



December/Diciembre 2009



Sunday	Monday	Tuesday	Miércoles /Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<p>The Diabetes Education classes presented by 32BJ & LifeMasters will be on the following dates: <i>Las clases de Educación de Diabetes presentadas por 32BJ y LifeMasters se efectuaran en las siguientes fechas:</i></p>		<p>1 10am Room 719 Medications (Class # 5)</p>	<p>2 10:00 am Cuarto 719 Tema: Leyendo las Etiquetas de Comida (clase # 9)</p>	3	4	5
6	<p>7 6 pm- 6th Floor Conf Room Medications (Class # 5)</p>	<p>8 10am Room 719 Long-Term Complications (Class # 6)</p>	<p>9 10:00 am Cuarto 719 Tema: Como Afrontar la Depresión y el Estrés (clase # 10)</p>	10	11	12
13	<p>14 6 pm- 6th Floor Conf Room Long-Term Complications (Class # 6)</p>	<p>15 10 am Room 719 Basic Tips for Meal Planning (Class # 7)</p>	<p>16 10 :00 am Cuarto 719 Tema: Hipoglucemia, Hiperglucemia y Como Ingeniarse las en los Días que Esté Enfermo (clase # 11)</p>	17	18	19
20	<p>21 6 pm- 6th Floor Conf Room Basic Tips for Meal Planning (Class # 7)</p>	<p>22 10am Room 719 Preventing Complications-Part 2 (Class # 8)</p>	<p>23 10 :00 am Cuarto 719 Tema:Comprendiendo y Controlando los Lípidos (Clase #12)</p>	24	25	26
27	28	29	30	31	<p>Notes: Clases en Espanol cada Miercoles a las 10:00 am.</p>	

Sunday	Monday	Tuesday	Miercoles	Thursday	Friday	Saturday
Note The Diabetes Education classes presented by 32BJ & LifeMasters will be on the following dates: Las clases de Educación de Diabetes presentadas por 32BJ y LifeMasters se efectuaron en las siguientes fechas:					1	2
3	4 10am Room 719 <u>Preventing Complications-Part 2</u> (Class # 8)	5 10am Room 719 <u>Reading Food Labels</u> Class # 9)	6 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Viviendo con Diabetes</u> (clase # 1)	7	8	9
10	11 6 pm- 6th Floor <u>Conf Room Reading Food Label</u> (Class # 9)	12 10am Room 719 <u>Coping w/Depression and Stress</u> (Class # 10)	13 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Que son los Carbohidratos, Conteo de Carbohidratos y Tamaño de Porciones</u> (Clase #2)	14	15	16
17	18 No class Martin Luther King Day	19 10am Room 719 <u>Hypoglycemia, Hyperglycemia and Sick Day Management</u> (Class # 11)	20 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Monitoreo de Glucosa en la Sangre; A1C</u> (clase # 3)	21	22	23
24	25 6 pm- 6th Floor Conf <u>Room Coping with Depression and Stress</u> (Class # 10)	26 10am - Room 719 <u>Understanding and Controlling Lipids</u> (Class # 12)	27 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Ponerse en Movimiento con Actividad Física</u> (clase # 4)	28	29	30
31	Clases en Espanol cada Miercoles a las 10:00 am.					

Sunday	Monday	Tuesday	Miercoles	Thursday	Friday	Saturday
Clases en Espanol cada Miercoles a las 10:00 am.	1 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Hypoglycemia, Hyperglycemia and</u> <u>Sick Day Management</u> (Class # 11)	2 10am - Room 719 <u>Living With Diabetes</u> (Class # 1)	3 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Medicamentos</u> (clase # 5)	4	5	6
7	8 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Understanding and</u> <u>Controlling Lipids</u> (Class # 12)	9 10am - Room 719 <u>Carbohydrates, Counting</u> <u>and Portion Size?</u> (Class # 2)	10 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Prevención de</u> <u>Complicaciones</u> (clase # 6)	11	12	13
14	15 no class instructor on vacation	16 no class instructor on vacation	17 no class instructor on vacation	18	19	20
21	22 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Living With Diabetes</u> (Class # 1)	23 10am - Room 719 <u>Blood Glucose</u> <u>Monitoring: A1C</u> (Class # 3)	24 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Consejos Básicos</u> <u>Para la planificación de</u> <u>Comida</u> (clase # 7)	25	26	27
28	The Diabetes Education classes presented by 32BJ & LifeMasters will be on the following dates: Las clases de Educación de Diabetes presentadas por 32BJ y LifeMasters se efectuaron en las siguientes fechas:					



March/Marzo 2010



Sunday	Monday	Tuesday	Miercoles	Thursday	Friday	Saturday
Clases en Espanol cada Miercoles a las 10:00am.	1 6 pm- 6th Flr Conf Room <u>Carbohydrates, Counting and Portion Size?</u> (Class # 2)	2 10am Room 719 <u>Get Moving with Physical Activity</u> (Class # 4)	3 10 :00 am (Cuarto 719) <u>Tema: Prevención de Complicaciones-Parte 2</u> (clase # 8)	4	5	6
7	8 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Blood Glucose Monitoring: A1C</u> (Class # 3)	9 10am Room 719 <u>Medications</u> (Class # 5)	10 10:00 am Cuarto 719 <u>Tema: Leyendo las Etiquetas de Comida</u> (clase # 9)	11	12	13
14	15 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Get Moving with Physical Activity</u> (Class # 4)	16 10am Room 719 <u>Long-Term Complications</u> (Class # 6)	17 10 :00 am Cuarto 719 <u>Tema: Como Afrontar la Depresión y el Estrés</u> (clase # 10)	18	19	20
21	22 6 pm- 6th Floor Conf Room <u>Medications</u> (Class # 5)	23 10 am Room 719 <u>Basic Tips for Meal Planning</u> (Class # 7)	24 10 :00 am Cuarto 719 <u>Tema: Hipoglucemia, Hiperglucemia y Como Ingeniarse las en los Días que Esté Enfermo</u> (clase # 11)	25	26	27
28	29 no class	30 no class	31 no class	The Diabetes Education classes presented by 32BJ & LifeMasters will be on the following dates: Las clases de Educación de Diabetes presentadas por 32BJ y LifeMasters se efectuaran en las siguientes fechas:		