

# FREE **DIABETES** **Summit**

*Heart Smart: Diabetes and Your Heart*  
*Jaime Henriquez, MD, Cardiologist*

*Portion Control and Meal Planning:  
Preventing and Managing Diabetes*  
*Elizabeth Owen, RD, Diabetes Educator*

---

**Saturday, August 14 (Spanish)**  
**8:30 a.m. - 12:00 p.m.**

**Jack Crippen Senior Center**  
**3120 North Tyler Avenue**  
**El Monte, CA 91731**

**If transportation is a problem, please  
let us know when making your  
reservations. We can help!**

---

*This free seminar includes breakfast, fun  
giveaways, and a chance to win raffle  
prizes.*



Millions of Americans have been diagnosed with Type II Diabetes, and even more are unaware that they are at risk. Because the risk for stroke and heart disease is 2 to 4 times higher in adults with diabetes, we want to help you prevent and manage diabetes.

*The summit will end with free health  
screenings and consultations from  
Registered Nurses and Dieticians for  
all who are interested.*

*Registration is required. Call 626-821-2344 before August 12 to register.*

  
**METHODIST HOSPITAL**  
*The Next Generation of Care*

 **SOUTHERN CALIFORNIA  
EDISON**  
An EDISON INTERNATIONAL® Company

# Conferencia Gratuita de Diabetes

*Actue Inteligente Mente: Diabetes y Su Corazón*  
Jaime Henriquez, MD, Cardiólogo

*Control de porciones y planificación de comidas:  
La prevencion y como manejar la diabetes*  
Elizabeth Owen, RD, Dietista Registrada



*Al final de la conferencia y para todos los interesados se podra realizar analisis medicos y consultas gratuitas. Dichas pruebas se realizaran por enfermeras y dietitistas registradas.*

*Se requiere que hagan reserva. Llaeme al 626-821-2344 antes de el 12 de Agosto para registrarse.*

Millones de americanos han sido diagnosticados con diabetes tipo II, y muchos mas estan en peligro de tenerlo. El riesgo de una gmbolia y una enfermedad al Corazon es de 2 a 4 veces mas en adultos con diabetes, nosotros deseamos alludarle a prevenir y controlar diabetes.

---

**Sabado 14 de Agosto del 2010 de  
8:30 a.m. - 12:00 p.m.**

**Jack Crippen Senior Center  
3120 North Tyler Avenue  
El Monte, CA 91731**

**Si tiene problemas de transporte, por favor comunicarlo cuando haga su reservacion.**

**¡Nosotros le podemos alludar!**

---

*Este seminario gratuito incluye desayuno, divertidos regalos y la oportunidad de ganar diferentes premios*

免費

# 糖尿病講習會

認識您的心臟：糖尿病與心臟的關係

主講醫師：林盈鋒醫師，內科

份量控制及飲食計劃：

預防及控制糖尿病

游佩如，註冊護士，糖尿病導師

星期六，八月十四日

早上 8:30 a.m.至中午 12:00 p.m.

Jack Crippen Senior Center  
3120 N. Tyler Avenue  
El Monte, CA 91731

如果您有交通上的問題，請在報名時讓我們知道。我們可以給您提供幫助。

講習會提供早餐，禮品及幸運抽獎。



數百萬計的美國人口患有第二類型的糖尿病，但是還有更多的人士不知道他們有患上糖尿病的危險。因為糖尿病患者得到中風和心臟疾病的機率是比一般人高二至四倍，我們要幫助您預防及控制糖尿病。

講習會之後將有免費的健康檢查及與  
註冊護士及營養師諮詢

必需事先預約。請於八月十二日前致電： 626-821-2344 報名參加

  
METHODIST HOSPITAL  
The Next Generation of Care

 SOUTHERN CALIFORNIA  
EDISON<sup>®</sup>  
An EDISON INTERNATIONAL<sup>®</sup> Company