



SAN FERNANDO COMMUNITY DIABETES CENTER



PROJECT ALTO-D™ **(Alerting Latinos to Overcome Diabetes)**

provides diabetes screening, self-management education and coaching to people of all ages at risk for or living with diabetes.

The SFCHC Diabetes Teaching Kitchen

provides “hands-on” classroom instruction and nutritional counseling. To meet individual health needs, classes teach the relationship of diabetes to obesity, meal planning for metabolic balance, and how to prepare healthier meals with simple changes in familiar recipes.

DSME class consists of 8 weeks, Tuesday and Thursday, English and Spanish.

DTK class consists of 6 weeks, Monday, Wednesday and Friday, English and Spanish.



EI PROYECTO ALTO-D™ **(Alertando a los latinos para superar la diabetes)**

proporciona pruebas de detección de diabetes, educación para el autocontrol y entrenamiento para personas de todas las edades en riesgo o que tienen diabetes.

SFCHC Diabetes Teaching Kitchen

ofrece instrucción práctica y asesoramiento nutricional, para satisfacer las necesidades de salud individuales, las clases enseñan la relación de la diabetes con la obesidad, la planificación de las comidas para el equilibrio metabólico y cómo preparar comidas más sanas con cambios simples en recetas familiares.

La clase de DSME consta de 8 semanas, martes y jueves en inglés y español.

La clase de DTK consta de 6 semanas, lunes, miércoles y viernes en inglés y español.



SAN FERNANDO COMMUNITY
HEALTH CENTER

For more information or a schedule of classes, please call

1-818-361-0428

SAN FERNANDO

732 Mott Street, Suite 100-110
San Fernando, CA 91340

Services include:

*Medical, Dental, Behavioral Health,
Telepsychiatry, Obstetrics, Gynecology*

MISSION HILLS

11134 Sepulveda Blvd., Suite 110
Mission Hills, CA 91345

Services include:

*Medical, Case Management, Behavioral
Health, Psychiatry, Post-Acute Care*

PATIENT PORTAL

Go to: www.sfhealthcenter.org
and click on Patient Center,
Patient Portal to register for
access to 

SFCHC Your Home for Primary Care