



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Karsten



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *Rutiner*

*Hans høje aktivitets niveau - forplejning  
i forbindelse med det*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL? *Fysisk aktiviteter*

*Golf* *Erfaringsdelejer*

*Opfordre til at være turholder*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

*Vandretæug  
Fritidsråd*

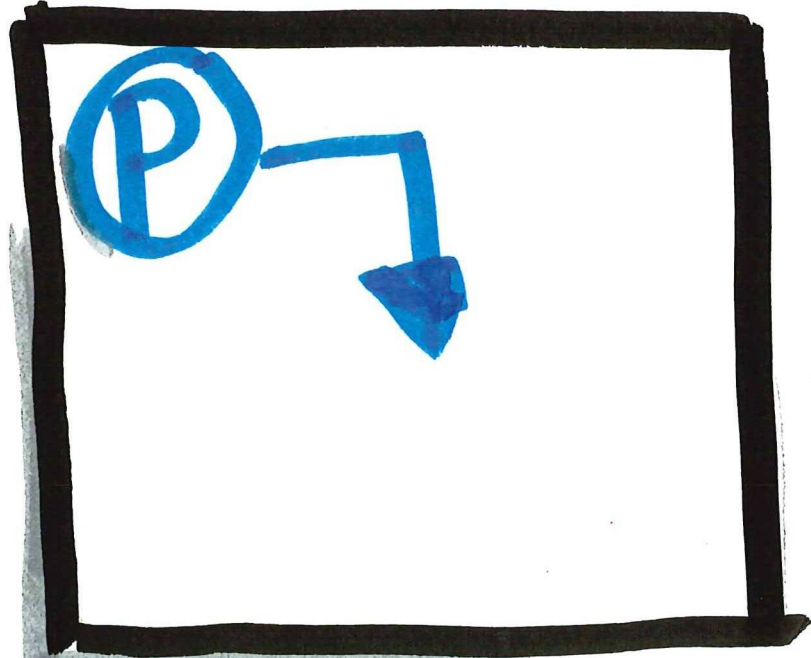
SÅ, ALT I ALT: HVORAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*Få ham til at opleve at andre har brug  
for ham*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT



HVEM? JENS



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?

- ØKONOMI: SUNDÉ ALTERNATIVE ER DYRE
- IKKE SÅ SOCIAL OG TID BRUG FOR EN DER TRÆKKER TID MED
- FØLER SIG IKKE SYG

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?

- MOTIVATIONSGRUPPE MED RETTE PERSON
- TUR, HVOR MAN IKKE TALER DIABETES

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

Den rette person inviterer ind i fællesskab - også omhandler diabetes.



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT

HVEM?

Jens  
40-60 år



INKLUDERE MEDLEMMER DER  
IKKE BRUGER IT MEDIER.



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? Mangler inspiration -  
+ motivation

+ er kendelse af diabetes  
skal se forude af et fællesskab

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? Sund mad aktivitet ikke  
nævne "diabetesmad" Fællesskab-gå-gruppe f.eks  
evt "mandegruppe" med et godt navn

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE? sam arbejde med  
andre foreninger "Vi mangler dig" og tag  
evt led sager med"

SÅ, ALT I ALT: HVORAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

Via "godt" Nyheds mail -  
inviteres til at deltage i mandegruppe  
samt evt en familie dag  
eller ven med et  
positiv tilgang!



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

KARSTEN.



LOGEN.

HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *MOTIVATION*

*HVAD ØJENE SER. HVAD ANDRE SPISER*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? *MOTIVATIONS GRUPPE*

*MELD SIG IND I ET PARTI FOR AT FREMFØRE*

*DIABET FORÆNING HOLDNING*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*DIABET TEE RÅDGIVERNE.*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT

HVEM?

KARSTEN



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN?

*AL NY VIDEN + FORKERT INPUT*

*IKKE DÅMMENDE GVER FOR SIG SELV*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL?

