KIG FREM...

Hvis du skulle ændre på noget i din livsstil, hvad skulle det så være?

Hvad vil du gerne have mere af i din hverdag?

Hvad kan du gøre for at leve så sundt, som du gerne vil?

Hvad ønsker du dig i forhold til at leve bedre med din sygdom?

diabetes foreningen
steno diabetes center
Region Syddanmark

KIG FREM...

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG FREM...

Hvis du skulle ændre på noget i din livsstil, hvad skulle det så være?

Hvad ønsker du dig anderledes i hverdagen med din sygdom?

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG FREM...

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

VI RYKKER

Hvilken støtte har du brug for til at komme i gang?

Hvordan kan du se/mærke, at du er kommet i gang?

Tænk tilbage på noget du tidligere har gjort. Hvordan kan du bruge dette til at komme i gang nu?

Hvis du skulle vælge, hvad ville det første skridt så være?

diabetes foreningen
steno diabetes center
Region Syddanmark

VI RYKKER

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

Hvad eller hvem kan støtte dig i at tage et første skridt?

Hvad er det allerførste du vil gøre og hvornår?

VI RYKKER

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG TILBAGE...

Fortæl om noget du har ændret, som du er glad for at have gjort ...

Fortæl om noget der fungerer godt i din hverdag ...

Fortæl om en behagelig oplevelse du har haft...

Fortæl om noget du har ændret på, som har gjort dig godt ....

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG TILBAGE...

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG TILBAGE...

Fortæl om noget du har gjort, som har været vigtigt for dig ...

Fortæl om en ting du har gjort, som gør dig glad ...

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark

KIG TILBAGE...

diabetes foreningen

steno diabetes center

Region Syddanmark