

Kursdatoer våren 2026:

Dato 2025	Tid	Tema	Målgruppe	Kursavgift	HSØ-kurs
5.1	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (1. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel + kr 500 1. gang	
26.1	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (2. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
16.2	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (3. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
9.3	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (4. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
13.4	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (5. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
4.5	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (6. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
1.6	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (7. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
22.6	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (8. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
15.1	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret (andre m/henvisning hvis plass)	Kr 0	✓
5.3	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret (andre m/henvisning hvis plass)	Kr 0	✓
7.5	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret (andre m/henvisning hvis plass)	Kr 0	✓
22.1	09.00-15.00	Boluskalkulatorkurs for insulinpumpebrukere, DEL 1	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 800 / 400 *	
26.2	15.00-18.00	Boluskalkulatorkurs for insulinpumpebrukere, DEL 2	For deg som deltok på pumpekurs DEL 1 22.1	Kr. 0	
23.4	09.00-15.00	Boluskalkulatorkurs for insulinpennbrukere, DEL 1	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 800 / 400 *	
28.5	15.00-18.00	Boluskalkulatorkurs for insulinpennbrukere, DEL 2	For deg som deltok på pennekurs DEL 1 23.4	Kr. 0	
19.3	09.00-12.00	Mini Karbokurs (OPPMØTE)	Brukere av senteret	Kun egenandel	
4.5	12.00-15.00	Mini Karbokurs (DIGITALT)	Brukere av senteret	Kun egenandel	
5.3	16.00-18.00	NYTT TILBUD: Erfaringsutveksling for Tandem-pumpebrukere	Brukere av senteret	Kr. 0	
27.4	16.00-18.00	NYTT TILBUD: Erfaringsutveksling for Omnipod5-pumpebrukere	Brukere av senteret	Kr. 0	
20.4	14.00-18.00	Temakveld: Diabetes og fysisk aktivitet	Åpent for alle alle (også for de som ikke er pas. V/NDS)	Kr. 300 / 150 *	
23.2	16.30-18.30	Samtalegruppe for de med type-1 diabetes	Brukere av senteret	Kr. 0	✓
26.3	17.00-19.00	NYTT TILBUD: Samtalegruppe for unge voksne (ca. 18-30 år)	Åpent for alle mellom 18 og ca. 30 år (også for de som ikke er pas. v/NDS)	Kr. 0	✓
11.5	16.30-18.30	Samtalegruppe for de med type-1 diabetes	Brukere av senteret	Kr. 0	✓
9.2	9.30-11.00	Hjertefokus – veiledning mht. fettstoffer i maten (digitalt kurs)	Åpent for alle alle (også for de som ikke er pas. V/NDS)	Kr.0	✓
1.6	9.30-11.00	Hjertefokus – veiledning mht. fettstoffer i maten (digitalt kurs)	Åpent for alle alle (også for de som ikke er pas. V/NDS)	Kr.0	

* Halv pris for skoleelev, student, trygdet, pensjonist