

## 1 Edunvalvonta

Yhdistys valvoo diabeetikoiden etuja ja toimii diabeetikoiden yhdyssiteenä. Yhdistys työskentelee diabeetikoiden arkielämän tukemiseksi ja diabeteksen aiheuttamien haittojen ehkäisemiseksi. Toimimme tukeaksemme sinua arkielämässä!

## 2 Vertaistukea ja vapaa-ajan toimintaa

Diabetesyhdistyksen jäsenenä sinulla on mahdollisuus saada ja antaa kokemukseen perustuvaa vertaistukea. Tapaat samassa elämäntilanteessa olevia yhdistyksen jäsenilloissa, kerhoissa, ryhmissä ja retkillä. Voit hakeutua yhdistyksen luottamustehtäviin ja vapaaehtoistyöhön.

## 3 Diabetes-lehdestä uusinta tietoa

Liittymisvuonna jäsenhintaan kuuluu Diabetes-lehti (9 krt /v). Diabetes-lehti on asiantunteva ja luotettava tietolähde – käytännönläheistä tukea hoitoon ja jaksamiseen. Lehteä voi tilata myös äänilehtenä. Nuorille ilmestyy oma (verkko)lehti Inspis.

## 4 TrenDi-jäsenlehti

Jäsenlehti ilmestyy 4 kertaa vuodessa. Lehti kertoo yhdistyksen toiminnasta, tapahtumista ja ajankohtaisista asioista. Asiantuntijoiden kirjoittamia artikkeleita diabetekseen liittyvistä aiheista.

## 5 Luennot

Yhdistys järjestää yleisöluentoja diabetekseen liittyvistä ajankohtaisista aiheista sekä käytännönläheisiä luentoja omahoidon tukemiseksi. Luennoille ovat tervetulleita, diabeetikot, diabeetikoiden läheiset ja muut asiasta kiinnostuneet.

## 6 Palvelut

Diabeteshoitajalta saa ohjausta kaikissa diabeteksen hoitoon liittyvissä asioissa. Diabeteshoitajan opastuksen saat maksutta toimiston aukioloaikoina. Toimistossa voi mittauttaa verensokerin, verenpaineen ja tarkistuttaa verensokerimittarin. Diabeteslääkärit pitävät yksityisvastaanottoa yhdistyksen tiloissa.

## 7 Jäsenhintaisia tuotteita

Yhdistyksen toimistosta voi ostaa edullisesti diabeteksen hoitoon ja seurantaan tarkoitettuja välineitä. Saatavana on myös kaikki Diabetesliiton kirjallinen materiaali sekä adressit ja diabetestunnukset. Jäsenenä saat 10–20 % alennuksen tarjolla olevista myyntituotteista. Mittaukset, testit ja toimistomaksut saat jäsenhintaan.

## 8 Kuntoutusta ja tuettuja lomia

Diabetesliitto järjestää kursseja diabeetikoille ja heidän läheisilleen Diabeteskeskuksessa Tampereella.

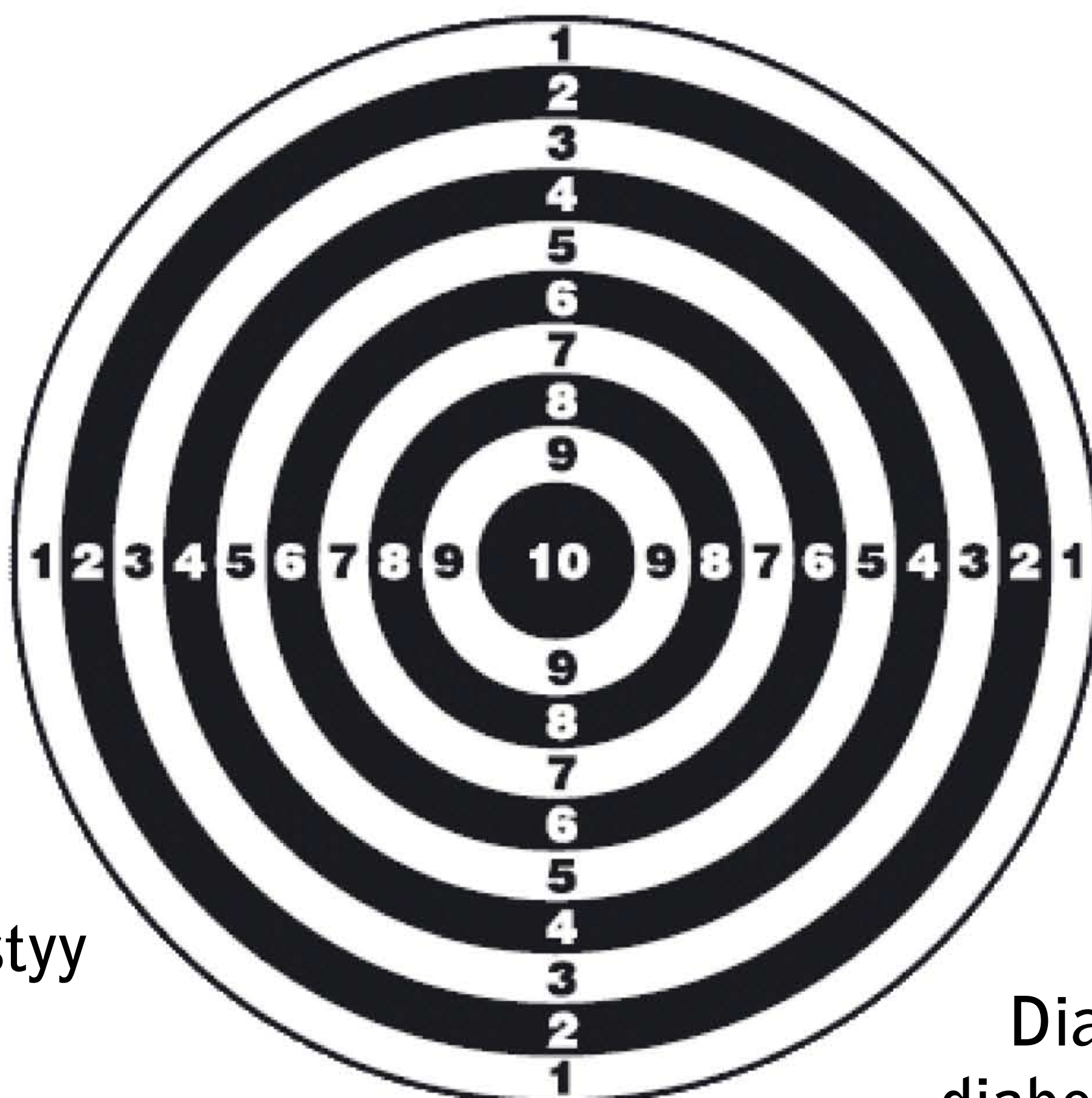
## 9 Apua arkiselviytymiseen

Diabetesliiton neuvontapuhelin 0600 9 4454 joka arkipäivä (ma-pe) klo 9-13. Puhelun hinta on 0,95 e / min. + pvm.

## 10 Omaa toimintaa vauvasta vaariin

Yhdistyksellä on eri-ikäisille diabeetikoille ja heidän läheisilleen suunnattua toimintaa ja tapahtumia.

# 10 HYVÄÄ SYYTÄ KUULUA DIABETES-YHDISTYKSEEN



**Tampereen  
Diabetesyhdistys ry**