

# health forums

Our health forums and chats provide an online meeting space where members can discuss, share knowledge, and talk to each other about a wide variety of health topics that interest them. Led by our Chief Medical Officer, Rosemary Ku, helping our members navigate their healthcare journey is at the forefront of UnitedAg.



## 2023 Webinar Schedule

Jun

### Diabetes & Sleep | Health Forum

🕒 English: June 28 at 11:00 AM | Spanish: June 29 at 5:00 PM

We are thrilled to launch our Community Health Forum for people with diabetes! The topic for the first session will be sleep, something we all need more of. In our busy lives, sleep is usually the last priority but it's one of the most important parts of healthy living, especially for people with diabetes. Join us for a lively discussion on how sleep affects all aspects of health and practical strategies to achieve better quality sleep.

Aug  
17

### Immunization | HealthChats

🕒 10:00 AM

Thanks to vaccines, diseases that once ravaged our nation, such as polio and measles, are now rarely encountered. Vaccines offer immunity, prevent disease spread and are among the most cost-effective preventative health measures, saving billions of dollars in direct and indirect healthcare costs. Despite these benefits, many Americans remain hesitant towards immunizations. Hear Dr. Rosemary Ku debunk popular myths about vaccines, including those about their efficacy and dangers.

Nov  
16

### Diabetes Awareness | HealthChats

🕒 10:00 AM

Many people are at an increased risk of prediabetes or type 2 diabetes during their lifetime. The good news is - both are largely preventable by making certain lifestyle changes. These changes can also lower your chances of developing heart disease and some cancers as well. Learn more about your metabolism, proper A1c numbers, and how to prevent developing prediabetes and diabetes 2.

Register online at [unitedag.org/healthforums](https://unitedag.org/healthforums)




Nuestros foros de salud brindan un espacio de reunión en línea donde los miembros pueden platicar, compartir conocimientos y hablar entre ellos sobre una amplia variedad de temas de salud que les interesen. Dirigido por nuestra Enfermera administradora de casos Jayne Rodriguez-Hernandez, con la misión de mejorar la experiencia de atención médica de nuestros miembros.



## Calendario de foros virtuales de 2023

Jun  
29

### Diabetes y sueño | Foro de Salud

 5:00 PM

¡Estamos encantados de lanzar nuestro Foro de Salud Comunitario para personas con diabetes! El tema de la primera sesión será el sueño, algo que todos necesitamos más. En nuestras vidas ocupadas, el sueño suele ser la última prioridad, pero es una de las partes más importantes de una vida saludable, especialmente para las personas con diabetes. Únase a nosotros para una discusión animada sobre cómo el sueño afecta todos los aspectos de la salud y las estrategias prácticas para lograr un sueño de mejor calidad.



Mi nombre es Jayne Rodriguez-Hernandez, y soy la Enfermera de Revisión de Utilización en UnitedAg. Nací y crecí en el sur de Texas, en la región conocida como el Valle del Río Grande que es rica en agricultura. He estado en la profesión médica toda mi vida adulta y soy LVN con 21 años de experiencia. Me encanta la enfermería y todas las maravillosas oportunidades que me ha ofrecido para compartir con otros a través de la educación.

**Jayne Rodriguez-Hernandez**

*Enfermera de Revision de Utilizacion, UnitedAg*