*GÅGRUPPE - STØTTEGRUPPE FOR TYPE1*

*MADGRUPPE*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

*LOKALFORENINGEN  
ANDRE FORKLARINGER*

SÅ, ALT I ALT: HVORAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

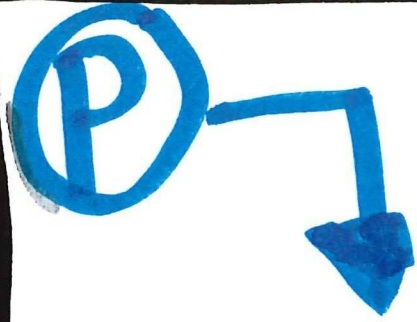
*MØDE ANDRE MED SAMME TYPE*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Ingrid



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *information, tvivler på den.*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL? *motivation gruppe, instruktør, a/d chesagen,  
gå grupper.*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE? *den lokale forening*

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE? *ingår du*

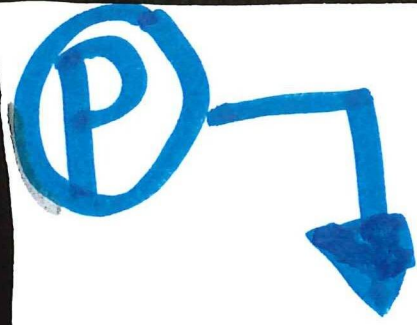
*højgivers i Diabetesforeningen.*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

JENS.



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? GAMLE VANER - MANGLENDE

OPBÅKNING FRA OMGIVELSER - FØLER SIG IKKE SIG

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? MOTIVATIONSGRUPPER - UNDERVISNING

PÅ SUNDHEDSCENTRE - GÅGRUPPER - MADHOLD - MANDGRUPPER

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

SUNDHEDSCENTRE - SUNDHEDSFAGLIGE - ANDRE  
PATIENTFORENINGER

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

HENVISE TIL ØVENNEVENTE GRUPPER -

INVITERE VIA NYHEDSMAIL TIL SPÆNDENDE

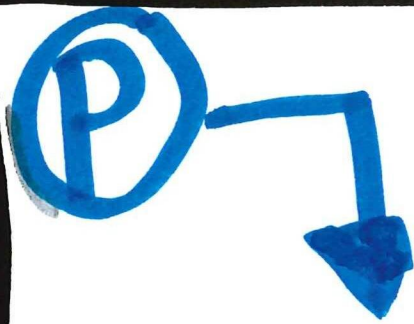
ARRANGEMENTER I LOKALFORENINGEN



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Jens



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?

hvor selv man slætte? Forsøgs at skabe en personlig relation. Dens kildet og øveligt osv mulig heder

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? in itere til en tv eller et arrangement

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE? under påtæftforing,

kræftliggende eller det kommer til at være (konkret i udværelse)

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

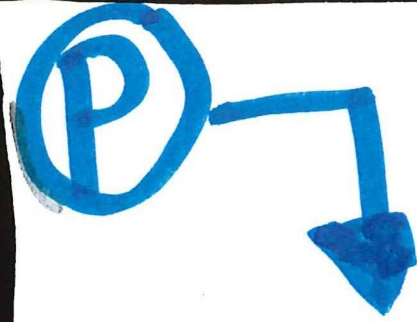
personlig og kald / arrangement



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

*Lens*



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? <sup>HV</sup> *Man har ingen energi til*

*at hjælpe sig selv - kræver mentalt eller fysisk*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - Eller

HENVISE TIL? *Naturabundssuppe + fysisk aktivitet*

*Fælleshuse eller kammerater - Omryg- og sundhedsgrupper + naturudflugter sammen med andre hjælpere*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED

OM AKTIVITETERNE? - *dygtige mennesker, handleturister, madlavning - højtprocent*

