



**ZORGCONSULENTEN HUISARTSEN STARTEN NIEUWE PROJECT**

**Project: Omgaan met (pre)diabetes**

De Turkse en Marokkaanse zorgconsulenten starten een cursus omgaan met (pre) diabetes.
Ondersteuning van patiënten met Diabetes type 2 kan nog beter op maat en in eigen taal.

Door makkelijke achtergrondinformatie over (pre)diabetes en de voedingsadviezen aan te passen op de culturele eetgewoonten samen met dagelijks bewegen en leefstijlaanpassingen kan de (pre)diabetes mogelijk omgekeerd worden.

**Praktische informatie:**

Het project richt zich op praktische leefstijlveranderingen in kleine groepen van 4-5 personen.

Iedere deelnemer krijgt een huisbezoek om de persoonlijke ondersteuningsbehoeften te bespreken.

Gedurende 8 bijeenkomsten leren deelnemers over diabetes, koolhydraten, gezonde voeding, beweging en gedragsverandering. Denk hierbij aan samen koken, samen bewegen, etiketten lezen. Na afloop blijven zorgconsulenten betrokken om deelnemers te begeleiden en te ondersteunen bij het volhouden van hun nieuwe gewoonten. De cursus wordt gegeven in het wijkgebouw en deelname is gratis.

**Aanmelden**
Aanmelden mag via de huisarts of praktijkondersteuner maar mag ook door uzelf. Heeft u vragen? Neem dan contact op met Karima (zorgconsulent) via:

karima@zchbrabant.nl

Tel 0647940279.

 