

Diabetes

Hvis du har type 2 diabetes eller er i risiko for at få det, kan du få hjælp i Randers Sundhedscenter.

Din læge kan henvise dig til forløbet.

Forløbet kan indeholde:

- Op til 12 ugers træning på hold
 - Mulighed for at træne digitalt
- Undervisning i håndtering af det daglige liv med diabetes
- Undervisning i diabetesmad og træning
- Rygestopvejledning.

Vi opfordrer alle interesserede til at få en henvisning, og komme til en uforpligtende samtale om diabetes. Her hjælper vi med at finde et tilbud, der passer til dig og din situation.

For at kunne deltage skal du:

- være borger i Randers Kommune
- have diagnosen Type 2 Diabetes - eller være i risiko for at få diagnosen
- selv kunne komme hen til Randers Sundhedscenter
- kunne tale og forstå dansk
- være åben over for at ændre vaner.

Hvis du bliver genhenvist kan forløbet være forkortet. Tilbuddet er baseret på en individuel vurdering.