

Frisklivssentralen

Lærings og mestringskurs Diabetes type 2

Ønsker du mere kunnskap om hvordan du kan forebygge og/eller leve med diabetes type2?
Hva du kan gjøre ved å ta enkle grep i forhold til hva du spiser og hvor mye du beveger deg?

Oppstart:

Tirsdag 10.november 2015

Kl. 14:00 – 15:30

Sted:

Jorekstad, Jørstadmoen

Totalt 5 samlinger med teori og praksis.

Deltakeravgift: kr.400,-

Info/påmelding til:

Frisklivssentralen tlf: 95 47 61 64

frisklivssentralen@helse-sg.no