

Nytt digitalt kurs!

Vi blir hele tiden eksponert for bilder av tilsynelatende vellykkede mennesker som fremmer et kroppsideal som verken er realistisk eller sunt. *Diabetes Body Project* er et veldokumentert kroppsbildekurs, tilpasset til type 1 diabetes, der man sammen jobber for et godt kroppsbilde for seg selv og andre.

Hva kan du forvente:

- Engasjerende grupper med 7-8 deltakere og 2 gruppeledere
- Kortvarig kurs på 6 uker, 1 time i uken der alt foregår digitalt
- Hjemmeøvelser som skal hjelpe deg med å sette teori om i praksis
- Møte andre med type 1 diabetes som har interesse i dette tema

Når foregår kursene:

- Onsdager kl. 20-21, **25. februar - 8. april 2026**
- Tirsdager kl. 13.30-14.30, **10. mars – 21. april 2026**

Ble du nysgjerrig?

Meld deg på i resepsjonen (tlf. 22517980, sykepleier@diabetessenter.no), ingen deltakeravgift



@bodyprojectnorway



Body Project OUS