

Please complete your contact details below and we will call you to discuss your eligibility for the *Life!* program.

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| Name                                     | <input type="text"/>  | Do you have diabetes?   | <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No |
| DOB                                      | <input type="text"/>  | Do you have a history of heart disease?   | <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No |
| Gender                                   | <input type="checkbox"/> Female <input type="checkbox"/> Male <input type="checkbox"/> Other  | Have you had diabetes whilst pregnant?  | <input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No |
| Address                                  | <input type="text"/>  | <b>By signing below, I confirm my wish to enrol in the <i>Life!</i> program and I consent to the following:</b>   |  |
| State                                    | <input type="text"/>  | Postcode  | <input type="text"/>                                     |
| Email                                    | <input type="text"/>  | <input checked="" type="checkbox"/> Providing my personal information to Diabetes Victoria for the purposes of registration, administration and monitoring of my participation in the <i>Life!</i> program; and<br><input checked="" type="checkbox"/> For my health professional to release my health information to Diabetes Victoria to complete my referral into the program; |  |
| Phone                                    | <input type="text"/>  | <b>PLEASE SIGN &amp; DATE HERE</b>  |  |
| Preferred day/time to be called          | <input type="text"/>  | <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>  |  |
| AUSDRISK score (overleaf)                | <input type="text"/>  | <b>Signature</b>  |  |
| Height                                   | <input type="text"/>  | <b>Date</b>   |  |
| Weight                                   | <input type="text"/>  | Diabetes Victoria respects and upholds people's privacy rights. See our privacy policy here <a href="https://www.diabetesvic.org.au/privacy-policy">https://www.diabetesvic.org.au/privacy-policy</a>   |  |
| BMI score (see chart below to calculate) | <input type="text"/>  |   |  |
| How did you hear about us?               | <input type="checkbox"/> Workplace <input type="checkbox"/> Event <input type="checkbox"/> Community Group <input type="checkbox"/> Other |   |  |
| Please specify where/when                | <input type="text"/>  |   |  |

## Body Mass Index Chart – Work out your BMI

Body Mass Index (BMI) is used to determine whether you are in a healthy weight range for your height.

**Your BMI can be calculated using the chart.** Select your height and then move along the row to your weight. Where your height and weight meet is your calculated BMI. Alternatively you can divide your weight (kilograms) by your height (metres) squared. E.g.  $74 \div (1.7 \times 1.7)$ . An example has been included for a person weighing 74kgs and 170cms tall. Their BMI is 26.

