BEAT diabetes

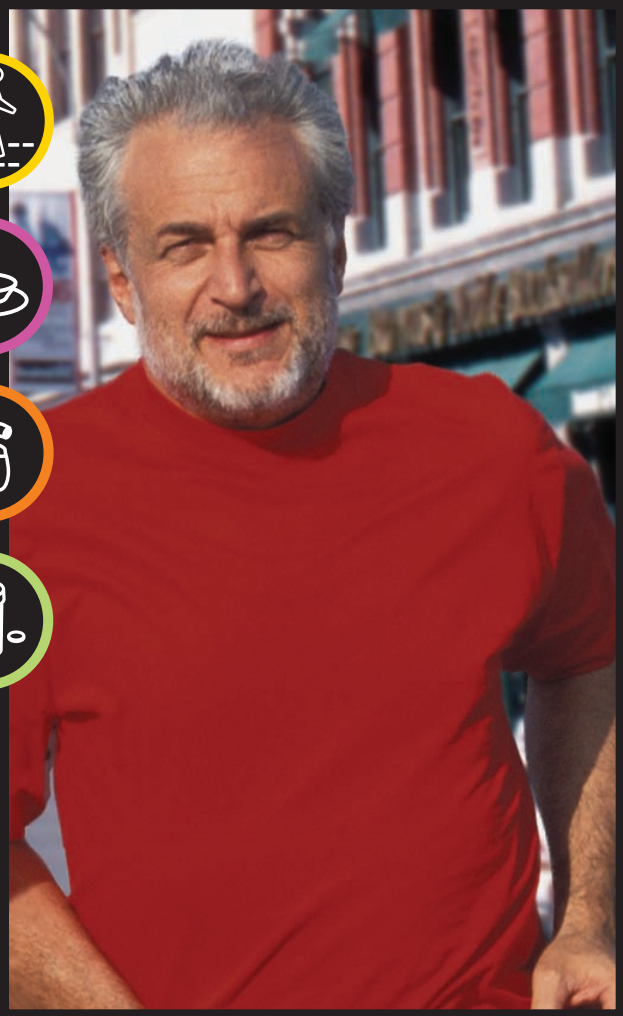
Be physically active

Eat a healthy diet

ABCS (Know & Control)
A1C, Blood Pressure,
Cholesterol & Smoking

Take your medicine

Talk to your doctor or call 311 for more information.



ПОБЕДИ диабет

Принимай лекарства

Организуй контроль за A1C, кровяным давлением и уровнем холестерина

Брось курить

Ешь здоровую пищу

Двигайся

Иты победишь

Для получения более подробной информации обратитесь к своему врачу или позвоните по телефону 311.

Take One

Возьмите один экземпляр

NYC Health
УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ и ПСИХИЧЕСКОЙ ГИГИЕНЫ ГОРОДА НЬЮ-ЙОРКА
THE NEW YORK CITY DEPARTMENT of HEALTH and MENTAL HYGIENE
Michael R. Bloomberg, Мэр
Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H., Уполномоченный
nyc.gov/health

TAKE CARE NEW YORK
БЕРЕГИ СЕБЯ, НЬЮ-ЙОРК!

Take One

Возьмите один экземпляр