










Conexiones de RCDC

RCDC presenta una lista de clases y recursos de apoyo para ayudarle a usted o a un ser querido a manejar su diabetes.

www.rcdc.rchf.org


Clases **GRATUITAS** de Educación en el Manejo de la Diabetes

Hay muchas organizaciones que ofrecen clase **gratuitas** de educación en el manejo de la diabetes en Riverside/Inland Empire así como en línea. **Esta no es necesariamente una lista completa de todas las clases de diabetes; mas bién, las clases mencionadas abajo se destacan por ser gratuitas y abiertas al público (cualquiera puede participar sin importar si tiene o no cobertura médica)** Se requiere registración para todas las clases.

Organización	Lugar donde se ofrecen las clases	Tipo de educación	Idioma	Sitio web y # de teléfono para registrarse para las clases /más información
 Riverside Community Diabetes Collaborative (RCDC)	Riverside & Moreno Valley	Sesiones de dos horas <i>*Utilizando Mapa de Conversación®</i>	Inglés & Español	(951) 788-3471 www.rcdc.rchf.org
 Riverside Community Health Foundation & Riverside Community Diabetes Collaborative (RCDC)	Riverside, Jurupa Valley & Perris	Sesiones de una hora: <i>Por Tu Familia</i> , un programa de la Asociación Americana de la Diabetes; Sesiones de dos horas: <i>Cómo Vivir Bien Con Diabetes (How to Live Well with Diabetes)</i>	Inglés & Español	(951) 788-3471 www.rchf.org
 Sanofi Diabetes	Riverside	Sesiones de dos horas	Inglés	(951) 781-6335 www.famdoc.org
 Mini Pharmacy & Medical Supplies	Riverside	Sesiones de dos horas cada segundo martes del mes	Inglés	(951) 581-9816
 Community Hospital of San Bernardino	San Bernardino	Sesiones de una hora	Inglés & Español	(909) 806-1816 www.CHSBeducation.org
 Sanofi Diabetes	Online	Seminarios de diabetes en línea con un CDE, seguido por una sesión de P & R en vivo	Inglés	www.diabeteshelpteam.com
 Journey for Control (a program from Merck)	Online	La herramienta interactiva en línea <i>The Diabetes Go-To-Guide™</i> ,	Inglés	www.journeyforcontrol.com (oprima la opción "Patient Site").









Clases **GRATUITAS** de Educación en el Manejo de la Diabetes

Organización	Lugar donde se ofrecen las clases	Tipo de educación	Idioma	Sito web y # de teléfono para registrarse para las clases/más información
 Caremore	Apple Valley, Hesperia & Upland	Sesiones de dos horas *Utilizando <i>Mapa de Conversación</i> ®	Inglés	(877) 211-6614 TDD (800) 577-5586

Recursos de Apoyo

Hay varias organizaciones que ofrecen programas de apoyo para aquellos que viven con diabetes. A continuación una lista de ellas para empezar.

Organización	Tipo de Apoyo	Idioma	Website and phone # for more information
 American Diabetes Association	Viviendo con Diabetes tipo 2 —un programa gratuito que provee información y apoyo (correo, correo electrónico, en línea)	Inglés & Español	(800) 342-2383 www.diabetes.org
 Behavioral Diabetes Institute	Diabetes TLC —un programa con conexión personalizada para adultos con diabetes tipo 1 y 2.	Inglés, Español podría estar disponible.	(858) 336-8693 www.behavioraldiabetesinstitute.org
 Diabetes Hands Foundation	Tu Diabetes.org ® es una comunidad de personas con diabetes conectadas en línea.	Inglés & Español	www.tudiabetes.org (Inglés) www.estudiabetes.org (Español)
 dLife	dLife ofrecer consejos, recetas amigables para personas con diabetes, programa de televisión en línea dLife, foro de apoyo, y un experto para P & R	Inglés	www.dlife.com
 Inland Caregiver Resource Center	ICRC ofrece servicios a familias y cuidadores informales de adultos con condiciones de disfunción mental o aquellos adultos mayores con problemas delicados. Para ser elegible para los servicios los familiares deberán ser residentes de los Condados de Riverside, San Bernardino, Inyo o Moreno Valley.	Inglés & Español	(800) 675-6694 www.inlandcaregivers.com
 JDRF	JDRF Inland Empire Branch	Inglés	(951) 784-4156 www.jdrfinlandempire.com