|     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |       |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 200 | 13 | 13 | 14 | 14 | 15 | 15 | 16 | 16 | 17 | 17 | 18 | 18 | 19 | 19 | 20 | 20 | 21 | 21 | 22 | 22 | 23 | 23 | 24 | 24 | 25 | 25 | 26 | 26 | 27 | 27 | 28 | 28 | 29 | 29 | 30 | 30 | 31 | 31 | 32 | 32 | 33 | 33 | 34 | 34 | 35 | 35 | 36 | 36 | 37 | 37 | 38 | 38 | 39 | 39 | 40 | 40 | 41 | 41 | 42 | 42 | 43 | 43 | 44 | 44 | 45 | 45 | 46 | 46 | 47 | 47 | 48 | 48 | 49 | 49 | 50 | 50 | 51 | 51 | 52 | 52 | 53 | 53 | 54 | 54 | 55 | 55 | 56 | 56 | 57 | 57 | 58 | 58 | 59 | 59 | 60 | 60 | 61 | 61 | 62 | 62 | 63 | 63 | 64 | 64 | 65 | 65 | 66 | 66 | 67 | 67 | 68 | 68 | 69 | 69 | 70 | 70 | 71 | 71 | 72 | 72 | 73 | 73 | 74 | 74 | 75 | 75 | 76 | 76 | 77 | 77 | 78 | 78 | 79 | 79 | 80 | 80 | 81 | 81 | 82 | 82 | 83 | 83 | 84 | 84 | 85 | 85 | 86 | 86 | 87 | 87 | 88 | 88 | 89 | 89 | 90 | 90 | 91 | 91 | 92 | 92 | 93 | 93 | 94 | 94 | 95 | 95 | 96 | 96 | 97 | 97 | 98 | 98 | 99 | 99 | 100 | 100 | 101 | 101 | 102 | 102 | 103 | 103 | 104 | 104 | 105 | 105 | 106 | 106 | 107 | 107 | 108 | 108 | 109 | 109 | 110 | 110 | 111 | 111 | 112 | 112 | 113 | 113 | 114 | 114 | 115 | 115 | 116 | 116 | 117 | 117 | 118 | 118 | 119 | 119 | 120 | 120 | 121 | 121 | 122 | 122 | 123 | 123 | 124 | 124 | 125 | 125 | 126 | 126 | 127 | 127 | 128 | 128 | 129 | 129 | 130 | 130 | 131 | 131 | 132 | 132 | 133 | 133 | 134 | 134 | 135 | 135 | 136 | 136 | 137 | 137 | 138 | 138 | 139 | 139 | 140 | 140 | 141 | 141 | 142 | 142 | 143 | 143 | 144 | 144 | 145 | 145 | 146 | 146 | 147 | 147 | 148 | 148 | 149 | 149 | 150 | 150 | 151 | 151 | 152 | 152 | 153 | 153 | 154 | 154 | 155 | 155 | 156 | 156 | 157 | 157 | 158 | 158 | 159 | 159 | 160 | 160 | 161 | 161 | 162 | 162 | 163 | 163 | 164 | 164 | 165 | 165 | 166 | 166 | 167 | 167 | 168 | 168 | 169 | 169 | 170 | 170 | 171 | 171 | 172 | 172 | 173 | 173 | 174 | 174 | 175 | 175 | 176 | 176 | 177 | 177 | 178 | 178 | 179 | 179 | 180 | 180 | 181 | 181 | 182 | 182 | 183 | 183 | 184 | 184 | 185 | 185 | 186 | 186 | 187 | 187 | 188 | 188 | 189 | 189 | 190 | 190 | 191 | 191 | 192 | 192 | 193 | 193 | 194 | 194 | 195 | 195 | 196 | 196 | 197 | 197 | 198 | 198 | 199 | 199 | 200 | 200 | 201 | 201 | 202 | 202 | 203 | 203 | 204 | 204 | 205 | 205 | 206 | 206 | 207 | 207 | 208 | 208 | 209 | 209 | 210 | 210 | 211 | 211 | 212 | 212 | 213 | 213 | 214 | 214 | 215 | 215 | 216 | 216 | 217 | 217 | 218 | 218 | 219 | 219 | 220 | 220 | 221 | 221 | 222 | 222 | 223 | 223 | 224 | 224 | 225 | 225 | 226 | 226 | 227 | 227 | 228 | 228 | 229 | 229 | 230 | 230 | 231 | 231 | 232 | 232 | 233 | 233 | 234 | 234 | 235 | 235 | 236 | 236 | 237 | 237 | 238 | 238 | 239 | 239 | 240 | 240 | 241 | 241 | 242 | 242 | 243 | 243 | 244 | 244 | 245 | 245 | 246 | 246 | 247 | 247 | 248 | 248 | 249 | 249 | 250 | 250 | 251 | 251 | 