



ANPASSNINGSKURS FÖR DIG UNGA VUXNA MED DIABETES, TYP 1 SAMT DIN ANHÖRIGA

Tid: 6-8.9.2013

Plats: Kasnäs Skärgårdsbad, Kasnäsvägen 1294, Kasnäs, Kimitoön
www.kasnas.com

Kursen riktar sig till dig i åldern 20-35 år som har diabetes 1 och din anhörig.

Du som inte tidigare deltagit i diabeteskurs prioriteras vid val av deltagare.

Om du behöver hjälp med ADL-funktioner bör du ha assistent.

Kursspråket är svenska.

Kursen finansieras med medel från Penningautomatföreningen. Kursen är en internatkurs i vilken ingår kost och logi.

Ingen deltagaravgift.

Kursens målsättning

är att ge dig möjlighet att tillsammans med andra unga vuxna diabetiker i samma livssituation diskutera vardagens utmaningar som ung diabetiker. Livssituationen är i en förändringsfas då man är på väg in i eller ny i arbetslivet. Det finns eventuellt planer på att bilda familj. Genom gemensamma aktiviteter och gruppdiskussioner stöds det sociala livet.

Kursen vill också ge dig tillfälle att uppleva glädje och tillfredställelse i en kravlös samvaro.

Anhöriga har möjlighet att träffa andra som är i motsvarande situation och kan diskutera med dem, stöda varandra och dela med sig av erfarenheter från vardagen.

Kursens innehåll

byggs i mån av möjlighet upp på de önskemål deltagarna framför i anmälningsskedet.

Programmet bygger på gruppverksamhet, ledda diskussioner samt olika motionsformer som stöd och råd i din förändrade livssituation. Vi strävar efter att engagera experter på diabetes.

Anhöriga deltar i kursprogrammet men har även möjlighet att diskutera med andra anhöriga.

Hälsan är en helhet där kropp och själ intimt hör ihop.

Ansökan och information

Ansökningsblanketter och närmare information om kursen fås av koordinatör Gunilla Johansson, tfn 019-278 6157, gunilla.johansson@folkhalsan.fi.

Ansökningsblanketter finns också på vår hemsida www.folkhalsan.fi/anpassningskurser2013

Ansökan skickas till: **Folkhälsan Syd, Gunilla Johansson, Högbensvägen 30, 10350**

Mjölbolsta.

Till ansökan fogas läkarintyg. Ansökan bör vara hos oss senast den 28.6.2013

Med reservation för förändringar.