Kjenner du et barn med diabetes?

Dag og dato

Tidsbruk	Innhold
15 minutter	Jørgen-filmen - Vi ser filmen sammen
15 minutter	Fra bekymring til trygghet
	- For deg som støttespiller
	- For barnet
30 minutter	Om diabetes
	- Myter om diabetes - Hvor mange av dem er sanne?
	- Grunnleggende kunnskap om diabetes
	- Internett - Kan vi tro på alt vi leser?
15 minutter	Pause
40 minutter	Blodsukker
	- Høyt og lavt blodsukker - Hva er forskjellen og hva gjør du?
	- Diabetes førstehjelp - Hva gjør du om noe skjer?
	- Case: Du har ansvaret for barnet på en overnatting. Barnet virker
	slapt og ser litt blekt ut. Hva gjør du?
15 minutter	Pause
45 minutter	Fysisk aktivitet og kosthold
	- Fysisk aktivitet - Hva er viktig å huske på?
	- Kosthold
	- Huskeliste på tur
	- Case: Du skal ha barnet på overnatting en helg. Hvilke
	forberedelser gjør du? Diskuter
	- Case: Du skal ha med barnet på stranda. Hva må du tenke på?
	- Erfaringsutveksling
	- Stille spørsmål
	Avslutning