



Pregunte a su proveedor de atención de salud o su farmacéutico sobre estos programas y recursos para el bienestar gratuitos:

- Programa de Prevención de la Diabetes
- Programa en inglés de automanejo Diabetes Self-Management Program
- Programa Shape Up NYC
- Mercados de agricultores Stellar Farmers' Markets
- Línea de Ayuda para Dejar de Fumar del Estado de Nueva York

Para obtener más recursos, visite [nyc.gov](https://www.nyc.gov) y busque **healthy eating** (comer saludablemente) o **active living** (vida activa).