

Kurset passer for

Pasienter med diabetes og deres pårørende

Praktisk informasjon

Påmelding: Kontakt Lærings- og mestringssenteret
Kurs ved Hallingdal sjukestugu
Du trenger henvisning fra lege (*fastlege eller sykehuslege*)

Deltakeravgift: Egenandel, evt. frikort

Bevertning: Enkel lunsj

Kurslokale: Hallingdal sjukestugu i «Basebygget» ved helikopterplassen

Kurslege: Rune Rindal

Kontaktinformasjon

Ringerike sykehus | Lærings- og mestringssenteret

Telefon: 32 11 60 05

Mobiltelefon: 976 42 926

E-post: lms.ringerike@vestreviken.no

Postadresse

Vestre Viken HF

Ringerike sykehus

Postboks 800, 3004 DRAMMEN

Telefon sentralbord: 03525



Mer informasjon finner du på våre nettsider:

www.vestreviken.no



Diabetes type 2

Kurs for pasienter og pårørende
Hallingdal sjukestugu



Foto: Colourbox | Tekst og oppsett: Vestre Viken © 2014

Program 6. november 2019:

- Kl. 08.30 **Registrering og kaffe**
- Kl. 08.45 **Presentasjon, forventninger**
- Kl. 09.00 **Hva bør jeg vite om sykdommen?**
v/ overlege Rune Rindal
- Kl. 10.00 **Pause**
- Kl. 10.15 **Hva trenger du å vite om diabetes?**
v/ diabetessykepleier
Kirsten Schulz
- Kl. 11.15 **Pause**
- Kl. 11.30 **Tannhelse og diabetes** v/tannpleier Mai Britt Ulviksbakken
- Kl. 12.15 **Lunsj**
- Kl. 13.00 **Blodsuktermåling/spørsmål**
- Kl. 13.45 **Pause**
- Kl. 14.00 **Frisklivssentralen informasjon og tilbud**
v/ Frisklivssentralen. Ål, Live Berg
- kl. 14.30 **Pause**
- Kl. 14.45 **Føtter i fokus**
v / Kirsten Schulz
- kl. 15.30 **Takk for i dag**

Program 7. november 2019:

Alle som har blodsukkerapparat måler blodsukkeret hjemme og tar med seg resultatet til kurset.

- Kl. 08.30 **«Sjef i eget liv». Diabetesforbundet.**
v/ bruker Terje Lyseth
- Kl. 09.00 **«Det bevegelige menneske»**
Vi går ut på tur, måling av blodsukker
- Kl. 11.30 **Lunsj**
- Kl. 12.15 **Kosthold**
v / klinisk ernæringsfysiolog Katarzyna Johansson
- Kl. 13.45 **Pause**
- Kl. 14.00 **Forebygging og behandling av senkomplikasjoner**
v/ overlege Rune Rindal
- kl. 14.30 **Pause**
- Kl. 14.45 **Fysisk aktivitet – hva skjer i kroppen?**
v/ fysioterapeut Leif Andre Viken
- kl. 15.30 **Spørsmål og avslutning**

NB! Programmet er satt opp med forbehold om mindre endringer.

Kurset arrangeres av: Lærings- og mestringssenteret i samarbeid med Hallingdal sjukestugu.