



---

# Hear what **your community** is saying about **Diabetes**

*Join **FREE** or low-cost diabetes classes*

Learn how to...

- Eat healthier
- Manage your symptoms
- Be more active
- Set health goals & **SUCCEED**
- PLUS, meet new people

**We can help you!**



---

**LA Healthline**

**1-800-793-8090**

*(Monday-Friday, 8 am-6 pm)*

*Classes also available for...*

*Obesity • High Blood Pressure • High Cholesterol  
Fear of Falling (65+ years old) • Caregiving*

Workshops meet the U.S. HHS Administration for Community Living's Title IID criteria for evidence-based programs.



# Escuche lo que **su comunidad** comenta sobre la **Diabetes**

*Únase a clases de diabetes GRATIS o a bajo costo*

Aprenda a...

- Comer más sano
- Controlar sus síntomas
- Ser más activo
- Establecer metas de salud y **TENER ÉXITO**
- ADEMÁS, haga nuevas amistades

**¡Nosotros podemos ayudarle!**



**Su Línea de Salud  
Los Angeles**

**1-800-793-8090**

(De lunes a viernes, de 8 am a 6 pm)

*También hay clases sobre...*

*Obesidad • Presión Alta • Colesterol Alto  
Miedo a Caerse (65+ años) • Cuidado del Paciente*

Las clases cumplen con los requisitos del título IIID de la Administración de Vivencia en la Comunidad del U.S. HHS.