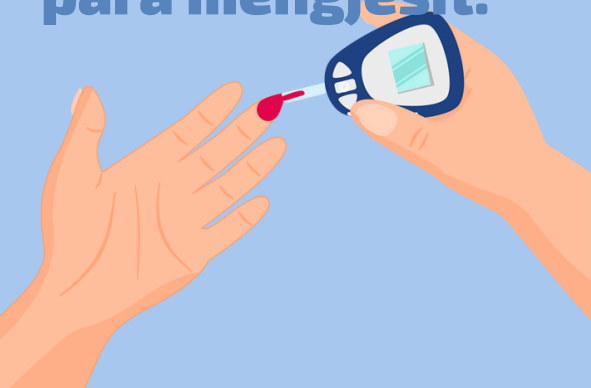


Një ditë në jetën me
DIABET
Si duhet të jetë?


world diabetes day
14 November

AQH Accessible
Quality
Healthcare
SDC project implemented by Swiss TPH

**Kontrolloni
sheqerin në gjak
para mëngjesit.**



**Zgjidh fibra
dhe proteina
për të mbajtur
energjinë e
duhur.**



**Ecni disa
minuta
shtesë.**



**Zgjidh
ushqime të
ndryshme**



**Qëndroni të
hidratuar.**



Çlodhu pak.



**Merrni ilaçet
tuaja në
kohë.**



**Mbylle ditën me
kontroll dhe
shënim të vlerave.**

