

PRISMA-training

Heeft u
te maken met
**diabetes
type 2?**



Wilt u leren uw
eigen keuzes
daarover te
maken?

Wilt u **ideeën
opdoen** over het
omgaan met uw
diabetes?

Meld u dan aan
voor **PRISMA**.

**PRISMA is een gratis
groepstraining voor mensen
met diabetes type 2.**

U leert wat diabetes is en wat het voor u betekent. Ook leert u wat u zelf kunt doen om meer grip op uw diabetes te krijgen. Zo bent u (nog) beter in staat beslissingen te nemen over een goede zorg voor uw diabetes.



PRISMA-training

Hoe ziet de training eruit?

De training bestaat uit twee dagdelen, verspreid over twee weken.

In de bijeenkomsten doet u actief mee met de groepsactiviteiten.

De bijeenkomsten worden begeleid door een praktijkondersteuner en een diëtist, die werkzaam zijn in de diabeteszorg.

Als u wilt, mag u uw partner, een familielid of vriend(in) meebrengen naar de bijeenkomsten. De groep bestaat uit maximaal 10 personen en eventuele partners.

Wat hebt u er aan?

PRISMA ondersteunt u om zelf meer inzicht te krijgen in de aandoening

diabetes. We staan stil bij wat diabetes is, wat u er zelf aan kunt doen, welke problemen u hierbij tegen kunt komen

en hoe anderen hier mee omgaan.

De meest recente inzichten op het gebied van diabetes worden aangereikt. U leert om te gaan met uw diabetes op een manier zoals u dat wilt.

U leert om te gaan met diabetes zoals u dat wilt!

Tijdens PRISMA kunt u:

- praten over uw zorgen;
- antwoord krijgen op uw vragen.
- van elkaar leren en ideeën uitwisselen;
- kennis en praktische vaardigheden opdoen;
- aangemoedigd worden uw eigen keuzes te maken hoe u omgaat met uw diabetes;
- uitzoeken welke ondersteuning u kunt verwachten van het diabetesteam.

Wat kost het?

Deelname is gratis.

Waar en wanneer?

De training wordt op verschillende locaties en data aangeboden.

Kijk op www.synchroon.info/prisma voor het actuele aanbod.

Hoe kan ik me aanmelden?

Neem contact op met uw praktijkondersteuner en/of huisarts. Zij kunnen u aanmelden. Na aanmelding ontvangt u een schriftelijke uitnodiging voor de PRISMA-training.



www.synchroon.info/prisma