

TIRSDAG d. 10. MARTS Foredrag: Afsted 50+. Begræns livstruende sygdom! Lev sundt, brug din krop og nyd livet – resten af livet! v/Svenning og Britta Ravn - Et tredimensionelt foredrag, som går tæt på sanserne, og som sætter skub i dialog og personlige overvejelser om livet, som det er, og som man ønsker, det skal være!

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagsvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 6. marts.

Deltagerpris kr. 30,00.

TIRSDAG d. 14. APRIL Foredrag: MAN KA' HVA' MAN VIL! - Mr. Intervalgang fortæller om et spændende liv med showbizz og diabetes” v/Jerry Ritz.

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagsvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 10. april.

Deltagerpris kr. 30,00.

TIRSDAG d. 12. MAJ Foredrag: Det er et stort arbejde at leve med diabetes - foredrag og erfaringsudveksling for type 1-diabetikere. v/Søren Brunsgaard Petersen - Med udgangspunkt i sit eget liv fortæller Søren om de udfordringer, fysisk såvel som psykisk, der følger med diagnosen type 1-diabetes. Søren er på ingen måde en "frelst" diabetiker, men har fundet ud af vigtigheden af at passe på sig selv.

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagsvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 8. maj.

Deltagerpris kr. 30,00.

SØNDAG d. 21. JUNI Sommertur med Diabetesforeningen: Årets sommertur går med bus fra Rådmandshaven kl. 09.00 til sejltur på Furesøen med efterfølgende spisning på Dyrehavsbakken kl. 13.30.

Afgang fra Bakken igen kl. 16.30. Ankomst Næstved ca. kl. 18.00.

kl. 09:00 – kl. 18:00 Furesøen og Dyrehavsbakken.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 12. juni.

Deltagerpris og yderligere invitation kommer senere.

TIRSDAG d. 18. AUGUST Socialt samvær med medlemmerne: Bestyrelsen inviterer til grillmad og drøftelse med medlemmerne om lokalforeningens planer og visioner.

kl. 18:00 – kl. 21:30 i caféen på Munkeboencentret, Farimagsvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 14. august.

Deltagerpris og yderligere invitation kommer senere.

TORSDAG d. 3. SEPTEMBER Motivationsgruppen starter nyt hold op: Varighed – 12 gange. Diabetesforeningens Motivationsgruppe er et tilbud til dig, som gerne vil ændre din livsstil, så du får et bedre liv med din type-2 diabetes.

kl. 17:00 – kl. 20:00 på Frivilligcenter Næstved, Farimagsvej 16, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: mbruus@outlook.com senest fredag d. 20. juli.

Deltagerpris kr. 0,00.

TIRSDAG d. 15. SEPTEMBER **Foredrag:** *Du kan, hvis du vil - også med diabetes v/Ehm Christensen der bl.a. fortæller om sine ture til Mont Blanc (4810 m) i Frankrig samt Cerro Valleccitos (5461 m) og Aconcagua (6962 m) i Argentina. Han fortæller om forberedelserne, udstyret og om hvordan det er at have type 1 diabetes med i rygsækken.*

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 11. september.

Deltagerpris kr. 30,00.

TIRSDAG d. 6. OKTOBER **Foredrag:** *Kulhydrattælling v/Klinisk diætist Sophie Hillbrandt Jensen - Har dit blodsukker indimellem store udsving, og har du svært ved at få det under kontrol? Oplever du træthed, irritation og koncentrationsbesvær, når dit blodsukker ligger højt eller lavt? Eller oplever du, at din diabetes virker begrænsende på dine madvaner i dagligdagen på grund af bekymringer for forhøjet blodsukker og risikoen for følgesygdomme?*

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 2. oktober.

Deltagerpris kr. 30,00.

TIRSDAG d. 10. NOVEMBER **Foredrag:** *Et helt liv med diabetes v/Dorte Mørck Andersen – I foredraget kommer Dorte ind på de mange udfordringer hun har gennemlevet med sin type-1 diabetes på godt og ondt siden hun fik den konstateret som 7-årig. Om problemer med at blive gravid, og hvordan hun i dag lever et godt liv trods senkomplikationer i forbindelse med sin diabetes gennem 48 år.*

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 6. november.

Deltagerpris kr. 30,00.

TIRSDAG d. 1. DECEMBER **Jule bankospil for alle lokalforeningens medlemmer og pårørende:** *Igen i år har en lang række butikker fra Næstved Indre By og Sct. Jørgens Parks butikscener, doneret fine præmier til bankoaftenen. Lokalforeningen giver gløgg, kaffe og æbleskiver.*

kl. 19:00 – kl. 21:15 i caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved.

Tilmelding til mail: naestved@diabetes.dk senest fredag d. 27. november.

Deltagerpris kr. 0,00. Bankoplader koster 10,00 pr. stk. (Max. 3 stk. pr person).