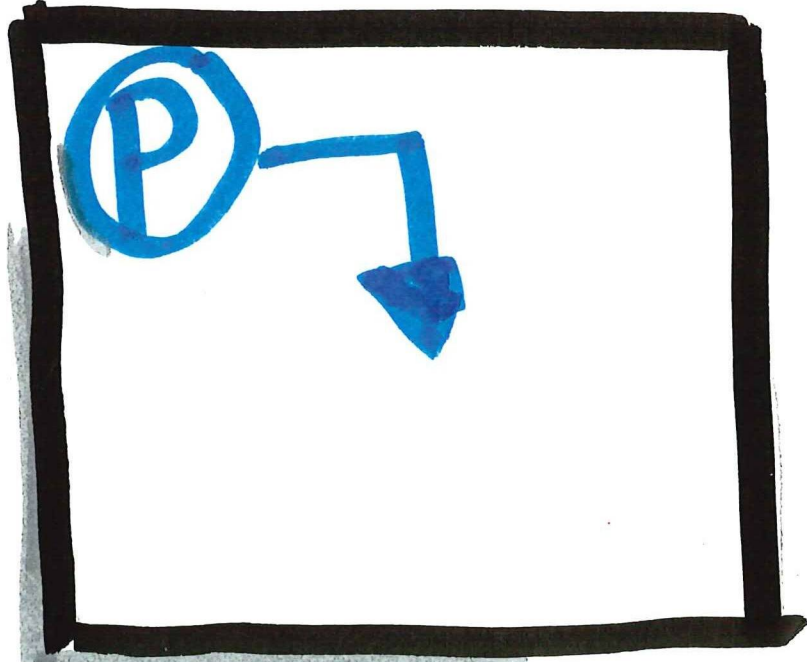
*forberedelse med højt 4 ingredienser*

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*Madops til 'dølleskat' og sukk med hjælpere - Der ikke alene!*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT



HVEM?

*gens*



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN?

*Accepten af type 2-Diabetes og forebyggelse for at få  
det til at gå så godt som muligt  
manglende information fra lægen*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? *Individionsgruppe - så være gymnasik  
foredrag med fagpersoner.*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

*Sundhedscenteret - andre foreninger - Gymnasikforening  
Diabetes møder med efterfølgende social samvær.*

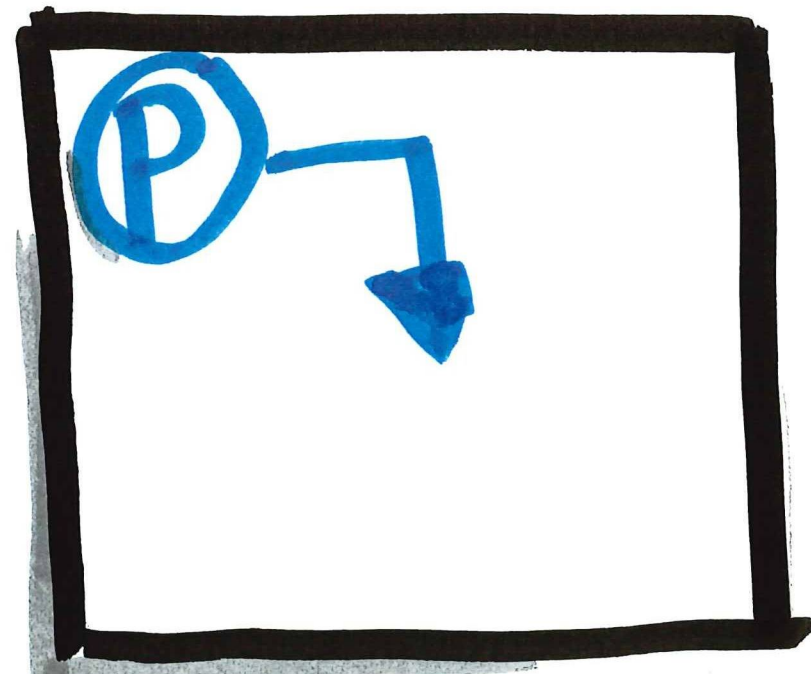
SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*Henvise til  
Patientuddannelser.*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

**HVEM?**  
INGRID



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?  
*MADICIA MAD.*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?  
*Loop.*

*MOTIVATIONS GRUPPER*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?

*FAMI LINA  
DIA BRITIS FORBINDELSEN  
PATIENT FORNÅR*

SÅ, ALT I ALT: HVORAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*VILGANG IND I BØSTYREREN*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Karsten



Yoga's  
betragtning af  
blodsukkeret.

**HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?** Det er svært at acceptere sygdommen - omlægning af kost/vaner Det er svært for omgivelserne at acceptere det.

**HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?** Motivationsgrupperne i ~~Horsens~~ Patientuddannelsen Inviter ham ind til lokalforeningen. Patientuddannelsen

**ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?** Hjerteforeningen.

**SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?**

Tale med ham om de konsekvenser det kan føre til. Det er godt at tale med andre ligestillede om ens sygdom.



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

**HVEM?**


JENS

Løge / sygeplejerske,  
henviser videre

**HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?** Anderhender ikke sin diabetes

**HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER**

**HENVISE TIL?** Inviter til tur -

Efter kontakt , med en jura tur, blive taget i hånden, til oplysende foredrag.

**ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?**

Diabeteskole, ~~med~~ den lokale diabetesforening kommer ind og informere om om foreningen.

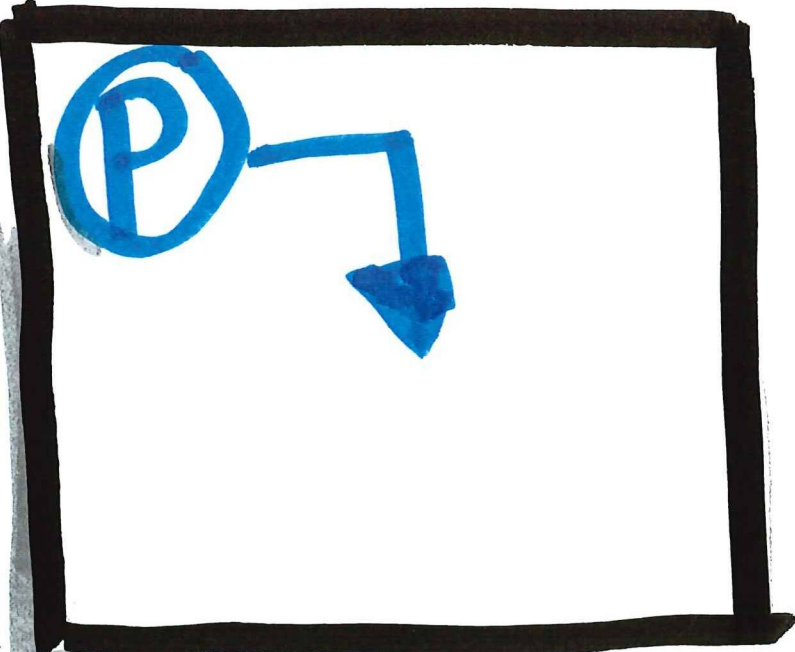
**SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?**

Social kontakt



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

Kortet:



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?  
- Spæler sig ikke i andk  
- Uklar sikkerhed ikke andk med DRB. - Skam  
- Meder fordomme

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?  
- Pjecen - Ridgioning - Tur i DRB  
- Arrangementer med opceg - Networks gruppe  
- Sygehjælpere - Inddrage familien.

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?  
- Andk Lokal foreninger -

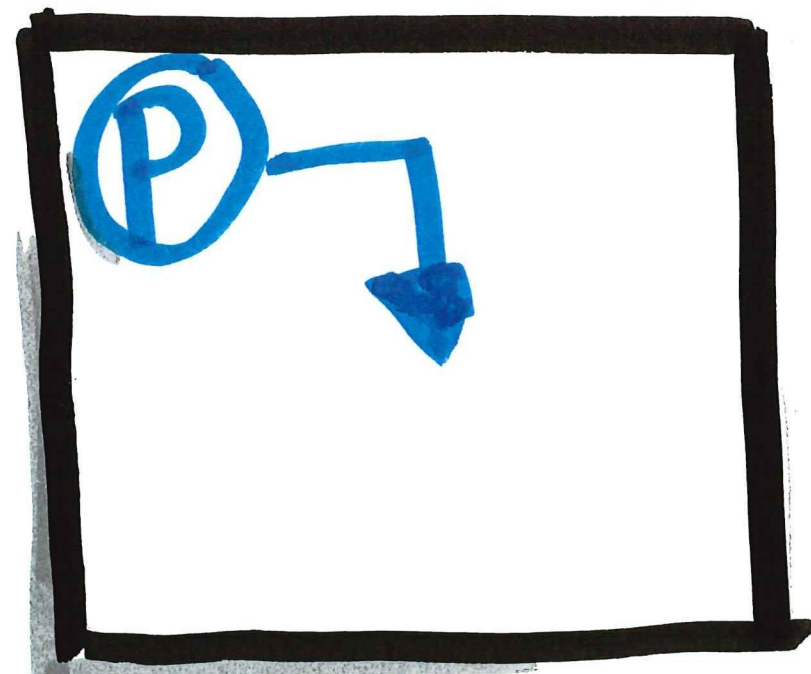
SÅ, ALT I ALT: HVORAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?  
Se ovenstående ...

