

## Kursdatoer våren 2021:

Dato 2021	Tid	Tema	Målgruppe	Kursavgift	HSØ-kurs
11.1	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (1. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel + kr 500 1. gang	
1.2	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (2. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
1.3	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (3. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
22.3	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (4. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
12.4	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (5. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
10.5	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (6. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
31.5	13.00-18.00	Mat, insulin, kropp og selvfølelse (7. samling)	Brukere av senteret (andre hvis plass)	Kun egenandel	
21.6	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	✓
4.2	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
4.3	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
8.4	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
6.5	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
3.6	12.00-14.30	Barselgruppe for nybakte mødre	Brukere av senteret	Kr 0	✓
21.1	09.00-14.00	Boluskalkulator for insulinpumpebrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
18.2	09.00-14.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
27.5	09.00-14.00	Boluskalkulator for insulinpennbrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
15.4	09.00-14.00	Boluskalkulator for insulinpumpebrukere	Åpent for alle (må ha henvisning)	Kr. 700 / 350	
15.2	12.00-15.00	Mini karbokurs	Tidligere deltagere på karbokurs	Kun egenandel	
4.5	12.00-15.00	Mini karbokurs	Tidligere deltagere på karbokurs	Kun egenandel	
7.6	12.00-15.00	Mini karbokurs	Tidligere deltagere på karbokurs	Kun egenandel	
22.4	13.00-15.00	Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten	Brukere av senteret	Kun egenandel	
23+24.9	09.30-15.30	Bruk av veiledningsmaterieill i karbohydratvurdering.	Helsepersonell	Kr. 700	
11.3	14.00-16.00	Temakveld: Diabetes og fysisk aktivitet	Åpent for alle	Kr. 0	
18.1	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)	✓
9.3	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)	✓
18.5	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)	✓
10.5	15.30-19.00	'Pizzakurs' – karbohydratvurdering ved fett- og proteinrike måltider	For deg som bruker karbohydratvurdering	Kr 100 kr for mat (pizza)	✓