

**Date:** Sunday, November 2nd, 2014

**Location:** The Grand Taj Banquet Hall  
8388 128th Street, Surrey, B.C.

**Doors open at 11:30am**

**Open house & light refreshments:**

11:30am - 1:00pm

**Forum:** 1:00pm – 4:00pm

## ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਸਬੰਧੀ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ: ਆਪਣਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲੋ!

### Diabetes and Cardiovascular Complications: Take Control to Lower Your Risk!

ਆਈਕੋਨ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਦਿਲ, ਗੁਰਦੇਆਂ ਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਉੱਤੇ ਕੇਂਦਰਤ ਇੱਕ ਕਮਿਊਨਟੀ ਫੋਰਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ:

- ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ |
- ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕਾਬੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ |
- ਖੁਦ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲਣ ਦੇ ਅਸਰਦਾਰ ਨੁਕਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਿੱਖੋ |

iCON community health forum on diabetes related illnesses of the heart, kidneys, and eyes. Join us to learn about:

- Disease prevention, signs and symptoms
- How to manage complications
- Effective tips for self-care



ਵੈਬਕਾਸਟ ਤੇ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ

LIVE WEBCAST AVAILABLE AT:  
[www.iconproject.org](http://www.iconproject.org)

ਫੋਰਮ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ  
Presented in Punjabi

ਮੁਫਤ ਦਾਖਲਾ  
Free Admission

ਐਕਸੀਬੀਸ਼ਨ  
Booth Exhibitions

### ਬੁਲਾਰੇ Speakers



Dr. Kendall Ho



Dr. Gulzar Cheema



Dr. Sajal Jain



Dr. Leena Jain



Priti Suri



Jay Bains

ਸਿਹਤ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ ਪੁਸ਼ਟ ਭੋਜਨ, ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਰੋਗ ਮੁਕਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕਈ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ!

Ask the experts your questions about nutrition, lifestyle management, recovery and more!

iCON would like to acknowledge funding support from the Ministry of Health Patients as Partners Program for making this event possible

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ / To register visit our website: [WWW.ICONPROJECT.ORG](http://WWW.ICONPROJECT.ORG)



Ministry of Health



Vancouver Coastal Health  
Promoting wellness. Ensuring care.



Pharmacy at SAFEWAY



Shaw) Multicultural

