

# Do you have Prediabetes?

**Join Prevent T2 – A lifestyle change program recognized to prevent or delay Type 2 Diabetes.**

- Learn to eat healthier, be more physically active, manage stress and lose weight
- A year long program that meets every other week for the first six months and monthly meetings for the second six months at Saint Peter's University Hospital Family Health Center, 123 How Lane, New Brunswick, NJ 08901
- Group support
- Lots of prizes!



**For more information or to register for this FREE program  
Registration deadline is July 10, 2017**

**Classes to begin in August**

**Call for class times**

**Please call: 732-339-7772**

***Space is limited.***

**Classes are offered in English and Spanish.**



*Courtesy of the nutritionist as part of the diabetes initiative program funded by  
J&J Family of Companies*

# ¿Tiene Prediabetes?

## **Ingresar a Prevenir T2 - Un reconocido programa de cambio de estilo de vida para prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.**

- Aprende a comer más saludable, a ser más activo físicamente, a controlar el estrés y bajar de peso
- El programa dura un año. Durante los primeros seis meses habrá reuniones cada semana de por medio, y en el segundo semestre del año, habrá una reunión cada mes en Saint Peter's University Hospital Family Health Center, 123 How Lane, New Brunswick, NJ 08901
- Grupo de apoyo
- ¡Muchos premios!



**Para obtener más información o para inscribirse en este programa gratis,**

**La fecha límite de inscripción es el 10 de julio, 2017. Las clases comienzan en agosto. Llame para obtener las horas de las clases.**

Por favor llame al: 732-339-7772

***El cupo es limitado.***

**Las clases se ofrecen en inglés y español.**



*Cortesía del nutricionista como parte del programa de iniciativa de la diabetes financiado por J & J Family of Companies.*