



Kohlenhydrate schätzen leicht gemacht

Unsere Expertin

Frederike Husmann, Dr. sc. ETH

Vermittelt anhand einfacher Beispiele das 1x1 der
Kohlenhydratschätzung

Kommen Sie uns besuchen und testen
Sie Ihr Wissen

Samstag, 3. Juni 2023

09:00 – 11:30 Uhr, Geschäftsstelle diabetessolothurn
Solothurnerstrasse 7, Olten



Frederike Husmann, Dr. sc. ETH

Hilft beim Beantworten der folgenden Fragen:

- Wie kann ich die Kohlenhydratmengen verschiedener Lebensmittel und Mahlzeiten schätzen?
- Wie unterscheiden sich Kohlenhydratquellen und welche Wirkungen haben diese auf meinen Blutzucker?
- Wie kann ich basierend auf Kohlenhydrateinheiten verschiedene Lebensmittel untereinander austauschen?

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Bitte melden Sie sich bis spätestens 31. Mai 2023 per
Email an: info@diabetessolothurn.ch

Auskunft

[diabetessolothurn](https://www.diabetessolothurn.ch) Solothurnerstrasse 7, 4600 Olten

Tel. 062 296 80 82 / www.diabetessolothurn.ch

IBAN CH26 0900 0000 4600 0850 1

Werden auch Sie Mitglied
bei diabetessolothurn