

Tarihler

Kurslar Vorarlberg'in tüm bölgelerinde sunulmaktadır. Kesin yer ve zamanı

- 055 74 / 202 - 0 numaralı telefondan veya
- internette www.aks.or.at adresinden öğrenebilirsiniz

Ücret

Kurslar sizin için ücretsizdir.

Süre

Kurslar beş kere, ikişer saat olmak üzere, sunulacaktır.



aks gesundheit GmbH
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
T 055 74/202 - 0
gesundheitsbildung@aks.or.at
www.aks.or.at
aks grubunun bir kuruluşudur

aks Gesundheitsbildung ve partnerleri:



Şimdi
başvurun!
Kurslar
ücretsizdir

Diyabet Tip 2
Mobil diyabet kursu

www.aks.or.at



Diyabet Tip 2

Mobil diyabet kursu

Diyabetiniz mi var?

O zaman harekete geçmenin zamanı gelmiştir. Sağlığınızı kontrolünüz altına alın ve diyabetle iyi yaşamayı öğrenin. Kendiniz, vücudunuz ve ihtiyaçlarınız hakkında ne kadar fazla bilgiye sahip olursanız bu konularda daha rahat hareket edebilirsiniz.

Bunları biliyor muydunuz,

- Vorarlberg'de birçok insanın sizinle aynı durumda olduğunu?
- diyabetin vazgeçmek ve kısıtlama anlamına gelmediğini?
- bir yürüyüşün faydalarını?
- sağlıklı beslenmenin lezzetli ve kolay olduğunu?

Diyabet, bakış açısını değiştirmek ve bedeninizde kendinizi iyi hissetmek için kendinize dikkat etmeniz anlamına gelir.

Bu beş kurs randevularında size ve vücudunuza nelerin iyi geldiğini öğrenebilirsiniz, mesela:

- Çeşitli tedavi seçenekleri hakkında konuşuruz
- Birlikte yürüyüşe çıkarız
- Kan şekeri ölçümü yaparız
- Tatlıları ve tipik diyabet ürünlerini mercek altına alınız
- Diyabet kursunu tamamladığınızda ücretsiz kan şekeri ölçüm cihazları ve test şeritleri elde edersiniz

Çok zaman harcamadan, kendinizi yormadan sizin için ve kan şekerinize nelerin iyi gelebileceğini öğrenmek çok kolay.



İlk adımı atmak her zaman zordur: Yakınızdaki kurs hakkında çok kolay bilgi edinebilirsiniz.

Sağlık ekibimiz üç alanda özel eğitilmiş uzmanlarla, bunlar hekim, diyetisyen ve diyabet danışmanı olmak üzere, temsil edilmektedir.

Sizi bekliyoruz!

Sağlık eğitimi ekibiniz.

