

## Hybridkurs for personer med diabetes type 1 og deres pårørende

**Sted:** LMS Ringerike, HSS og Bærum

**Dato:** 31. Oktober og 1. november 2024

**Tid:** kl 08.30 – 15.30

### Bidragstere

**Kursleder:** Bodil Bach

**Endokrinolog:** Daniel Hannisdal / Christian Kjærnsmo Lindesteg

**Diabetes sykepleiere:** Aqeela Arif, Tone Titland, Merete Dahlseng Arnesen, Wenche Dahl-Michelsen Fløysand

**Klinisk ernæringsfysiolog:** Synne Otteraaen Ystad (Hallinghelse)

**Brukerrepresentant:** Mark og Line Miller

**LMS:** Bodil Helene Bach (RS), Kjersti Hauge Tofte Faksvåg (BS), Stine Wilhelmsen (DS) og Anne-Cathrine Berg (BS)

### Program: Dag 1

| Klokkeslett   | Tema                                                                                    | Kursleder:                                                                           |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:30 – 09:15 | <b>Velkommen og introduksjon til dagen</b><br><i>Behandlingsforløp - hvem gjør hva?</i> | Kursleder Bodil Bach<br>Fagpersonell<br>(Digitalt)                                   |
| 09:15 – 10:00 | <b>Sykdom, diagnostikk og behandling</b>                                                | Lege Daniel Hannisdal<br>(Digitalt)                                                  |
| 10:00 - 10:15 | Pause                                                                                   |                                                                                      |
| 10:15 – 11:00 | <b>Sykdom, diagnostikk og behandling fortsetter</b>                                     | Lege Daniel Hannisdal<br>(Digitalt)                                                  |
| 11:00-11:15   | Pause                                                                                   |                                                                                      |
| 11:15-12:15   | <b>Bruk av pumpe og sensorinformasjon</b>                                               | Diabetessykepleiere<br>(Lokalt)                                                      |
| 12:15-12:45   | Lunsj                                                                                   |                                                                                      |
| 12:45-13:45   | <b>Kosthold og karbohydratvurdering</b>                                                 | Kl ernæringsfysiolog<br><br>Synne Otteraaen<br>Ystad, Hallinghelse<br><br>(digitalt) |

|                    |                                                           |                                                                       |
|--------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>13:45-14:00</b> | Pause                                                     |                                                                       |
| <b>14:00-15:00</b> | <b>Gruppearbeid/ erfaringsdeling knyttet til kosthold</b> | Diabetessykepleiere /<br>KI ernæringsfysiolog<br>(Lokalt og digitalt) |
| <b>15:00-15:30</b> | <b>Spørsmål og oppsummering</b>                           | (Digitalt)                                                            |

## Program: dag 2

| <b>Klokkeslett</b>   | <b>Tema</b>                                                                                                                  | <b>Kursleder:</b>                                                                  |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>08.30 – 09.00</b> | <b>Velkommen og takk for sist<br/>Oppsummering/spørsmål/svar</b>                                                             | Kursleder Bodil Bach<br>(Digitalt)                                                 |
| <b>09.00 – 09.30</b> | <b>Mestring av livets utfordringer</b>                                                                                       | Koordinator læring og<br>mestring, Hallinghelse<br>Ragna Torkelsgard<br>(Digitalt) |
| <b>09.30 - 09.45</b> | Pause                                                                                                                        |                                                                                    |
| <b>09.45 – 10.45</b> | <b>Å leve med Diabetes 1<br/>Erfaringsdeling</b>                                                                             | Mark og Line Miller<br>(Digitalt / lokale<br>gruppesamtaler etterpå)               |
| <b>10.45 – 11.00</b> | Pause                                                                                                                        |                                                                                    |
| <b>11:00 – 11:20</b> | <b>Diabetesforbundet</b><br>Hva er Diabetesforbundet sentralt og lokalt?                                                     | Cecilie W. Roksvåg,<br>Forbundsleder,<br>Diabetesforbundet<br>(Digitalt)           |
| <b>11:20 – 12:00</b> | Lunsj                                                                                                                        |                                                                                    |
| <b>12:00-13:00</b>   | <b>Tekniske hjelpemidler og digital<br/>hjemmeoppfølging</b>                                                                 | Diabetessykepleiere<br>(Lokalt)                                                    |
| <b>13.00: 13.15</b>  | Pause                                                                                                                        |                                                                                    |
| <b>13:15-14:15</b>   | <b>Trening ved Diabetes 1 - hva må man ta<br/>hensyn til? (insulin, karbohydrater før- under-<br/>og etter trening)</b>      | Lege /Daniel Hannisdal,<br>Christian Kjærnsmo<br>Lindesteg (Digitalt)              |
| <b>14.15 – 15.00</b> | <b>Spørsmål, oppsummering og evaluering<br/>Forventningsavklaring ift veien videre. Hva<br/>kan helsetjeneste bidra med?</b> | (Digitalt)<br>Diabetessykepleiere<br>Leger<br>LMS                                  |

