

Lev godt med type 2- diabetes



I Center for Diabetes har vi et forløb til dig, der har **type 2-diabetes**

Hos os kan du få viden om og inspiration til at håndtere din sygdom.

Du skal være over 18 år og bo i København for at deltage i forløbet.

Forløbet er gratis.

Du får som det første tilbudt en personlig samtale, hvor vi sammen vil skræddersy dit forløb.

DIT FORLØB KAN BESTÅ AF:

- personlig samtale
- undervisning i livet med sygdommen
- træning på hold
- kostvejledning og madlavning
- rygestopvejledning
- samtaler om alkohol.

Du vælger selv, hvilke dele dit forløb skal bestå af.

Der er mulighed for at få tolk.

Træning, undervisning og madlavning foregår på hold med 10-12 deltagere og en eller to undervisere. Der er hold særligt for kvinder og for borgere med anden etnisk baggrund.



SÅDAN KOMMER DU I GANG:

Bed din læge om at henvise dig til Center for Diabetes. Derefter får du et brev med en invitation til en personlig samtale med en sundhedsfaglig medarbejder. Sammen planlægger I dit forløb.

Center for Diabetes

Vesterbrogade 121, 3. sal

1620 København V

Telefon: 35 30 24 00

E-mail: diabetes@suf.kk.dk