Paul John Nielsen & Helle DR2.  
Aneke DR1



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?  
Jens



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN?  
*manglende netværk*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL?  
*motivationsgruppe*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?  
*andre patientgrupper - hjerte forening, ryggt forening,  
nyre forening osv...*

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM? Jens



Tættere  
samarbejde  
med sten  
(Spil hin-  
anden gode)

Hvordan får vi fat i  
nye/dem, der ikke er  
medlem (endnu)

HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? Usynlig "sygdom" (tilstand, BS)  
Et spørgsmål om prioritering og erkendelse  
Manglende viden og respekt for sygdommen  
→ Alene?

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL? Motivationsgrupper

"Inviter mig til en tur..."  
- hvor vi skal opleve noget der ikke handler om diabetes  
- med fokus på motion  
- gratis møde/kursus/vest/sundhed

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE? frivilligcentret

kommunalt, steno diabetes center  
Motionscentre, apoteker  
Egen læge

Kommunale  
motionshold

Tættere samarbejde  
når ud til flere

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

At gøre sig synlig og være nærværende  
(bla gennem -tættene - samarbejde)



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

**HVEM?** Karsten

Diabetes 1  
Begyndende  
Neopati  
Er medlem



Løgen

**HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?** Fæstlåst - er ikke god til at gå ind i nye aktiviteter

**HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?** Start med en invitation i byen til kaffe og "Kage". Og så fortælle om din egen Neuropati, hvad den går det med dine fødder?

**ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?** Vil der med til Webinar om Neuropati? Dernæst fortælle om Diabetes - rådgivning - måske - hvis vi så har valget ham → Motivationsgr.

**SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?**

Favne ham - gøide ham - vær hans ven - tage ham med

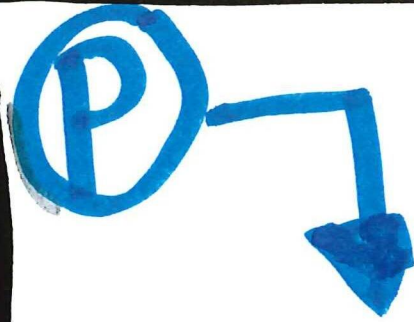


# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

**HVEM?**

Jens  
opsøger ikke forenings-  
livet.  
Type 2.

Er medlem af  
foreningen



Rehabilitering  
Sundhedscenter,  
Motivationsgruppe

**HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?** Jens tager ikke ejerskab for sygdommen.  
Lære at acceptere sygdommen. Lære at leve med den.  
Prøve at komme i dialog med andre der har diabetes.

**HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER**

**HENVISE TIL?** Oplyse om foreningen aktiviteter  
f.eks. motion og socialt samvær i .... Du er velkommen del at deltage i vores nære arrangement.

**ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?** Finde en samarbejds  
partner der delgode ser Jens' interesser.

**SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?**

Info om del er ham det drejer sig om.  
Tage ham alvorlig og lytter del ham.



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?  
Ingrid.



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *Tvivler på om det virker,  
tilbud om forarbejdede mad/fast food.*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER  
HENVISE TIL? *Motivationsinstruktør,  
foredrag/oplægsleder, aktiv i lokalbestyrelse,  
kontakt til kommune/politikere.*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE? *andre foreninger,  
kommuner, politikere.*

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?  
*Motivere til de ovenstående aktiviteter.*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

KARSTEN



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? STRES. ARB. BELÆSNING,  
AT VØRE ANDERLEDES, SEM DISCIPLIN

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - Eller  
HENVISE TIL? MADKURSER · MOTIONS KURSER ·  
KAMPANJER.

