con necesidades especiales en juntas, por favor llame a nuestro Centro de Atención al Cliente. Estamos abiertos de 8 a.m. a 8 p.m., los siete días de la semana.

Banner Medicare Advantage Dual HMO D-SNP: 877-874-3930, TTY 711

Banner Medicare Advantage Prime HMO: 844-549-1857, TTY 711