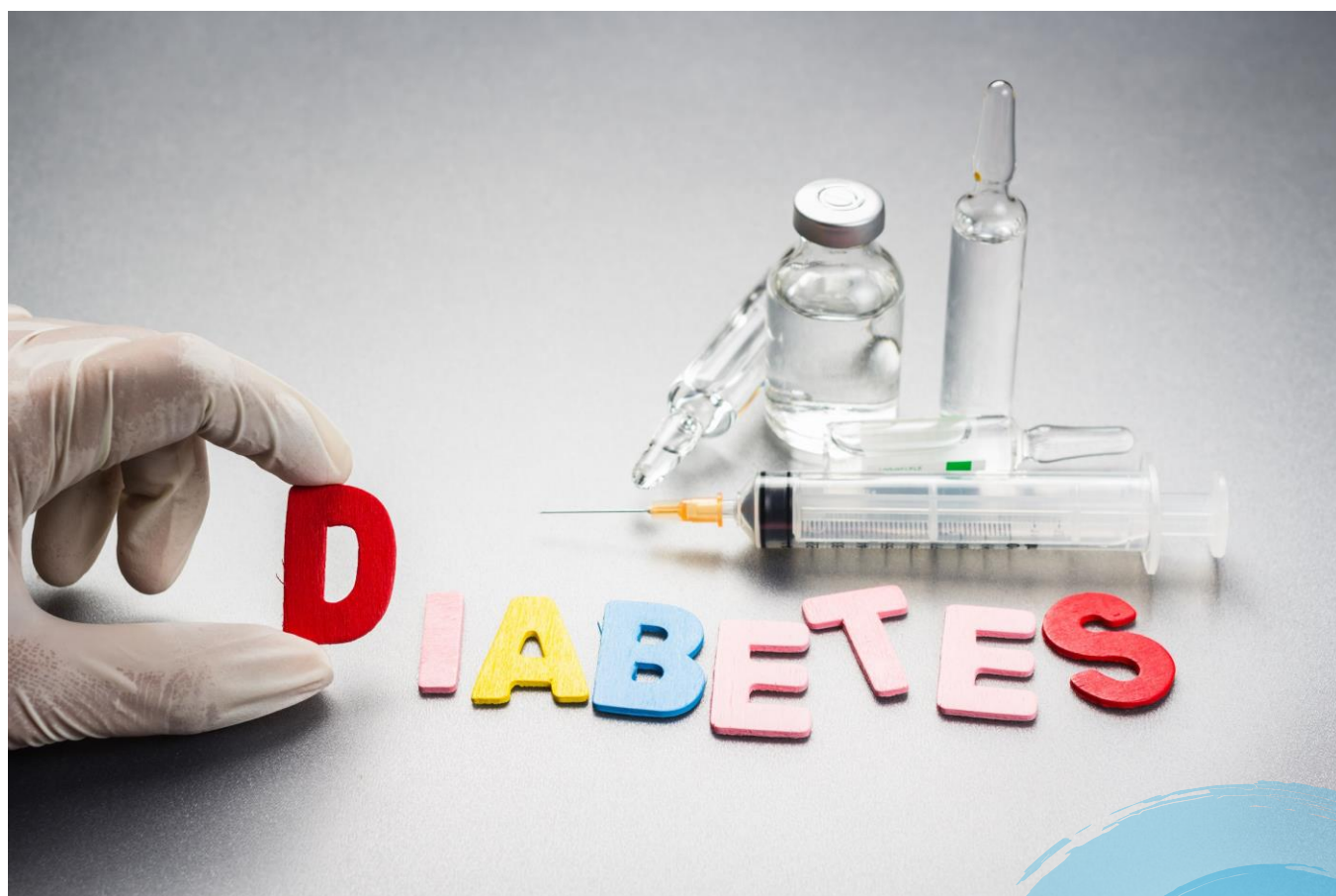


15. og 23. oktober  
Festsalen, Molde sjukehus

KURS FOR DEG MED  
**DIABETES TYPE 2**  
- OG PÅRØRENDE



HELSE MØRE OG ROMSDAL  
**diabetes**forbundet

# KURSPROGRAM

**DAG 1 15.10.19**

- Kl. 0900** Velkommen. Presentasjon av deltakere og fagpersoner og forventninger til kurset ved diabetessykepleier Torunn Kanestrøm og Bente Skotheimsvik
- Kl. 09.15** Hva er diabetes? Årsak, symptom og behandling ved endokrinolog Thor Haug
- Kl. 10.50** Pause
- Kl. 11.00** Øyekomplikasjoner/retinopati ved øyelege Bjørn Tore Janbu
- Kl. 11.30** Lunsj.
- kl. 12.00** Praktisk kostveiledning og mat-tips ved klinisk ernæringsfysiolog Torunn Melnes
- kl. 13.00** Å leve med diabetes ved brukerrepresentant Anton Iversen
- kl. 13.30** Pause og måling av blodsukker
- kl. 13.45** Blodsukkermåling. Hvorfor og Hvordan? Hva kan du gjøre selv? Ved diabetessykepleier
- kl. 14.30** Avslutning

## **Dag 2 23.10.19**

- kl. 09.00 Oppsummering fra dag en. Vanlige stilte spørsmål**
- kl. 09.15 Hva er diabetes? Diabetes og komplikasjoner ved endokrinolog Thor Haug**
- kl. 10.00 Fysisk aktivitet og diabetes ved fysioterapeut Kristian Ellingsen**
- kl. 10.30 Pause**
- kl. 10.45 Føtter og diabetes ved diabetessykepleier**
- kl. 11.30 Lunsj**
- kl. 12.00 Informasjon om Norges Diabetesforbund ved representant fra Norges Diabetesforbund.**
- kl. 12.30 Ernæring fortsetter, oppsummerende spørsmål ved klinisk ernæringsfysiolog Torunn Melnes**
- kl. 13.00 Rettigheter ved Diabetes ved Magni Standal Hånes**
- kl. 13.30 Pause**
- kl. 13.45 -14.30 Gruppesamtale, spørsmål, avslutning og evaluering ved diabetessykepleiere Torunn og Bente**

**NB: TA MED BLODSUKKERAPPARAT.**

\*Det tas forbehold om endring i programmet

## Praktiske opplysninger:

- Ønsker du å delta må du få en henvisning fra din lege.
- Egenandel/kursavgift: 351,- For den som har frikort og for pårørende er det gratis.
- Beverting inkl. lunsj: kr 280,- (totalt for begge dager).
- Ved manglende oppmøte uten å ha gitt beskjed vil du bli belastet med kr. 702,-

Påmelding innen 2.oktober til:

Torunn Kanestrøm, tlf.: 71 12 22 18 eller:  
Bente M. H. Skotheimsvik, Tlf.: 71 12 22 76  
Adresse: Helse Møre og Romsdal

Molde sjukehus, Parkveien 84, 6407 MOLDE

# Velkommen!