

Kend din sygdom

Mere sygdomsspecifik viden

På kurset 'Kend din sygdom' kan du få specifik viden om enten KOL, Type 2 diabetes eller hjertesygdom.

Kurset er til dig, som gerne vil lykkes med at leve livet med en kronisk sygdom eller ønsker at genopfriske din viden. Herudover vil du, forløbet igennem, få støtte, råd og inspiration til at blive god til at tage vare på dig selv.

Indhold

Den specifikke sygdomsviden formidles i et let forståeligt sprog af en sundhedskonsulent, som har særligt kendskab til netop KOL, Type 2 diabetes eller hjertesygdom. Desuden vil der være en diætist, der hjælper dig til at vælge den mad der er bedst for dig.

Kurset forløber over 4-6 mødegange.

Du mødes med andre med samme kroniske sygdom på kurset. Her er der god plads til spørgsmål og mulighed for at udveksle erfaringer.

Kend din sygdom

Mere sygdomsspecifik viden

På kurset 'Kend din sygdom' kan du få specifik viden om enten KOL, Type 2 diabetes eller hjertesygdom.

Kurset er til dig, som gerne vil lykkes med at leve livet med en kronisk sygdom eller ønsker at genopfriske din viden. Herudover vil du, forløbet igennem, få støtte, råd og inspiration til at blive god til at tage vare på dig selv.

Indhold

Den specifikke sygdomsviden formidles i et let forståeligt sprog af en sundhedskonsulent, som har særligt kendskab til netop KOL, Type 2 diabetes eller hjertesygdom. Desuden vil der være en diætist, der hjælper dig til at vælge den mad der er bedst for dig.

Kurset forløber over 4-6 mødegange.

Du mødes med andre med samme kroniske sygdom på kurset. Her er der god plads til spørgsmål og mulighed for at udveksle erfaringer.

Deltagelse

For at deltage skal du:

- være fyldt 18 år
- have *en hjertesygdom, KOL, prædiabetes eller type 2 diabetes.*
- bo i Næstved Kommune
- selv sørge for transport til og fra Næstved Sundhedscenter

Ønsker du at deltage i tilbuddet, kan du enten selv henvende dig i telefon-tiden eller bede din egen læge eller sygehus om en henvisning til en 'afklarende samtale' på Næstved Sundhedscenter. Når henvisningen er modtaget, bliver du kontaktet pr. telefon eller via e-Boks.

Kontakt os på telefon: 5588 1450. Hvis du ringer mandag-fredag mellem kl. 8-9 kan du tale med en sundhedskonsulent direkte.

Du kan også sende en e-mail til sundhedsrehabilitering@naestved.dk

Vi udbyder flere af vores kurser online.

Læs mere på www.naestved.dk søg på 'Sundhedscenter' og klik på 'kronisk sygdom'



Sted

Næstved Sundhedscenter
Præstøvej 67
4700 Næstved

Telefon: 5588 1400

e-mail: sundhedsrehabilitering@naestved.dk

Deltagelse

For at deltage skal du:

- være fyldt 18 år
- have *en hjertesygdom, KOL, prædiabetes eller type 2 diabetes.*
- bo i Næstved Kommune
- selv sørge for transport til og fra Næstved Sundhedscenter

Ønsker du at deltage i tilbuddet, kan du enten selv henvende dig i telefon-tiden eller bede din egen læge eller sygehus om en henvisning til en 'afklarende samtale' på Næstved Sundhedscenter. Når henvisningen er modtaget, bliver du kontaktet pr. telefon eller via e-Boks.

Kontakt os på telefon: 5588 1450. Hvis du ringer mandag-fredag mellem kl. 8-9 kan du tale med en sundhedskonsulent direkte.

Du kan også sende en e-mail til sundhedsrehabilitering@naestved.dk

Vi udbyder flere af vores kurser online.

Læs mere på www.naestved.dk søg på 'Sundhedscenter' og klik på 'kronisk sygdom'



Sted

Næstved Sundhedscenter
Præstøvej 67
4700 Næstved

Telefon: 5588 1400

e-mail: sundhedsrehabilitering@naestved.dk