252 | 252 | 253 | 253 | 254 | 254 | 255 | 255 | 256 | 256 | 257 | 257 | 258 | 258 | 259 | 259 | 260 | 260 | 261 | 261 | 262 | 262 | 263 | 263 | 264 | 264 | 265 | 265 | 266 | 266 | 267 | 267 | 268 | 268 | 269 | 269 | 270 | 270 | 271 | 271 | 272 | 272 | 273 | 273 | 274 | 274 | 275 | 275 | 276 | 276 | 277 | 277 | 278 | 278 | 279 | 279 | 280 | 280 | 281 | 281 | 282 | 282 | 283 | 283 | 284 | 284 | 285 | 285 | 286 | 286 | 287 | 287 | 288 | 288 | 289 | 289 | 290 | 290 | 291 | 291 | 292 | 292 | 293 | 293 | 294 | 294 | 295 | 295 | 296 | 296 | 297 | 297 | 298 | 298 | 299 | 299 | 300 | 300 | 301 | 301 | 302 | 302 | 303 | 303 | 304 | 304 | 305 | 305 | 306 | 306 | 307 | 307 | 308 | 308 | 309 | 309 | 310 | 310 | 311 | 311 | 312 | 312 | 313 | 313 | 314 | 314 | 315 | 315 | 316 | 316 | 317 | 317 | 318 | 318 | 319 | 319 | 320 | 320 | 321 | 321 | 322 | 322 | 323 | 323 | 324 | 324 | 325 | 325 | 326 | 326 | 327 | 327 | 328 | 328 | 329 | 329 | 330 | 330 | 331 | 331 | 332 | 332 | 333 | 333 | 334 | 334 | 335 | 335 | 336 | 336 | 337 | 337 | 338 | 338 | 339 | 339 | 340 | 340 | 341 | 341 | 342 | 342 | 343 | 343 | 344 | 344 | 345 | 345 | 346 | 346 | 347 | 347 | 348 | 348 | 349 | 349 | 350 | 350 | 351 | 351 | 352 | 352 | 353 | 353 | 354 | 354 | 355 | 355 | 356 | 356 | 357 | 357 | 358 | 358 | 359 | 359 | 360 | 360 | 361 | 361 | 362 | 362 | 363 | 363 | 364 | 364 | 365 | 365 | 366 | 366 | 367 | 367 | 368 | 368 | 369 | 369 | 370 | 370 | 371 | 371 | 372 | 372 | 373 | 373 | 374 | 374 | 375 | 375 | 376 | 376 | 377 | 377 | 378 | 378 | 379 | 379 | 380 | 380 | 381 | 381 | 382 | 382 | 383 | 383 | 384 | 384 | 385 | 385 | 386 | 386 | 387 | 387 | 388 | 388 | 389 | 389 | 390 | 390 | 391 | 391 | 392 | 392 | 393 | 393 | 394 | 394 | 395 | 395 | 396 | 396 | 397 | 397 | 398 | 398 | 399 | 399 | 400 | 400 | 401 | 401 | 402 | 402 | 403 | 403 | 404 | 404 | 405 | 405 | 406 | 406 | 407 | 407 | 408 | 408 | 409 | 409 | 410 | 410 | 411 | 411 | 412 | 412 | 413 | 413 | 414 | 414 | 415 | 415 | 416 | 416 | 417 | 417 | 418 | 418 | 419 | 419 | 420 | 420 | 421 | 421 | 422 | 422 | 423 | 423 | 424 | 424 | 425 | 425 | 426 | 426 | 427 | 427 | 428 | 428 | 429 | 429 | 430 | 430 | 431 | 431 | 432 | 432 | 433 | 433 | 434 | 434 | 435 | 435 | 436 | 436 | 437 | 437 | 438 | 438 | 439 | 439 | 440 | 440 | 441 | 441 | 442 | 442 | 443 | 443 | 444 | 444 | 445 | 445 | 446 | 446 | 447 | 447 | 448 | 448 | 449 | 449 | 450 | 450 | 451 | 451 | 452 | 452 | 453 | 453 | 454 | 454 | 455 | 455 | 456 | 456 | 457 | 457 | 458 | 458 | 459 | 459 | 460 | 460 | 461 | 461 | 462 | 462 | 463 | 463 | 464 | 464 | 465 | 465 | 466 | 466 | 467 | 467 | 468 | 468 | 469 | 469 | 470 | 470 | 471 | 471 | 472 | 472 | 473 | 473 | 474 | 474 | 475 | 475 | 476 | 476 | 477 | 477 | 478 | 478 | 479 | 479 | 480 | 480 | 481 | 481 | 482 | 482 | 483 | 483 | 484 | 484 | 485 | 485 | 486 | 486 | 487 | 