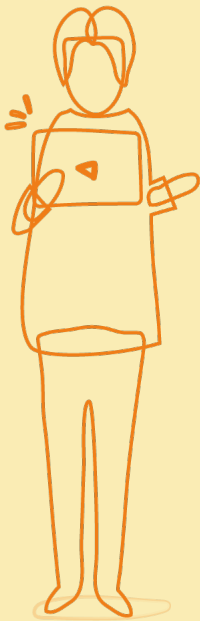


Vill du lära dig mer om
DIABETES?



Gå en kurs
hos oss!



Diabetes Stockholm

Vi är en ideell intresseorganisation för personer med diabetes och deras närstående. Vi sprider kunskap om diabetes, driver på utvecklingen inom diabetesvården och lyfter fram vikten av individanpassad vård. Vår målsättning är att alla med diabetes ska kunna leva ett bra liv. Föreningen är en del av Diabetes Sverige.

UTBILDNINGAR, exempel på vårt grundutbud

En viktig pusselbit i vårt uppdrag är de utbildningar om diabetes föreningen erbjuder. Med en blandning av spännande nyheter och ett stabilt grundutbud, ger vi kunskap till många. En del kurser genomförs digitalt och en del hålls i våra lokaler centralt i Stockholm. Alla kurser leds av experter inom ämnet. Här är några exempel på kurser som finns.

Pre-diabetes

Vad är pre-diabetes och vad kan du göra för att undvika att utveckla typ 2-diabetes. Vi ger dig verktygen.

Grundkurs om typ 2-diabetes

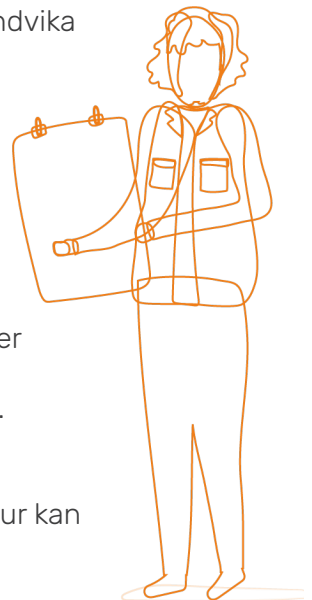
Kanske är du ny med diabetes eller vill få en uppdatering. Hur påverkas kroppen och vad kan du själv göra för att må så bra som möjligt.

Diabetes - vad händer i kroppen?

Nerver, ögon, magen, njurar och hjärtat – så hänger det ihop. Den här kursen ger dig grunderna, och beskriver komplikationer och hur du undviker dem.

Att leva med typ 1-diabetes

Vad innebär det att leva med typ 1-diabetes och hur kan jag minska risken för komplikationer? Här får du de verktyg och den kunskap du behöver.



Det bästa för dina fötter!

Uppdatera dig om vad dina fötter mår bra av!

Vi pratar om vilka rättigheter du har till fotvård och ger dig de bästa tipsen för dina fötter.

Diabetes och mat

Många med diabetes har frågor kring mat. Vad kan man äta och hur ska jag tänka? En dietist ger svar på dina frågor och ger handfasta tips.

Diabetes och magen

En del som har diabetes får problem med magen och det kan ibland vara svårt att få rätt hjälp. På den här kursen får du experthjälp om vad du ska ta upp med din läkare så att du får rätt behandling.

Föräldraträffar och kurser

Har ditt barn typ 1-diabetes och du vill träffa andra så har vi kursen för dig! Här får du verktyg och tips för ett hållbart föräldraskap.

Kolhydraträkning vid typ 1-diabetes

På den här utbildningen pratar vi om kolhydraträkning i både teori och praktik.



Rörelse och träning

Oavsett om man har diabetes eller inte, är det viktigt att röra på sig. En fysioterapeut ger goda råd och handfasta tips om träning, rörelse och hälsa.

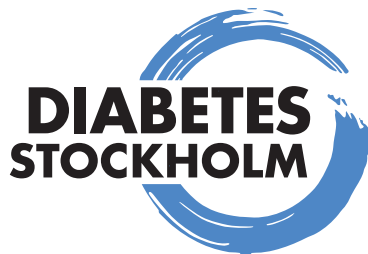
Alla är välkomna på våra utbildningar!

Alla är välkomna att delta på våra kurser till en liten avgift. Som medlem i föreningen har man förmånen att de flesta kurserna är kostnadsfria. För mer information och aktuella datum för våra utbildningar besök vår hemsida eller ring 08-654 00 40.

FÖR ETT BRA LIV MED DIABETES

Vi sprider kunskap om diabetes och är ett stöd för alla med diabetes och deras anhöriga.

Bli medlem du också!



DIABETESSTOCKHOLM.SE | info@diabetesstockholm.se | 08-654 00 40



För aktuellt kursutbud scanna QR koden