

Jeg er frivillig i Diabetesforeningen i Hjørring

Ole Andreasen

September 2021

Hellere forebygge end behandle

Ole Andreasen startede som suppleant i bestyrelsen i Diabetesforeningen i Hjørring i 2012. Året efter blev han bestyrelsesformand. Efter otte år som formand efterlyser han nu nye kandidater til bestyrelsen og flere frivillige, der vil være med til at skabe nye aktiviteter i lokalafdelingen.

Lokalafdelingen samler mennesker til gåture fra Sundhedscenter Hjørring hver tirsdag kl. 10.30 og hold til styrke- og kredsløbstræning i Vendia Fitness hver mandag og torsdag kl. 11 – 12. Samt til gåture fra Idrætscenter Vendsyssel i Vrå hver onsdag kl. 10. Kommer der nye frivillige til, kan det også blive til flere aktiviteter, som for eksempel medlemsmøder med foredrag om emner med interesse for diabetikere.



Jeg kom selv med i Diabetesforeningen, da jeg fandt ud af, at jeg havde type 2-diabetes. Min lillesøster døde af kræft, og det fik mig til at gå til lægen for at få det helbredstjek, der resulterede i diagnosen diabetes. Det var i december måned, og min bemærkning til lægen var, at den besked kunne han godt have ventet med, fordi vi allerede havde købt mange søde sager ind til julen. Hans svar var, at jeg kunne begynde med at tage mindre af de søde sager og efterhånden nok ville opdage, at meget kunne undværes. Der er jo også mange sunde sager, som smager rigtig godt, fortæller Ole Andreasen.

Læs videre på næste side...

På Diabetesforeningens hjemmeside kan man læse, at rigtig mange danskere har fået diagnosen diabetes. Heraf langt de fleste type 2-diabetes. Men mange mennesker har også diabetes uden at vide det. Eller forstadier til diabetes. Det vil Diabetesforeningen gerne være med til at ændre, for jo før sygdommen opdages, jo nemmere er det at holde den i ave. Som medlem af Diabetesforeningen får du magasinet Diabetes fire gange årligt, nyhedsbreve og fri adgang til landsforeningens diabetesrådgivere. Et personligt medlemskab koster 310 kr. årligt, og kun 200 kr., hvis du er mellem 18 til 30 år eller pensionist. Medlemskabet omfatter også lokalafdelingen.

Vil du være med til at styrke Diabetesforeningens lokalafdeling Hjørring, er du velkommen til at kontakte Ole Andreasen på tlf. 21 66 51 55.

Ønsker du at vide mere om andre tilbud i den frivillige sociale verden og muligheder for at blive frivillig, er du velkommen til at kontakte Mette Jakobsen, koordinator i Frivilligcenter Hjørring på tlf. 24 26 40 70. Frivilligcentret har kontor i Forsamlingsbygningen i Østergade 9 i Hjørring, hvor åbningstiden er tirsdag og torsdag kl. 08.30 – 17.00.

Frivillige FORTÆLLER

Vil du vide mere om muligheder i den frivillige sociale verden, kan du kontakte Frivilligcenter Hjørring i Østergade 9 i Hjørring, hvor åbningstiden er:
tirsdag og torsdag kl. 08.30 – 17.00

Du er også velkommen til at ringe til koordinator Mette Jakobsen på tlf. 24 26 40 70