487 | 488 | 488 | 489 | 489 | 490 | 490 | 491 | 491 | 492 | 492 | 493 | 493 | 494 | 494 | 495 | 495 | 496 | 496 | 497 | 497 | 498 | 498 | 499 | 499 | 500 | 500 | 501 | 501 | 502 | 502 | 503 | 503 | 504 | 504 | 505 | 505 | 506 | 506 | 507 | 507 | 508 | 508 | 509 | 509 | 510 | 510 | 511 | 511 | 512 | 512 | 513 | 513 | 514 | 514 | 515 | 515 | 516 | 516 | 517 | 517 | 518 | 518 | 519 | 519 | 520 | 520 | 521 | 521 | 522 | 522 | 523 | 523 | 524 | 524 | 525 | 525 | 526 | 526 | 527 | 527 | 528 | 528 | 529 | 529 | 530 | 530 | 531 | 531 | 532 | 532 | 533 | 533 | 534 | 534 | 535 | 535 | 536 | 536 | 537 | 537 | 538 | 538 | 539 | 539 | 540 | 540 | 541 | 541 | 542 | 542 | 543 | 543 | 544 | 544 | 545 | 545 | 546 | 546 | 547 | 547 | 548 | 548 | 549 | 549 | 550 | 550 | 551 | 551 | 552 | 552 | 553 | 553 | 554 | 554 | 555 | 555 | 556 | 556 | 557 | 557 | 558 | 558 | 559 | 559 | 560 | 560 | 561 | 561 | 562 | 562 | 563 | 563 | 564 | 564 | 565 | 565 | 566 | 566 | 567 | 567 | 568 | 568 | 569 | 569 | 570 | 570 | 571 | 571 | 572 | 572 | 573 | 573 | 574 | 574 | 575 | 575 | 576 | 576 | 577 | 577 | 578 | 578 | 579 | 579 | 580 | 580 | 581 | 581 | 582 | 582 | 583 | 583 | 584 | 584 | 585 | 585 | 586 | 586 | 587 | 587 | 588 | 588 | 589 | 589 | 590 | 590 | 591 | 591 | 592 | 592 | 593 | 593 | 594 | 594 | 595 | 595 | 596 | 596 | 597 | 597 | 598 | 598 | 599 | 599 | 600 | 600 | 601 | 601 | 602 | 602 | 603 | 603 | 604 | 604 | 605 | 605 | 606 | 606 | 607 | 607 | 608 | 608 | 609 | 609 | 610 | 610 | 611 | 611 | 612 | 612 | 613 | 613 | 614 | 614 | 615 | 615 | 616 | 616 | 617 | 617 | 618 | 618 | 619 | 619 | 620 | 620 | 621 | 621 | 622 | 622 | 623 | 623 | 624 | 624 | 625 | 625 | 626 | 626 | 627 | 627 | 628 | 628 | 629 | 629 | 630 | 630 | 631 | 631 | 632 | 632 | 633 | 633 | 634 | 634 | 635 | 635 | 636 | 636 | 637 | 637 | 638 | 638 | 639 | 639 | 640 | 640 | 641 | 641 | 642 | 642 | 643 | 643 | 644 | 644 | 645 | 645 | 646 | 646 | 647 | 647 | 648 | 648 | 649 | 649 | 650 | 650 | 651 | 651 | 652 | 652 | 653 | 653 | 654 | 654 | 655 | 655 | 656 | 656 | 657 | 657 | 658 | 658 | 659 | 659 | 660 | 660 | 661 | 661 | 662 | 662 | 663 | 663 | 664 | 664 | 665 | 665 | 666 | 666 | 667 | 667 | 668 | 668 | 669 | 669 | 670 | 670 | 671 | 671 | 672 | 672 | 673 | 673 | 674 | 674 | 675 | 675 | 676 | 676 | 677 | 677 | 678 | 678 | 679 | 679 | 680 | 680 | 681 | 681 | 682 | 682 | 683 | 683 | 684 | 684 | 685 | 685 | 686 | 686 | 687 | 687 | 688 | 688 | 689 | 689 | 690 | 690 | 691 | 691 | 692 | 692 | 693 | 693 | 694 | 694 | 695 | 695 | 696 | 696 | 697 | 697 | 698 | 698 | 699 | 699 | 700 | 700 | 701 | 701 | 702 | 702 | 703 | 703 | 704 | 704 | 705 | 705 | 706 | 706 | 707 | 707 | 708 | 708 | 709 | 709 | 710 | 710 | 711 | 711 | 712 | 712 | 713 | 713 | 714 | 714 | 715 | 715 | 716 | 716 | 717 | 717</ |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|

