

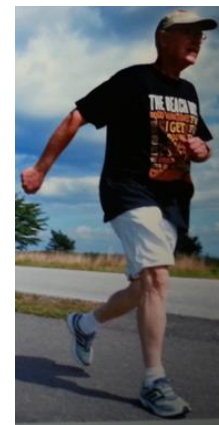


"Man ka' hva' man vil" & Intervalgang

CAFEAFTEN tirsdag den 7. Okt. kl. 19.00 –21.30 i Cafeen, Munkeboencentret, Farimagsvej 52

Teater og musikproducent Jerry Ritz fortæller om sit spændende liv i SHOWBIZZ fra ABBA til Led Zeppelin og hans deltagelse i et videnskabelig forsøg med **INTERVALGANG**, der betyder at han i dag lever godt med sin Type-2 diabetes og har fået tilnavnet "MR. Intervalgang". Forsøg med intervalgang er et samarbejde mellem Rigshospitalet og Diabetesforeningen og de daglige gå-ture med intervaller har haft en betydelig effekt på Jerry Ritz` sundhed.

Tilmelding senest 2. oktober til formanden.



Hjertemassage & Hjertestarter

CAFEAFTEN tirsdag den 4. Nov. kl. 19.00 – 21.30 i Cafeen, Munkeboencentret, Farimagsvej 52

Aftenen er både for dem der tidligere har lært om hjertemassage, og alle andre. Retningslinierne for hjertemassage justeres løbende, så en opfriskning vil være en god ide. Der vil også blive demonstreret, hvordan en hjertestarter anvendes. Instruktører fra Beredskabsstyrelsen.

Tilmelding senest 20. oktober til formanden .



LATTER OG LIVSGLÆDE

LATTERAFTEN torsdag d. 13. Nov. kl. 19.00 – 21.30 i Cafeen på Munkeboencentret, Farimagsvej 52,

Fysioterapeut og lattercoach Annette Ambeck Hansen indfører os på bedste måde i Latterens virkning og inspiration til at få mere latter i vores liv – også selv om vi synes, der ikke er noget at le af!

Både i Sverige, England og USA arbejder hospitaler og læger intenst med humor og latter.

Latter er en medicin der ikke kan overdoseres! Kom og få glæde og andel i latterens virkning sammen med andre.

Tilmelding senest 7. november til formanden.

For cafeaftener betales kr. 20 for kaffe/the og lidt kage. Tilmelding til:

Formand Solveig Mølgaard – Tlf.: 55 73 42 32 – Mobil: 23 26 88 42 – Mail: naestved@diabetes.dk
www.naestved.diabetes.dk