

PRISMA

Bent u sinds kort onder behandeling in Amsterdam UMC, locatie VUmc voor uw type 2 diabetes? Maak dan kennis met PRISMA.

Wat is PRISMA?

Prisma staat voor: **PR**o-actieve Interdisciplinaire Self **MA**nagement educatie.

Wat houdt het in?

- U wordt uitgenodigd om deel te nemen aan het PRISMA-groepsprogramma. Dit programma is bedoeld voor mensen die sinds kort in VUmc onder behandeling zijn vanwege hun diabetes type 2.
- Het programma vindt plaats in VUmc. De bijeenkomsten worden begeleid door PRISMA-getrainde diabetesverpleegkundigen en diëtisten.
- Als u uw partner, een familielid of vriend(in) mee wilt brengen naar de bijeenkomsten, dan zijn zij van harte welkom.
- PRISMA is uniek. Het is een voorlichtingsprogramma, speciaal ontwikkeld om u te ondersteunen om een expert te worden op het gebied van diabetes.
- De trainers zijn er om u te helpen uw kennis te vergroten en inzicht te verwerven in wat diabetes voor u betekent.
- Het programma bestaat uit twee dagdelen, verspreid over twee weken. Hierdoor hoeft u slechts tweemaal naar het ziekenhuis te komen, in plaats van meerdere afspraken met de internist, diabetesverpleegkundige en de diëtist.
- Aan het einde van de twee bijeenkomsten zult u degene zijn die de controle in handen heeft en de beslissingen neemt.

Wat moet ik doen?

- Uw internist, diabetesverpleegkundige of diëtist heeft met u gesproken over deelname aan de PRISMA-cursus. Er is uitgelegd wat de PRISMA-cursus inhoudt. U heeft de informatiefolder PRISMA-cursus meegekregen om de informatie thuis door te lezen.
- Het is belangrijk dat u goed bent voorbereid en beide dagdelen van de PRISMA-cursus volgt. Het is in uw voordeel dat u alle informatie krijgt die u nodig heeft. Het programma wordt aangeboden aan een groep mensen die sinds kort onder behandeling zijn in VUmc vanwege hun type 2 diabetes. De groep bestaat uit ongeveer tien personen en eventuele partners.
- Het PRISMA-programma is opgebouwd rond groepsactiviteiten waarbij u gevraagd wordt actief mee te denken en te praten. Er zijn ook mogelijkheden om individueel met een van de trainers te spreken als u daar behoefte aan heeft.
- Bij aanmelding voor de PRISMA-cursus krijgt u een brief met daarin de uitnodiging en overige informatie over de PRISMA-cursus.

Wat levert het PRISMA-programma mij op?

Veel! U krijgt de meest recente inzichten op het gebied van diabetes aangereikt. U leert om te gaan met uw diabetes op een manier zoals u dat wilt. U krijgt ook de mogelijkheid om andere mensen te ontmoeten die in dezelfde situatie zitten als u. Aan het einde van de cursus krijgt iedereen die heeft deelgenomen aan PRISMA, informatie mee om het een en ander nog eens na te kunnen lezen.

Ik heb nog nooit aan zoiets meegedaan!

Voor sommige mensen is deelname aan een voorlichtingsprogramma zoals PRISMA heel nieuw en misschien een beetje onwennig. Tijdens de PRISMA-bijeenkomsten is de sfeer informeel, vriendelijk en vertrouwelijk. Als u het idee heeft dat het te moeilijk voor u is om actief mee te doen aan de bijeenkomsten, dan hoeft u zich geen zorgen te maken. Niemand zal druk op u uitoefenen. Maar de bijeenkomsten leveren u meer op als u bereid bent om uw ervaringen, gedachten en ideeën te delen.

Deelname aan PRISMA is gratis

Er zijn geen kosten verbonden aan deelname aan PRISMA. Als u vrij moet nemen van uw werk om bij de bijeenkomsten aanwezig te kunnen zijn, dan kunnen wij u een brief meegeven voor uw werkgever. Daarin staat het een en ander over de PRISMA-cursus uitgelegd.

Als ik besluit dat het niets voor mij is?

Wij denken dat PRISMA u heel goed kan helpen om meer te leren over en meer grip te krijgen op uw diabetes. Uw internist is daar ook van overtuigd, dit is de reden dat hij/zij het PRISMA-programma onder uw aandacht heeft gebracht.

Als u diabetes heeft, is het belangrijk om gezonde keuzes te maken met betrekking tot uw leefstijl. PRISMA is daarvoor uitermate geschikt. Mocht u daar toch anders over denken, dan ontvangt u de gebruikelijke zorg van het diabetesteam, namelijk individuele afspraken met de internist, diabetesverpleegkundige en diëtist.

Ik heb nog een vraag!

Voor meer informatie over PRISMA verwijzen we u naar uw behandelend arts, diabetesverpleegkundige of diëtist. Of raadpleeg de website van het Diabetescentrum VUmc via www.vumc.nl/afdelingen/diabetescentrum

Tijdens het telefonisch spreekuur kunt u contact opnemen met een van de diabetesverpleegkundigen. Zij zijn dagelijks bereikbaar tussen 8.30 en 10.00 uur op (020) 444 1120.