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

STENO CENTRE  
SUNDHEDSHUSE  
LOKAL FORENINGER  
Patientforening

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

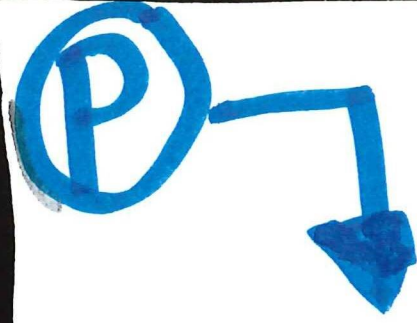
· Andre aktiviteter end diabetesforløb



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

**HVEM?**

Karsten  
DB 1.



**HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?**

forståelse for fælles sygdommen  
amerik. Psykiske - fysisk meget  
hav svært ved at se nye muligheder  
og møde P.G.A Smørbr.

**HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER HENVISE TIL?**

En gå-gruppe - være i en madgruppe  
eldne rådet - tale der i lokalforsamling.

**ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?**

Dansk Vandretour  
- via eldreråd og  
andre foreninger  
mot. via T. angrepper

**SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?**

Ved at motivere ham til at være en del af vores  
forening - og fordele om veltimer.  
Ved at følge hans behov - og lyde til foreningsmøder



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Jegtid



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *Andringer i livsstilen*

*skal dog være os selv.*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? *patientforløb i Sundhedscentret.*

*der kan være motivationsgrupper i lokalforeningen*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

*undersøge om der er motivationsgrupper i kommunen  
eller deltage i lokalforeningens foredrag m.m.*

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

*modtages godt i lokalforeningen. Være lydner*



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Ingrid



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? *Forståelse / manglende for hendes*

*ny situation?*

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL?

*Motivationsgruppe / god  
Diabetesrådgiver / webinar / evt tal m. kommun  
lokal diabetesforening*

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED  
OM AKTIVITETERNE?

*aldersag / Lokale diabetesfor.*

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEDST VIDERE?

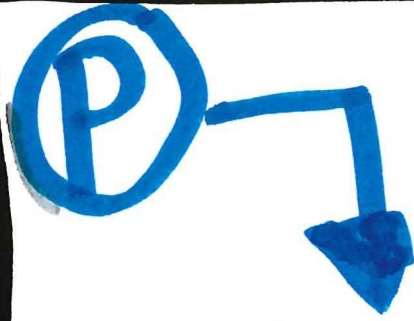


# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT

HVEM?

Jens



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?

- Arbejde, familie, andet, der konkurrerer
- Nedvurdere alvorligheden
- Manglende viden/oplevelsen af, at det er svært

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - Eller

HENVISE TIL? *Mødelæringsarrangementer*

- Arrangementer, der ikke handler om diabetes
- Måske webinar
- Nogle, hvor partner/familie medlem med
- Direkte kontakt

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?

- Andre patientforeninger
- Uddannelsesinstitutioner
- Inddragelse af familie

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

- Igennem familien
- Give tid
- Følles interesse
- Direkte kontakt (bl.a. via mail)

Arrangementet  
→ Grøn mad for rigtige mænd



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT

Sekretær: Katrine  
 Ordstyrer: Katrine

### HVEM?

Ingrid  
 64-80 år



E-mail på alle

HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?

Ensomhed  
 Hverdagsing (det gik i mange år)  
 Det sociale liv (limeret i dagligdagen)

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL?

