

Kursdatoer våren 2023:

| Dato 2023 | Tid | Tema | Målgruppe | Kursavgift | HSØ-kurs |
|-----------|-------------|---|---|---|----------|
| 9.1 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (1. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel + kr 500 1. gang | |
| 30.1 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (2. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 20.2 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (3. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 13.3 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (4. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 17.4 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (5. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 8.5 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (6. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 5.6 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (7. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 26.6 | 13.00-18.00 | Mat, insulin, kropp og selvfølelse (8. samling) | Brukere av senteret (andre hvis plass) | Kun egenandel | |
| 12.1 | 12.00-14.30 | Barselgruppe for nybakte mødre | Brukere av senteret | Kr 0 | ✓ |
| 15.2 | 12.00-14.30 | Barselgruppe for nybakte mødre | Brukere av senteret | Kr 0 | ✓ |
| 30.3 | 12.00-14.30 | Barselgruppe for nybakte mødre | Brukere av senteret | Kr 0 | ✓ |
| 10.5 | 12.00-14.30 | Barselgruppe for nybakte mødre | Brukere av senteret | Kr 0 | ✓ |
| 19.1 | 09.00-15.00 | Boluskalkulator for insulinpennbrukere | Åpent for alle (må ha henvisning) | Kr. 700 / 350 | |
| 9.3 | 09.00-15.00 | Boluskalkulator for insulinpennbrukere | Åpent for alle (må ha henvisning) | Kr. 700 / 350 | |
| 13.2 | 09.00-15.00 | Boluskalkulator for insulinpumpebrukere | Åpent for alle (må ha henvisning) | Kr. 700 / 350 | |
| 20.4 | 09.00-15.00 | Boluskalkulator for insulinpumpebrukere | Åpent for alle (må ha henvisning) | Kr. 700 / 350 | |
| 20.3 | 13.00-16.30 | Mini karbokurs | Brukere av senteret | Kun egenandel | |
| 12.6 | 13.00-16.30 | Mini karbokurs | Brukere av senteret | Kun egenandel | |
| 13.4 | 14.00-18.00 | Temakveld: Diabetes og fysisk aktivitet | Åpent for alle | Kr. 300 | |
| 26.1 | 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) | ✓ |
| 8.6 | 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) | ✓ |
| 16.3 | 16.30-18.30 | Gruppe for de under ca 35 år | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 21.3 | 16.00-18.00 | Gruppe for gutter 18 - ca 25 år | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 16.1 | 9.30-11.00 | Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 10.2 | 9.30-11.00 | Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 13.3 | 9.30-11.00 | Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 21.4 | 9.30-11.00 | Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 2.6 | 9.30-11.00 | Hjertefokus – kurs om lipider veiledning mht. fettstoffer i maten | Brukere av senteret | Kr.0 | ✓ |
| 11.5 | 12.00-16.30 | Insulindosering til 'vanskelig mat' som er fett- og proteinrik | For deg som bruker karbohydratvurdering | Kr 100 kr for mat (f.eks pizza) | |