

Til deg som nettopp har fått type 2-diabetes

Diabetesteamet og Lærings- og mestringssenteret ved Nordlandssykehuset tilbyr gruppeundervisning med fokus på grunnleggende kunnskap om type 2-diabetes.

Hva er viktig å tenke på i første omgang?

Hva med kosthold og fysisk aktivitet?

Hvordan kan du selv bidra til å regulere blodsukkeret?

Ingen påmelding eller henvisning kreves.

Tilbudet er gratis. Reiseutgifter blir ikke refundert.

Pårørende kan gjerne være med.

Velkommen!

Undervisningen gjentas følgende datoer:

2019 Torsdag 19. september og torsdag 21. november

2020 Onsdag 26. februar og torsdag 23. april

Sted: Lærings- og mestringssenteret,
Nordlandssykehuset Bodø, fløy H, 1. etasje

Tidspunkt: 12.00 – 15.00

Kontakt: Lærings- og mestringssenteret, tlf. 75 57 00 14.
E-post: lmsenter@nlsh.no

