



LIVE *in* CONTROL

Managing **diabetes** together

- ▶ A 4-week diabetes self-management education program
- ▶ In-person or virtual classes; 1½ to 2 hours long
- ▶ Educates, equips, and empowers persons with type 2 diabetes
- ▶ Promotes family-centered support in-class and at home
- ▶ Family or friend supporter encouraged to attend
- ▶ Classes are taught by trained facilitators
- ▶ Learn about practical lifestyle skills to better control diabetes

Do you have Type 2 diabetes?
Do you want to be healthier?

If so, Live in Control is the program for you!

 Ninfa Peña-Purcell, PhD
 ncpurcell@tamu.edu



TEXAS A&M
UNIVERSITY.



Controlling diabetes for life!

VIVIR *en* CONTROL

Manejando *la diabetes* juntos


- ▶ Un programa educativo de 4 semanas para el manejo personal de la diabetes
- ▶ Clases en persona o virtuales de duración de 1½ a 2 horas
- ▶ Educa, equipa y apodera a las personas con diabetes tipo 2
- ▶ Fomenta el apoyo centrado en la familia en la clase y en casa
- ▶ Se anima a los familiares y a los amigos que brindan apoyo a asistir
- ▶ Las clases se enseñan por facilitadores entrenados
- ▶ Aprenda habilidades prácticas de estilo de vida para controlar mejor la diabetes

¿Tiene usted la diabetes Tipo 2?
¿Desea gozar de mejor salud?

Si así es, ¡Vivir en Control es el programa para usted!



¡Controlando la diabetes de por vida!

 Ninfa Peña-Purcell, PhD
 ncpurcell@tamu.edu

 | **TEXAS A&M**
UNIVERSITY.