

Control your diabetes for life!

iControlé su diabetes de por vida!

(Spanish)

Si daa'im ah u xukun sokorowgaaga!

(Somali)



Eat healthy foods
Coma alimentos saludables
Cunto caafimaad leh cun



See your doctor
Visite a su médico
Dhakhtarkaaga u tag



Be active
Haga ejercicio
Firfircoonow



Get your eyes checked
Hágase un examen de la vista
Indhaha ha lagaa eego



Do not smoke
Deje de fumar
Sigaar ha cabin



See your dentist
Visite a su dentista
Dhakhtarka ilkaha u tag



Take your medicines
Tome sus medicamentos
Daawadaada qaado



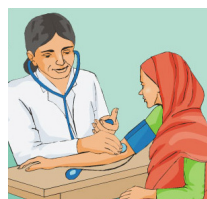
Take time to enjoy life
Disfrute la vida
Waqti see naftada



Check your blood sugar
Monitoree su nivel de azúcar
Tijaabi heerka sonkorta



Get help when you feel down
Pida ayuda cuando se sienta decaído
Markey xalada kugu adagtahay caawin weydiiso



Check your blood pressure
Examine su presión arterial
Dhiiggaaga iska cabbir



Check your feet
Revise sus pies
Lugahaaga fiiri marwalbo



Help yourself and help others
Ayudese y ayude a los demás
Naftada caawi iyo umadakalaba