

VIL DU VÆRE EN DEL AF ET **STÆRKT FÆLLESSKAB**

MOTIVATIONSGRUPPER

- FÅ INSPIRATION TIL MOTION,
SUND MAD OG MEGET MERE...



Motivationsgrupper er et tilbud til mennesker med type 2-diabetes, i at leve et godt liv med diabetes.

Vi mødes ca. 3 timer, en gang om ugen i 12 uger, hvor vi laver fysisk aktivitet og mad sammen, og der erfaringsudveksles. *Pårørende er også velkomne.*

Det er **Gratis** at deltage.

Blot skal du selv betale 350,- kr. for den mad, I laver og spiser sammen.

Det forventes at man deltager aktivt i både motion og madlavning.

Kom og vær med, der er også brug for **dig**.

**Første gang er mandag den 13. januar 2020 i
Sundheds- og Kulturcenter Frederiksberg og Langenæs
Ankersgade 21, 8000 Århus C**

Tidspunkt: mandage kl. 16.00 – 19.00

Yderligere information og tilmelding:

Bodil Meyer > tlf. 26 55 81 72 > e-mail: bodilmeyer@gmail.com

diabetes
foreningen

