**Lesprogramma SML**

**Programma Koolhydraatbeperking S, M, L.**

**Welke maat heeft je cliënt?**

9.30-10.45 uur

Begintoets

Achtergrond, theorie en fysiologie van insulineresistentie (IR), de invloed hiervan op de anabole stofwisseling en de relatie met voeding.

**Pauze** 10.45-11.00 uur

11.00-12.15 uur

Diabetesbehandeling nieuwe stijl: in praktijk Prima Vita wordt 90% van DM2 met insuline weer vrij van insuline

Diabetesmedicatie afbouwen bij een koolhydraatbeperkte voeding

Ervaringsverhaal van Anja (filmpje)

**Lunch** 12.15-13.00 uur

13.00-14.45

Koolhydraatbeperking S, M, L (streng, matig, licht). Welke maat heeft je cliënt? Hoe pas je deze voedingswijze toe in de praktijk, tips en trics, wat zijn valkuilen, en waar moet je op letten?

**Pauze** 14.45-15.00 uur

15.00-16.00

Casuïstiek uitwerken en bespreken

16.00-16.30

Eindtoets

Nabespreking/discussie/evaluatie/afronding

Uitreiking deelnamebewijs en boek: ‘Afvallen met de wet van Harriët. Koolhydraatbeperkt werkt!’