

# MIN DIABETES

## – allt du behöver för ett bra liv

Diabetes Stockholm och Diabetes Sverige har beviljats projektstöd från Allmänna arvsfonden för att utveckla **Min diabetes**, en digital utbildning för personer med typ 2-diabetes. För att innehållet ska spegla faktiska behov tas utbildningen fram tillsammans med personer som lever med typ 2-diabetes.

### Bakgrund

Diabetes är en av världens snabbast växande sjukdomar och drygt 500 000 människor lever med typ 2-diabetes i Sverige. Egenvård är en stor del av behandlingen vid typ 2-diabetes och det är viktigt att få kunskap och stöd för att kunna hantera vardagen. I dag ser vi ett behov av kompletterande stöd, både hos personer som nyligen fått sin diagnos och hos dem som levt med diabetes under lång tid.

### Målgrupp

- Nydebuterade med typ 2-diabetes.
- Personer med typ 2-diabetes som har behov av fördjupad kunskap och stöd i vardagen.

### Syfte

Att ge personer med typ 2-diabetes kunskap, motivation och verktyg som kan leda till ökad hälsa och livskvalitet.

### Mål

Att utbildningen ska fungera som en guide dit personer som lever med typ 2-diabetes kan vända sig till för att få stöd för att hantera sin diabetes.

### Kontakt

Vill du veta mer om projektet **Min diabetes** eller bidra med dina erfarenheter är du varmt välkommen att kontakta oss.

**Åsa Wallin, projektledare**, asa@diabetesstockholm.se

**Anna Stenesand, kommunikatör**, anna@diabetesstockholm.se

### Upplägg och tidsplan

Arbetet leds av ett projektteam med stöd av en styrgrupp. Vi arbetar med referensgrupper som har representanter både från målgruppen och sakkunniga. Projektet har även samarbetspartners, bland annat Akademiskt primärvårdscentrum (APC) och Obesitas Sverige som bidrar med kunskap och nätverk.

#### År 1. Behovsinventering och konceptutveckling

År ett fokuserar vi på att få fördjupad förståelse för behovet av stöd hos målgruppen via kvalitativa och kvantitativa undersökningar i form av fokusgrupper och enkäter. Vi kommer även ta fram tekniska förutsättningar för den digitala plattformen.

#### År 2. Rekrytering, förankring och marknadsföring

År två marknadsförs utbildningen och vi rekryterar 100 testdeltagare via egna led och i samarbete med primärvården.

#### År 3. Genomförande och implementering

År tre utvärderar vi testresultat och gör relevanta uppdateringar. Vi fokuserar på rekrytering av 500 personer och för dialog med vården för att utbildningen ska kunna implementeras och ingå som en naturlig del inom diabetesvården för personer med typ 2-diabetes.

Projektet *Min diabetes* drivs av Diabetes Stockholm och Diabetes Sverige med stöd av Allmänna arvsfonden. Projektet löper under 3 år, från augusti 2025 - juli 2028. **Läs mer om oss:** [www.diabetesstockholm.se](http://www.diabetesstockholm.se), [www.diabetessverige.se](http://www.diabetessverige.se)

