

# Kijan pou w Jere Maladi Dyabèt ou a

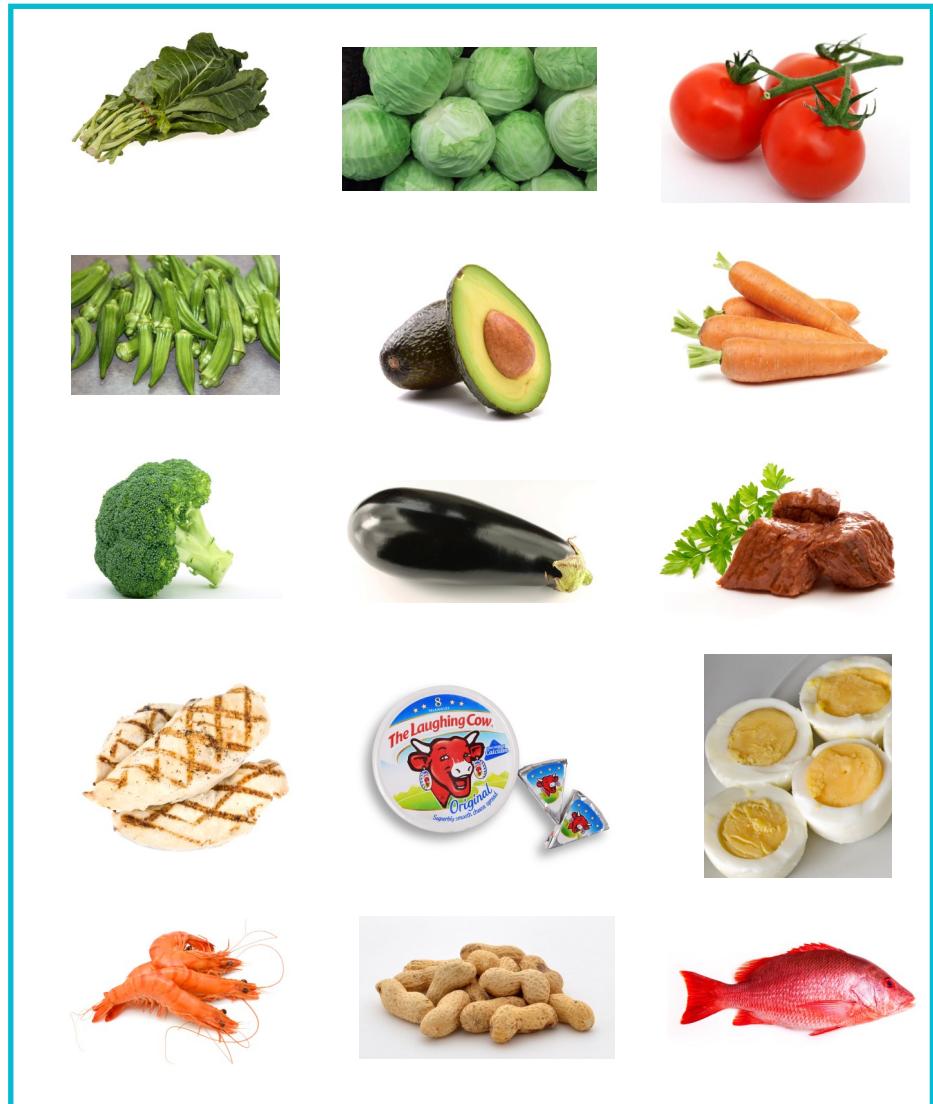
## Manje sa yo monte sik nan san w anpil.

- Chwazi 1 oubyen 2 alafwa epi manje an ti kantite.



## Manje sa yo pa monte sik nan san w anpil.

- Plen mwatye (1/2) asyèt ou ak legim.



Pale ak nitrisyonis ou si ou genyen plis kesyon!

# Kijan pou w Jere Maladi Dyabèt ou a



Eseye bwè dlo, te san sik oubyen dlo efèvesan (seltzer).

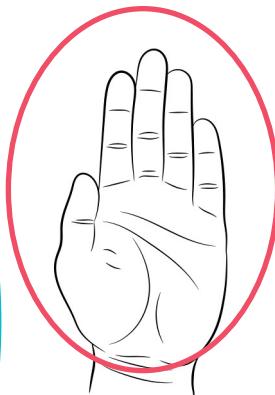
Bwason ki gen sik tankou ji ak kola monte sik nan san w anpil.



Pòson yo dwe menm gwosè ak pwaye w



Pòson yo dwe menm gwosè ak pla men w



Pòson yo dwe menm gwosè ak tout men w

