

Florida Department of Health in Seminole County

Diabetes Empowerment Education Program

The Diabetes Empowerment Education Program, also known as DEEPTM, is an education curriculum designed to help people with pre-diabetes, diabetes, relatives and caregivers gain a better understanding of diabetes self-care.

Classes last a total of six weeks, providing participants with eight unique learning modules.



8 Class Sections

- ① **Beginning Sessions and Understanding the Human Body**
- ② **Understanding Risk Factors for Diabetes**
- ③ **Monitoring Your Body**
- ④ **Get Up and Move! Physical Activity and Diabetes**
- ⑤ **Controlling Diabetes through Nutrition**
- ⑥ **Diabetes Complications: Identification and Prevention**
- ⑦ **Learning about Medications and Medical Care**
- ⑧ **Living with Chronic Disease: Mobilizing Family and Friends**

Register Today!

Learn more about the DEEP Diabetes Empowerment Education Program at Seminole.FloridaHealth.gov
Bilingual Classes Available

Sebastian Rosa

Diabetes Peer Educator

407-665-3026

Sebastian.Rosa@FLhealth.gov



Departamento de Salud de la Florida en el Condado Seminole

Programa de Educación de Empoderamiento de la Diabetes

El Programa de Educación de Empoderamiento de la Diabetes, también conocido como DEEPTM, es un currículo de educación diseñado para ayudar a personas con prediabetes, diabetes, familiares y cuidadores a obtener una mejor comprensión del cuidado personal de la diabetes.

Las clases duran un total de seis semanas, proporcionando a los participantes con ocho módulos de aprendizaje únicos.

8 Sesiones de Clase

- ① Sesiones Iniciales y Entendiendo el Cuerpo Humano
- ② Comprender los Factores de Riesgo de la Diabetes
- ③ Monitoreando Su Cuerpo
- ④ ¡Levántate y Muévete!
Actividad Física y Diabetes
- ⑤ Controlar la Diabetes a Través de la Nutrición
- ⑥ Complicaciones de la Diabetes:
Identificación y Prevención
- ⑦ Aprender sobre Medicamentos y Atención Médica
- ⑧ Vivir con Enfermedades Crónicas:
Movilizando a Familiares y Amigos

¡Regístrese Hoy!

Conozca más sobre DEEP (Programa de Educación de Empoderamiento de la Diabetes) visitando Seminole.FloridaHealth.gov

Clases bilingües disponibles

Ineabelle Schelmety

Instructora de Diabetes

407-665-3235

Ineabelle.SchelmetyGoitia@FLhealth.gov