# The Australian Type 2 Diabetes Risk Assessment Tool (AUSDRISK)

The AUSDRISK tool estimates your risk of getting type 2 diabetes in the next 5 years.

## 1. Your age group:

- Under 35 years  0 points  
35–44 years  2 points  
45–54 years  4 points  
55–64 years  6 points  
65 years or over  8 points

## 2. Your gender:

- Female  0 points  
Male  3 points

## 3. Your ethnicity/country of birth:

### a. Are you of Aboriginal, Torres Strait Islander, Pacific Islander or Maori descent?

- No  0 points  
Yes  2 points

### b. Where were you born?

- Australia  0 points  
Southern Europe  2 points  
North Africa  2 points  
Asia (including the Indian sub-continent)  2 points  
Middle East  2 points  
Other  0 points

## 4. Have either of your parents, or any of your brothers or sisters been diagnosed with diabetes (type 1 or type 2)?

- No  0 points  
Yes  3 points

## 5. Have you ever been found to have high blood glucose (sugar) for example, in a health examination, during an illness, during pregnancy?

- No  0 points  
Yes  6 points

## 6. Are you currently taking medication for high blood pressure?

- No  0 points  
Yes  2 points

## 7. Do you currently smoke cigarettes or any other tobacco products on a daily basis?

- No  0 points  
Yes  2 points

## 8. How often do you eat vegetables or fruit?

- Everyday  0 points  
Not everyday  1 point

## 9. On average, would you say you do at least 2.5 hours of physical activity per week (for example, 30 minutes a day on 5 or more days a week)?

- Yes  0 points  
No  2 points

## 10. Your waist measurement taken below the ribs (usually at the level of the navel, while standing):

Waist measurement (cm) \_\_\_\_\_

## 11. Complete either the purple or orange box below, as appropriate:

### For those of Asian or Aboriginal or Torres Strait Islander descent:

| Men             | Women          |                                   |
|-----------------|----------------|-----------------------------------|
| Less than 90cm  | Less than 80cm | <input type="checkbox"/> 0 points |
| 90–100cm        | 80–90cm        | <input type="checkbox"/> 4 points |
| More than 100cm | More than 90cm | <input type="checkbox"/> 7 points |

### For all others:

| Men             | Women           |                                   |
|-----------------|-----------------|-----------------------------------|
| Less than 102cm | Less than 88cm  | <input type="checkbox"/> 0 points |
| 102–110cm       | 88–100cm        | <input type="checkbox"/> 4 points |
| More than 110cm | More than 100cm | <input type="checkbox"/> 7 points |

## Add up your points

## Your risk of developing type 2 diabetes within 5 years\*:

### 5 or less: Low risk

Approximately one person in every 100 will develop diabetes.

### 6–11: Intermediate risk

For scores of 6–8, approximately one person in every 50 will develop diabetes.

For scores of 9–11, approximately one person in every 30 will develop diabetes.

### 12 or more: High risk

For scores of 12–15, approximately one person in every 14 will develop diabetes.

For scores of 16–19, approximately one person in every seven will develop diabetes.

For scores of 20 and above, approximately one person in every three will develop diabetes.

\*The overall score may overestimate the risk of diabetes in people younger than 25.

The Australian Type 2 Diabetes Risk Assessment Tool was originally developed by the International Diabetes Institute on behalf of the Australian, State and Territory Governments as part of the COAG Diabetes reducing the risk of type 2 diabetes initiative.