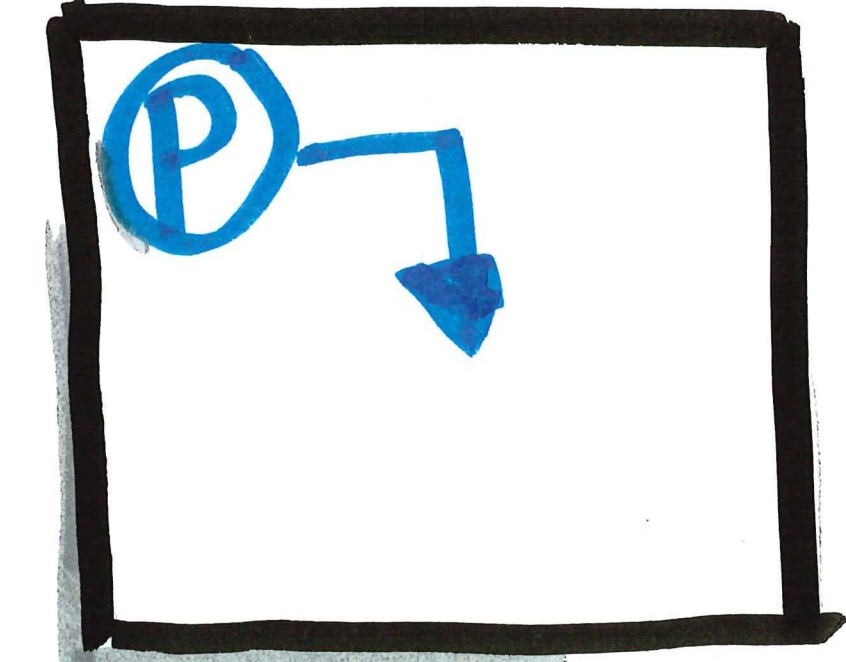
Motivationsgruppe: Diabetesfore.  
 Møder: Lokalt grp:

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?

Hjertebar foreningen  
 Geist foreningen  
 @Adresager

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

Nyhedsbrevet fra Lokalt forening  
 Skabe kontakt +/personen



HVEM?

Jens



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN

## - LOKALT

HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV I HVERDAGEN?

- ARBEJDSLIVET OG ARBEJDSSTYRKEN, ÆNT FOR TRÆT
- SUNDHED ER DYRT ⇒ ØKONOMI.
- HELBRED KAN FYLDE MEGET PGA ANDRE SYGDOMME.
- MOTIVATION OG MANGEL DERPÅ.

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL?

- MOTIVATIONSGRUPPER
- GÅTURE OG ~~MOTIVATION~~ MOTION UDEN DIABETES I FOKUS.
- SOCIALT SAMVÆR DER FØLES RIGTIGT.

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED OM AKTIVITETERNE?

- FOF, SPØRTSKLUBBER, NATUR / FRILUFTS GRUPPER.

SÅ, ALT I ALT: HVORDAN HJÆLPER VI DENNE PERSON BEDST VIDERE?

AKTIVITETER HVOR DIABETES IKKE ER MOTIVATIONEN, MEN HVOR HAN KOMMER UD OG LANE DET NØDVENDIGE

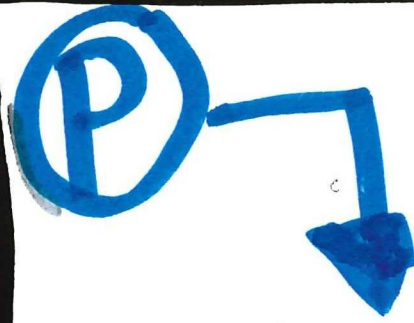
MANDEGRUPPE M. ANDRE I SAMME BÅD



# SÆT GANG I FOREBYGGELSEN - LOKALT

HVEM?

Karsten



HVAD GØR DET SVÆRT AT PASSE PÅ SIG SELV  
I HVERDAGEN? Travlhed, prioritering

HVILKE AKTIVITETER KAN VI OPSTARTE - ELLER

HENVISE TIL? Politiske aktiviteter, Ambassader  
Gør mere information lettere tilgængelig (Foredrag)

ER DER NOGEN, VI KAN SAMARBEJDE MED

OM AKTIVITETERNE? andre foreninger,  
sundhedspolitiske område

SÅ, ALT I ALT: HVOROM HJÆLPER VI  
DENNE PERSON BEOST VIDERE?

Giver velkommande værktøjer og  
information til at tage eget initiativ