



MOTIVATIONSGRUPPE FOR TYPE 2-DIABETIKERE OG PÅRØRENDE i Caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved.

Diabetesforeningens Motivationsgrupper er et tilbud til dig, som gerne vil ændre din livsstil, så du får et bedre liv med din diabetes. Gruppen er sammen om at lave sund mad og dyrke motion. Derudover er der fokus på egenomsorg og erfaringsudveksling med andre diabetikere. Det er gratis at deltage, men man betaler selv for den mad, gruppen laver og spiser sammen. Kom og vær med – pårørende er også velkomne. I alt 12 torsdage med **start torsdag d. 31.08.16 kl. 17.00 til kl. 20.00.**

Tilmelding og yderligere oplysninger:

Instruktør Marianne Bruus-Jensen på mail: mfmb-j@stofanet.dk eller tlf.: 26 92 55 89

CAFEAFTEN MED FOREDRAG tirsdag den 05.09.17 kl. 19.00 til kl. 21.30 i Caféen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved med Adjunkt og læge Trine Nielsen fra Novo Nordisk Fondens Metabolismecenter på Københavns Universitet.

Aftens emne: Forskning om tarmbakterier og gener i forhold til Diabetes.

Forskning har nu vist at flere faktorer end bare vores livsstil kan føre til udviklingen af diabetes. Der er en vis arvelighed forbundet med risikoen for diabetes. Men er vores tarmbakterier også arvelige og hvad har det med diabetes at gøre?

Aftenens foredrag handler om de mange bakterier, som vi har i vores tarme, og om hvordan de kan påvirke diabetes og ligeledes hvordan vi i fremtiden kan behandle eller forebygge bl.a. diabetes.

Tilmelding senest 28.08.17 til mail: naestved@diabetes.dk eller til Kirsten B. Jensen på tlf.: 24 67 71 53

CAFEAFTEN MED FOREDRAG tirsdag den 03.10.17 kl. 19.00 til kl. 21.30 i Cafeen på Munkeboencentret, Farimagvej 52, 4700 Næstved med Klinisk diætist og diabetiker Ann Sophie Hansen.

Aftens emne: Diabeteskost - "knivsæg" eller en brik i puslespillet.

Foredrag om emnet der vedkommer os alle: Betydningen af vores kost og hele vores livsstil.

Tilmelding senest 25.09.17 til mail: naestved@diabetes.dk eller til Kirsten B. Jensen på tlf.: 24 67 71 53

For caféafternerne betales kr. 20,00 for kaffe / the og brød.

Formand Dorte Mørck Andersen – Mobil: 31 21 04 14 – Mail: naestved@diabetes.dk
www.naestved.diabetes.dk