

Hvor foregår forløbet?

Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre

Hvis du vil vide mere

Se sundhedscenter.hvidovre.dk



Find os på Facebook

Hvidovre Sundhedscenter

eller kontakt

Hvidovre Sundhedscenter på nedenstående telefon eller mail.



Hvidovre Sundhedscenter

Hvidovrevej 272
2650 Hvidovre
Tlf: 36 39 37 37
Sundhedscenter@hvidovre.dk

Åbningstider:
Mandag-onsdag kl. 8.00-15.00
Torsdag kl. 8.00-17.30
Fredag kl. 8.00-14.00

Sundhedscenteret 9-9-2019

HAR DU TYPE 2 DIABETES?



Diabetesforløb

At få en kronisk sygdom kan for nogen ændre hverdagen meget. Andre føler sig måske slet ikke syge.

Er du en af dem, der kan være i tvivl om, hvordan du skal tackle dagligdagen med diabetes, har Hvidovre Sundhedscenter flere gratis tilbud.

Her kan du få et godt kendskab til type 2 diabetes og lære at leve bedst muligt med det i din hverdag.

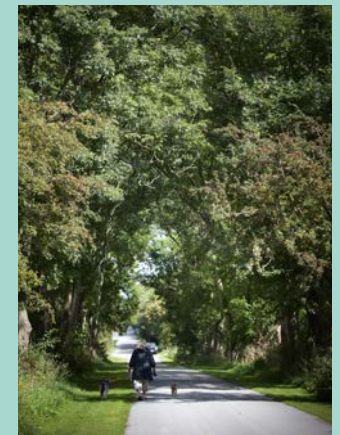
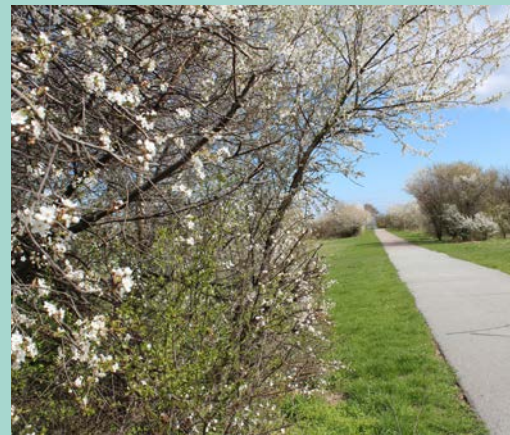
Tilbuddet er til dig, der:

- har type 2 diabetes
- ikke får insulin
- er motiveret for at lave en forandring i forhold til din diabetes



Hvad består vores tilbud af

- En individuel samtale med en sundhedsfaglig medarbejder. Her planlægger vi dit forløb. Du må gerne tage en pårørende med til samtalen
- Redskaber til at klare hverdagen med diabetes
- Vejledning om sund mad
- Fysisk aktivitet
- Støtte til ændring af vaner i forhold til rygning og rusmidler



De fleste af vores tilbud foregår i grupper. Hvis du har et særligt behov for støtte, kan vi sammen tilpasse forløbet så det passer til dig.

Tilbuddet kræver en henvisning fra din læge – hvis du er i tvivl om hvordan du gør, så kontakt os.