

## Kursdatoer våren 2025:

Dato 2025	Tid	Tema	Målgruppe	Kursavgift	HSØ-kurs
6.1	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (1. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel + kr 500 1. gang	
27.1	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (2. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
17.2	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (3. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
10.3	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (4. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
31.3	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (5. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
28.4	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (6. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
19.5	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (7. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
16.6	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (8. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
7.1	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
13.2	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
12.3	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
9.4	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
8.5	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
13.3	09.30-15.00	Boluskalkulator for insulinpumpebrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 800 / 400	
30.1	9.00-15.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere, DEL 1	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 800 / 400	
26.2	15.00-18.00	Karbohydratkurs, DEL 2	For deg som deltok på Boluskalkulator DEL 1	Kr 100 kr for mat (f.eks pizza)	
24.4	09.00-15.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere, DEL 1	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 800 / 400	
21.5	15.00-18.00	Karbohydratkurs, DEL 2	For deg som deltok på Boluskalkulator DEL 1	Kr 100 kr for mat (f.eks pizza)	
7.4	14.00-18.00	Temakveld: Diabetes og fysisk aktivitet	Åpent for alle	Kr. 300	
24.2	16.30-18.30	Samtalegruppe for de med type-1 diabetes	Åpent for alle	Kr. 0 (kr 300 for de som ikke er pas v/NDS)	✓
27.3	17.00-19.00	NYTT TILBUD: Samtalegruppe for unge voksne (ca. 18-30 år)	Åpent for alle	Kr. 0 (kr 300 for de som ikke er pas v/NDS)	✓
5.5	16.30-18.30	Samtalegruppe for de med type-1 diabetes	Åpent for alle	Kr. 0 (kr 300 for de som ikke er pas v/NDS)	✓
26.3	9.30-11.00	Hjertefokus – veiledning mht. fettstoffer i maten (oppmøte)	Brukere av senteret	Kr.0	✓
12.6	9.30-11.30	Hjertefokus – veiledning mht. fettstoffer i maten (digitalt kurs)	Brukere av senteret	Kr.0	✓