



## Nyhedsbrev nr. 2 - august 2024 fra Næstved Lokalforening

---

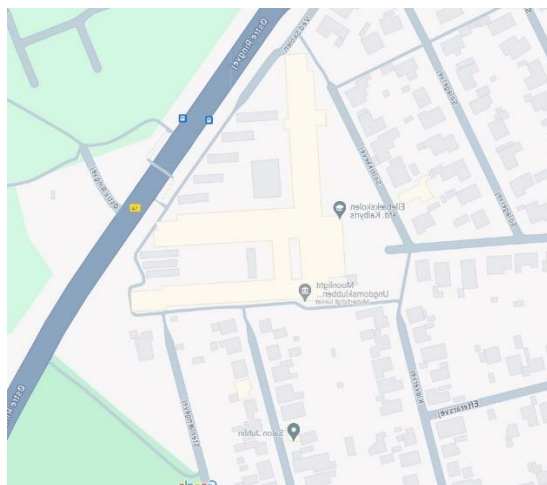
**Kære medlemmer i Diabetetsforeningen Næstved Lokalforening.**

**"Spis dig fri for type 2-diabetes"**

med Foredragsholder Jane Kudsk d. 10. september 2024 kl. 19.00

Foredraget afholdes på

Ellebækskolen, afdeling Kalbyris - Auditorium, Solsikkevej 20, 4700 Næstved



Har du type 2-diabetes og er træt af udsigten til at skulle have mere og mere medicin, så er dette foredrag noget for dig. Tirsdag d. 10. september klokken 19.00 kan du høre, hvordan det er muligt for langt de fleste at spise sig fri for type 2-diabetes.

Det er bogaktuelle Jane Kudsk, der gæster Næstved for første gang med sit overraskende og lærerige foredrag "Spis dig fri for type 2-diabetes". Her forklarer hun, hvorfor de officielle kostråd til Type 2 diabetikere er forældede, og at de ikke helbreder diabetes.

Jane Kudsk har en kandidatgrad i fødevarevidenskab, har tidligere arbejdet på sundhedscenteret i Kolding kommune, og har de sidste 8 år arbejdet som selvstændig ernæringsvejleder og foredragsholder. Hun forklarer: "Da jeg var offentligt ansat, var jeg tvunget til at følge de officielle kostråd. Min erfaring er bare, at de ikke hjælper mennesker med type 2-diabetes. Derfor vender jeg nu tingene på hovedet, og det giver helt andre resultater."

Mail: [naestved@diabetes.dk](mailto:naestved@diabetes.dk) - Telefon 2112 9818

Følg med og bliv opdateret på [vores hjemmeside](#) eller

Facebookgruppen: [Diabeteforeningen Næstved Lokalforening.](#)



De fleste med type 2-diabetes oplever at skulle have mere og mere medicin for at holde deres blodsukker nede, men sådan behøver det ikke at være. Behovet for medicin falder nemlig helt naturligt, når der kommer få styr på årsagen til det høje blodsukker, og når man spiser mad, der ikke får blodsukkeret til at stige.

På foredraget får du masser af brugbar viden om, hvordan maden påvirker din krop, og hvad du kan gøre for at forbedre din diabetes. Jane Kudsk fortæller, så alle kan være med, og undervejs er der god plads til spørgsmål. Foredraget er baseret på den nyeste forskning og mange års erfaring med ernæring og sundhed, samt Janes personlige oplevelse med at spise sig fri af flere forskellige sygdomme og skavanker.

Foredraget henvender sig til mennesker med type 2-diabetes eller forhøjet blodsukker (prædiabetes) og deres pårørende.

Tilmelding er nødvendig og skal ske senest d. 6. september 2024 til Næstved Lokalforening pr. mail: [naestved@diabetes.dk](mailto:naestved@diabetes.dk) eller SMS på telefon til Kaj på tlf. +45 2112 9818

Med venlig hilsen

**Bestyrelsen**

**Diabetesforeningens Lokalforening i Næstved**