

# ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਆਪ ਸੰਭਾਲ

## ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਸਮਾਜ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਪਰੋਗ੍ਰਾਮ



### ਮੁੱਢਲੇ ਸੇਵਾਵਾਂ:

- › ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ
- › ਖੁਰਾਕ, ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਅਤੇ ਸ਼ਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

- › ਵਿਅਕਤੀਗਤ, ਸਮੂਹਕ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੀਟਿੰਗਾਂ



**Carefirst:**  
(416) 502-2323 Ext. 6280

**Social Services Network:**  
905-940-7864



**SOCIALSERVICESNETWORK**  
serving diverse communities

ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ:

