

## Kursdatoer høsten 2021:

Dato 2020	Tid	Tema	Målgruppe	Kursavgift	HSØ-kurs
23.8	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (1. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel + kr 500 1. gang	
13.9	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (2. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
4.10	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (3. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
25.10	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (4. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
15.11	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (5. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
6.12	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (6. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
2.9	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
30.9	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
28.10	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
25.11	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
21.10	09.30-15.00	Boluskalkulator for insulinpumpebrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
26.8	09.30-15.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
11.11	09.30-15.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
6.9	12.30-15.00	Mini karbokurs	Brukere av senteret	Kun egenandel	
15.11	12.30-15.00	Mini karbokurs (digitalt kurs)	Brukere av senteret	Kun egenandel	
22+23.11	09.00-16.00 dag 2:09.00-13.00	Bruk av veiledningsmaterieill i karbohydratvurdering.	Helsepersonell, digitalt kurs	Kr. 1.500	
17.11	14.00-16.00	Temakveld: Diabetes og fysisk aktivitet	Åpent for alle , digitalt kurs	Kr. 300	
16.9	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)	✓
2.12	16.30-19.00	Samtalegruppe for de med type-1 diabetes	Åpent for alle	Kr. 0 (kr 300 for de som ikke er pas v/NDS)	✓
27.9	9.30-11.00	Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten	Brukere av senteret	Kr.0	✓
27.10	9.30-11.00	Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten	Brukere av senteret	Kr.0	✓
29.11	9.30-11.00	Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten	Brukere av senteret	Kr.0	✓
8.11	15.30-19.00	'Pizzakurs' – karbohydratvurdering ved fett- og proteinrike måltider	For deg som bruker karbohydratvurdering	Kr 100 kr for mat (pizza)	✓