

TEMA 1: Hvad er diabetes?

OPLÆG: Det mentale aspekt ved diabetes

Valgfri

Formål

At deltagerne opnår viden om og forståelse for, hvordan psykisk trivsel og mentale sundhed påvirker og påvirkes af livet med diabetes.

Om oplægget

Underviser udarbejder et oplæg, der indeholder følgende:

- Koblingen mellem fysisk og psykisk trivsel
- At leve med diabetes er en dobbeltopgave (kroppen og psyken)
- Sammenhængen mellem diabetes og stress
- Balance i hverdagen - hvor meget fylder diabetes?
- Diabetes og de nære omgivelser - diabetes påvirker også de pårørende.

Forberedelse

Udarbejd oplæg.

MATERIALER



- Roll-up figur og tilhørende magnetbrikker, der findes i **materialekassen til modul 5**.



- Powerpoint-skabelon downloades fra **www.levlivet.online**
- Inspirationsmaterialer findes i materialekataloget på **www.levlivet.online**

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Roll-up figur med tilhørende magnetbrikker kan anvendes til at fortælle ud fra, enten ved at underviseren fortæller eller ved, at deltagerne placere magnetbrikkerne på figuren.
- Der kan spørges ind til deltagernes egne erfaringer undervejs.