

My Diabetes

Manage Your Diabetes



મારી ડાયાબિટીસ હેલ્થકેર તમારા વિસ્તારમાં ટાઇપ 2 ડાયાબિટીસ ધરાવતા લોકોને તેમના સ્વાસ્થ્યમાં પરિવર્તન લાવવા અને તેમના ડાયાબિટીસ મેનેજમેન્ટને સુધારવા માટે એક મફત સેવા છે

કાર્યક્રમમાં જોડાવા માટે તમારા જીપી પ્રેક્ટિસનો સંપર્ક કરો, અથવા www.oviva.com/my-diabetes પર આજે જ સાઇન અપ કરો

દ્વારા પૂરી પાડવામાં
આવેલ સેવ

Oviva

ફક્ત તમારા માટે આરોગ્ય સંભાળ યોજના.

જ્યારે તમે જોડાશો, ત્યારે અમે તમારી પસંદગીઓ વિશે વાત કરીશું અને તમને તમારી પોતાની વ્યક્તિગત આરોગ્યસંભાળ યોજના પ્રદાન કરીશું જે તમારા માટે અર્થપૂર્ણ છે. તમારી યોજનાના ભાગરૂપે, તમે કાં તો આરોગ્ય કોચ અથવા આરોગ્ય કોચની આગેવાની હેઠળના સમુદાય જૂથ સાથે મેળ ખાશો જે લોકોથી બનેલા છે, જે તમને ફેરફારો કરવામાં ટેકો આપવા માટે કાર્યક્રમમાં પણ છે.



ઓવીવા એપ અને ઓવીવા લર્ન.

પુરાવા દર્શાવે છે કે જે લોકો તેમના વજન અને જીવનશૈલી પર નજર રાખે છે તેમના વજન ઘટાડવાના લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની શક્યતા બમણી છે. ઓવીવા એપ્લિકેશન તમને તમારા ખોરાક અને પ્રવૃત્તિને ટ્રેક કરવાની, તમારા ઓવીવા સમુદાય અથવા આરોગ્ય કોચને સંદેશ આપવા, ચાલતી વખતે મદદરૂપ સંસાધનોનો ઉપયોગ કરવાની અને તમે ઇચ્છો તે પરિણામો પ્રાપ્ત કરવામાં મદદ કરવા માટે તમારા લક્ષ્યો પર નજર રાખવાની મંજૂરી આપે છે.



તે એક એપ કરતાં ઘણું વધારે છે.

મારી ડાયાબિટીસ હેલ્થકેર વ્યક્તિગત સંભાળને અમારા અનન્ય ડિજિટલ સાધનો, ઓવીવા એપ્લિકેશન અને ઓવીવા સાથે જોડે છે તમારી જીવનશૈલીમાં ફેરફાર કરવા માટે તમને ટેકો આપવાનું શીખો. આ મિશ્રિત અભિગમ તમારા આરોગ્ય લક્ષ્યો પ્રાપ્ત કરવાની તમારી સંભાવનાઓને સુધારવા માટે વર્તણૂક પરિવર્તન નિષ્ણાતો દ્વારા ડિઝાઇન કરવામાં આવ્યો છે.



તમે શું પ્રાપ્ત કરી શકો છો?

આ કાર્યક્રમનો ઉદ્દેશ લોકોને તેમના ડાયાબિટીસનું વધુ સારી રીતે સંચાલન કરવામાં, તેમના આહારની ગુણવત્તામાં સુધારો કરવામાં અને તંદુરસ્ત, સુખી જીવનશૈલી જીવવા માટે નવી આદતો બનાવવામાં મદદ કરવાનો છે. જે લોકો આ કાર્યક્રમમાં ભાગ લે છે તેઓ સરેરાશ 4 કિલો વજન ઘટાડે છે જો વજન ઘટાડવું એ તેમનું વ્યક્તિગત લક્ષ્ય છે, અને 4 માંથી 1 તેમના ટાઇપ 2 ડાયાબિટીસને માફીમાં મૂકે છે!



કાર્યક્રમમાં જોડાવા માટે તમારા જીપી
પ્રેક્ટિસનો સંપર્ક કરો, અથવા

www.oviva.com/my-diabetes પર
આજે જ સાઇન અપ કરો

દ્વારા પૂરી પાડવામાં આવેલ

Oviva