

Center for Diabetes - Kbh



# Hjertesygdom eller type 2-diabetes?

Få vejledning og støtte til at leve et godt liv  
med din sygdom

# Velkommen til Center for Diabetes

Få et forløb i Center for Diabetes og få støtte til dit liv med hjertesygdom eller type 2-diabetes.

Center for Diabetes er for dig, der bor i København og har en hjertesygdom eller type 2-diabetes. Vi tilbyder fx:

- samtaler om dit liv og dét, der er vigtigt for dig
- undervisning om livet med hjertesygdom og diabetes
- forskellige træningshold
- madlavning og kostvejledning
- rygestopkurser og samtaler om alkohol
- støtte til pårørende.

Vi vil gerne gøre det nemmere for dig at leve et godt liv. Derfor har vi bl.a. undervisningshold, hvor du får gode råd og redskaber til at håndtere livet med hjertesygdom eller diabetes.

På vores madlavningshold får du praktisk erfaring med at lave sunde og velsmagende måltider. Og vores træningshold hjælper dig med at få

mere bevægelse ind i hverdagen. Du kan fx deltage i boldspil, yoga eller styrke- og konditionstræning.

Når du går på et hold, er det altid sammen med andre, der har samme sygdom som dig – enten hjertesygdom eller type 2-diabetes. Et forløb varer typisk 3-6 måneder, og du kan komme både i dag- og aften timerne. Vi bor på Vesterbrogade 121 - tæt på metrostationerne på Enghave Plads og Frederiksberg Allé.

## Engagerede og dygtige medarbejdere

I centret møder du bl.a. vores dygtige diætister, fysioterapeuter og sygeplejersker. Vi samarbejder på tværs af faggrupper, og vi arbejder også sammen med andre dele af sundhedsvæsenet - fx hospitalerne og de praktiserende læger. Vi er her alle for at hjælpe dig, så du kan leve det bedst mulige liv med din sygdom.



## Sådan får du et forløb

Det er gratis at gå i Center for Diabetes, men det kræver en henvisning. Fortæl din læge eller hospitalet, at du er interesseret i et forløb hos os. Så kan de sende en henvisning.

Derefter bliver du indkaldt til en samtale. Her møder du din kontaktperson, som er en af centrets sundhedsfaglige medarbejdere. I tager en snak om dét, der er vigtigt for dig, og sammen finder I ud af, hvad dit forløb skal bestå af.

Velkommen til Center for Diabetes  
- vi glæder os til at møde dig.

” Vi viser dig vejen til et godt liv med din sygdom

## Tilbud på andre sprog end dansk

Center for Diabetes er for alle med hjertesygdomme og type 2-diabetes i Københavns Kommune – også dig, der ikke har dansk som førstesprog.

Vi kan sørge for, at der er en tolk med til dine individuelle samtaler. Og du kan få viden og inspiration på andre sprog end dansk. Vi har fx holdundervisning på tyrkisk, arabisk og urdu.

Ring til os på 3530 2400, hvis du vil vide mere om Center for Diabetes, og hvad vi kan gøre for dig. Du kan også læse mere på [diabetes.kk.dk](http://diabetes.kk.dk).

## Kontakt

### Center for Diabetes – Kbh

Københavns Kommune

Vesterbrogade 121, 3. sal

1620 København V.

Telefon 3530 2400

[www.diabetes.kk.dk](http://www.diabetes.kk.dk)

