

# Kurs diabetes ung 12 + og foresatte

## Diabetes 12 år – ungdomskurset:

- Kl. 0900 Oppmøte på hotellet
- Kl. 0900 – 0940: Bli kjent :o) Hvilke spørsmål har dere om det å være ungdom og ha diabetes?
- Kl. 0940 - 1025: Diabetes – din hverdag.  
*Ved Diabetessykepleier og sykepleier*
- Kl. 10.35 – 11.25: Hva trenger du å vite om mat?  
*Ved klinisk ernæringsfysiolog*
- Kl. 11.30 – 12.10: **Lunsj**
- Kl. 12.10 – 13.00: «Ups and downs» med å ha diabetes, *ved lege BUPA*
- Kl. 13.15 – 14.00: Insulindosering ved fysisk aktivitet(pumpe/penn).  
*Ved overlege*
- Kl 14.10 – 14.45 Eldre ungdom forteller om sine erfaringer med å leve med diabetes. Tilbud i Ungdomsgruppa i Diabetesforeningen
- Kl. 14.45 – 15.00 Evaluering og takk for i dag

## Diabetes 12 år, foreldrekurset

- Kl. 09.05 Oppmøte på hotellet
- Kl. 09.00 – 09.15: Presentasjonsrunde. Forventninger til dagen.
- Kl. 09.15 – 09.35: **Familieliv, ungdom, diabetes v/ far**
- Kl. 09.35 – 10.20: Tenåringstiden med diabetes. Ungdomshjernen i utvikling og støtte til selvregulering – en utfordring?  
*v/ overlege BUPA*
- Kl. 10.35 – 11.20: Regulering av insulin i ungdomsåra, Overgang til ungdomsskolen  
Nye tekniske hjelpemidler innen diabetes.  
*Ved diabetessykepleier*
- Kl. 11.20 – 11.50: Lunsj
- Kl. 11.50 – 12.45: Insulindosering ved fysisk aktivitet. Senkomplikasjoner.  
*Ved overlege*
- Kl. 13.00 – 13.30 Ung brukerrepresentant forteller om sine erfaringer med type 1 diabetes gjennom ungdomstiden.
- Kl. 13.40 – 14.30 Kost ved diabetes  
*Ved klinisk ernæringsfysiolog*
- Kl 14.30 – 15.00 Evaluering og takk for i dag