

Sliter du med overvekt, diabetes type 2 eller KOLS? Du kan få hjelp i din kommune

Velkommen til mestringsseminar!



Lege Svend-Martin Østevik



Klinisk ernæringsfysiolog Mathilde Odland



Kommuneoverlege Inge Skauen

Velkommen til et engasjerende seminar med informasjon og praktiske tips fra spesialister og mennesker som lever med overvekt, diabetes type 2 eller KOLS.

Når: 2. april kl. 18.00 - 21.00

Hvor: Universitetet i Sørøst-Norge, campus Porsgrunn

Adresse: Kjølnes ring 32 (se kart på baksiden hvor bygget er merket)

Parkeringen er fri i dette tidsrommet

Program

- 18.00-18.15** Velkommen, v/kommuneoverlege Inge Skauen, Porsgrunn kommune
- 18.15-18.30** Hva er en frisklivssentral? v/Frisklivscentralen Skien
- 18.30-18.50** Brukere forteller sin historie, v/brukere av friskliv
- 18.50-19.35** Overvekt, fysisk aktivitet og kosthold, v/klinisk ernæringsfysiolog Mathilde Odland, Sykehuset Telemark, avdeling Nordagutu
- 19.35-20.00** **PAUSE** hvor du kan besøke alle frisklivssentralene sine stands. Servering av frukt/kaffe/vann
- 20.00-21.00** **Parallellsesjoner:**

Diabetes type 2	KOLS
Livet med diabetes type 2 og tips til å mestre hverdagen, v/diabetespsykeleier ved Diabetespoliklinikken, Sykehuset Telemark	Livet med KOLS og tips til å mestre hverdagen, v/lege Svend-Martin Østevik og ergoterapeut Erik Frisak, Porsgrunn kommune
Takk for nå og vel hjem !	Takk for nå og vel hjem !

For mer informasjon kontakt Anett Herbjørnsen på tlf 91183271

Utsnitt kart til Kjølnes ring 32 (bygg med rød nål er sted for inspirasjonskveld)

