

Velkommen til en inspirerende eftermiddag om fysisk aktivitet med type 1-diabetes

Mandag, den 28. april, 2025 kl. 17.00 - 20.00
på B!ng's Cph.



Få gode råd til, hvordan du kan mestre fysisk aktivitet med diabetes

Til dig, som bruger en Tandem t:slim X2™ insulinpumpe, har vi et supergodt tilbud:

Vi inviterer til en spændende eftermiddag, hvor emnet er "Fysisk aktivitet med type 1-diabetes".

Fysiske aktiviteter skal være sjove, men mange, som lever med type 1-diabetes, oplever udfordringer med blodsukkeret, når de er fysisk aktive.

Derfor har vi etableret et samarbejde med læge Rakel Fuglsang Johansen fra Idrætsklinikken på Steno Diabetes Center i Århus, samt vores ambassadører Marianne Gundtoft Mose og Andreas Petz, som gennem inspirerende oplæg og workshops vil sætte fokus på, hvad der sker med blodsukkeret, når man er fysisk aktiv, hvordan forskellige motionsformer påvirker blodsukkeret, og hvad der er det mest optimale blodsukkerniveau, inden man påbegynder sin fysiske aktivitet.

Derudover vil du også møde vores produktspecialist, Lene Walther Johannesen.

Omdrejningspunktet for hele eftermiddagen er, at du skal få en masse inspiration og fif til blandt andet indtag af kulhydrater og konkrete pumpeindstillinger, så du let kan være fysisk aktiv i din hverdag med et så stabilt blodsukker som muligt. Der vil også være tid til erfaringsudveksling og spørgsmål.



Program

- 17.00–17.10 Kaffe/the/vand og kort velkomst og intro til dagens program
- 17.10–18.15 Oplæg om "Fysisk aktivitet og type 1-diabetes" ved Rakel Fuglsang Johansen, MD, Ph.d. fra Idrætsklinikken, Steno Diabetes center Århus
- 18.15–18.45 Pause med sandwich og vand/sodavand
- 18.45–19.25 Workshops med individuelle fif til motion og pumpen ved Rakel Fuglsang Johansen samt vores ambassadører
- 19.25–19.55 Erfaringsudveksling og spørgsmål
- 19.55–20.00 Tak for i dag

Vi glæder os til at se dig!

Med venlig hilsen,
Rubin Medical

For at vi bedre kan målrette emnet til dig, må du meget gerne skrive, hvilken træningsform du dyrker, når du tilmelder dig. Husk at gå- og cykelture også tæller med.

Dette event er til dig, der bruger en Tandem t:slim X2 insulinpumpe (+ en ledsager, hvis du er under 18 år).

Hvornår og hvor?

Mandag, den 28. april kl. 17.00 - 20.00
på B!ng's, Vesterbrogade 149,
1620 København V

Praktisk info

B!NGS ligger på det pulserende Vesterbro med Carlsbergbyen i baghaven og kun 450 meter til Metro og 750 meter til S-tog. Der er eget parkeringsområde med 200 p-pladser, ligesom det er muligt at parkere på de omkringliggende gader eller i Carlsbergbyens p-huse.

Forplejning

Vi byder på kaffe/the/vand, sandwich samt en sodavand.

Tilmelding

Tilmeld dig på event@rubinmedical.dk, og angiv samtidig, om du har evt. allergier. Sidste tilmeldingsfrist er den 16. april, 2025. Der er begrænset antal pladser, så det er efter "først-til-mølle" princippet.