

MODUL 6

Medicin og mad

Modul 6 omhandler de to temaer: "Medicin" og "Mad og diabetes del 1".

Temaet "Medicin" skal give deltagerne viden om og forståelse for, hvordan medicin bruges i behandlingen af type 2-diabetes. Der er fokus på at give deltagerne viden om forskellige typer medicin og disses indvirkning på kroppen.

Temaet "Mad og diabetes del 1" giver deltagerne et basalt kendskab til madens næringsstoffer og disses indvirkning på blodsukkeret. Dette kobles til deltagernes egne og fælles erfaringer med mad, måltidsmønstre og blodsukker.

LÆRINGSMÅL

- Deltagerne har fået viden om og forståelse for virkning og bivirkning af diabetes-medicin og den naturlige progression i behovet herfor.
- Deltagerne har fået kendskab til madens næringsstoffer og deres virkning på blodsukkeret.

OVERBLIK MODUL 6

🕒 Varighed ca. (uden pause)

OPSAMLING OG INTRO TIL MODULET

- Øvelse: Tjek ind **20 min.**

TEMA 1: Medicin

- Vælg mindst 1 af 2
 - Oplæg: Medicin og diabetes **20 min.**
 - Case: Medicin og type 2-diabetes **20 min.**
- Øvelse: Hvad betyder medicin for dig? **15 min.**

TEMA 2: Mad og diabetes del 1

- Oplæg: Næringsstoffer og deres virkning på blodsukkeret **15 min.**
- Øvelse: Næringsstoffer og deres virkning på blodsukkeret **45 min.**
- Øvelse: Fedtstoffer i maden **20 min.**

OPSAMLING

- Øvelse: Tjek ud **20 min.**

HJEMMEØVELSE

- Øvelse: Madens virkning på blodsukkeret **10 min.**

● Anbefalet ○ Valgfri