

OPSAMLING OG INTRO TIL MODULET

ØVELSE: Tjek ind

Anbefalet

Formål

At deltagerne får samlet op på forrige modul og eventuelt hjemmeopgaven. Samtidig skal øvelsen være med til at forberede deltagerne på det nye moduls temaer og understøtte den røde tråd i forløbet.

Om øvelsen

I forbindelse med temaerne "Medicin" og "Mad og diabetes del 1" på modul 6 fik deltagerne indblik i, hvilken medicin der findes til behandling af type 2-diabetes, og hvordan madens næringsstoffer påvirker blodsukkeret. Underviseren spørger ind til, om deltagerne har målt blodsukker siden sidst, og der spørges ind til deltagernes tanker og refleksioner siden sidst. Opsamlingen leder deltagernes opmærksomhed hen mod dette moduls temaer om "Mad og diabetes del 2" og "Følgesygdomme".

Forberedelse

Hæng eventuelt fælles materiale fra modul 6 op til fælles refleksion.

Sådan igangsættes øvelsen

1. Underviseren opsummerer indholdet fra sidste modul.
2. Underviseren spørger deltagerne, hvad der har fyldt siden sidst, og kæder det sammen med svarene fra sidste modul. Underviseren spørger ligeledes ind til deltagernes erfaringer og refleksioner i forhold til hjemmeøvelsen (hvis denne er valgt).

MATERIALER



- Eventuelt fællesmateriale fra foregående modul.

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Deltagere, der har svært ved at stå op i længere tid, kan tilbydes en stol.
- Alternativt kan øvelsen foregå siddende ved et bord.
- Hvis deltagerne har svært ved at byde ind, kan underviseren lægge ud med, hvad der har fyldt for underviseren siden sidst.