



# Groepsbijeenkomst KinderDiabetesCentrum

Voor kinderen en jongeren  
vanaf groep 7 en hun ouders

## **Leven met diabetes**

Wanneer je diabetes hebt merk je dat je elke keer weer nieuwe vragen hebt. Dit kan zijn over diabetes en over hoe jij omgaat met jouw diabetes in jouw leven. Wij (medewerkers van het KinderDiabetesCentrum of KDC) begeleiden je zo goed mogelijk op allerlei gebieden. Natuurlijk zorgen we samen voor goede medische zorg, maar willen we jou ook helpen bij vragen, hoe om te gaan met jouw diabetes in het gewone leven.

## **Samen oplossen**

We weten dat het voor de meeste kinderen en ouders prettig is om te horen hoe andere kinderen en ouders diabetes een plaats in hun leven geven. Je zult zelf al gemerkt hebben dat je heel veel weet van je diabetes. Ook ontdek je steeds nieuwe manieren om er goed mee om te gaan. Soms lukt dit niet altijd zoals je zou willen. Het is dan fijn om van anderen te horen hoe en welke oplossingen zij hebben bedacht. Soms bedenk je met elkaar hoe je van een probleem een uitdaging kunt maken. Vaak help je anderen door jouw ervaringen te delen.

## **Groepsbijeenkomst kinderen en jongeren**

Daarom organiseren we groepsbijeenkomsten in het KDC voor kinderen en jongeren van 10 tot 18 jaar. 2 keer per jaar kom je met je groep bij elkaar. Op een uitdagende manier wordt aan een thema gewerkt over diabetes en een onderwerp dat bij jouw leeftijd past.

## Groepsbijeenkomst ouders

Ook voor ouders is er een groepsbijeenkomst en een andere ruimte. Deze bijeenkomsten gaan over diabetes bij kinderen en jongeren met diverse thema's. Ouders kunnen hierbij vragen stellen aan de kinderarts en de andere medewerkers.

## Wat wordt er besproken in de bijeenkomsten?

De onderwerpen of thema's gaan over leven met diabetes en zijn belangrijk voor jou en jouw ouders. Hier 2 voorbeelden:

- Je zit in groep 8 en je gaat alleen op schoolkamp. Waar moet je dan allemaal aan denken.
- Je bent 16 jaar en je gaat solliciteren. Wat moet je vertellen over jouw diabetes.

Bij elke bijeenkomst is er de mogelijkheid om te vertellen hoe het met je gaat en hoe je jouw diabetes op dat moment ervaart.

## Hoe gaat zo'n groepsbijeenkomst kinderen en jongeren?

Je wordt elke keer met dezelfde kinderen en jongeren uitgenodigd. Zo leren jullie elkaar goed kennen. Dit betekent dat een afspraak voor een groepsbijeenkomst niet te verzetten is! Kun je echt niet komen, dan wordt er een afspraak voor een carrousel gemaakt.

### Persoonlijke verhalen en ervaringen

Er worden algemene onderwerpen en thema's besproken. Ook jouw persoonlijke ervaringen kun je delen in de groep. Daarom spreken we met elkaar af dat persoonlijke verhalen en ervaringen niet worden gedeeld met mensen buiten de groep. Je mag wel met jouw ouders onder het onderwerp of thema praten of vertellen wat je geleerd hebt van de bijeenkomst.

### Ik heb zelf een onderwerp of vraag voor de groepsbijeenkomst

Heb je vooraf een vraag of onderwerp waarover je graag in de groepsbijeenkomst wil praten? Stuur dan een mail naar jouw diabetesverpleegkundige. Misschien is jouw vraag geschikt voor de groepsbijeenkomst. Ook aan het begin van elke bijeenkomst kun je jouw vragen stellen.

## Hoe gaat de groepsbijeenkomst voor ouders?

Wanneer de kinderen of jongeren met elkaar een groepsbijeenkomst hebben, is ook de groepsbijeenkomst voor ouders. De bijeenkomst in een andere ruimte. Met elkaar worden onderwerpen en thema's besproken die bij de leeftijd van de kinderen en jongeren passen. Voor ouders is het waardevol om te horen wat andere ouders beleven met hun kind dat diabetes heeft. Het uitwisselen van tips heeft ook een grote waarde.

### Persoonlijke verhalen en ervaringen

Er worden algemene onderwerpen en thema's besproken. Ook uw persoonlijke ervaringen kunt u delen in de groep. Daarom spreken we met elkaar af dat persoonlijke verhalen en ervaringen niet worden gedeeld met mensen buiten de groep. Wel mag u met uw kind over het onderwerp of thema praten of vertellen wat u geleerd heeft van de bijeenkomst.

## Begeleiding van de bijeenkomsten

Alle groepsbijeenkomsten, voor de kinderen en jongeren én voor de ouders worden begeleid door medewerkers van het KinderDiabetesCentrum (KDC). Er is altijd een kinderarts, diabetesverpleegkundige, diëtiste en psychologe aanwezig. De kinderarts is meestal bij de oudergroep aanwezig. De diabetesverpleegkundigen bij de kinderen en jongeren. De 2 medewerkers wisselen per thema. Zo kan per onderwerp goede informatie gegeven worden en vragen beantwoord.

## Hoe lang duurt een groepsbijeenkomst

Een groepsbijeenkomst duurt 1½ uur, inclusief het meten van je HbA1c.

Je krijgt van ons een uitnodigingsbrief. Daarin staat hoe laat we jou en jouw ouders verwachten.

## Andere vragen

Zijn er vragen die je niet in de groep wilt bespreken? Dan kun je deze voor of na de groepsbijeenkomst altijd stellen aan de diëtist, diabetesverpleegkundige of arts. Stuur jouw diabetesverpleegkundige hierover een mail met je vraag, of stel je vraag wanneer je ons ziet voor of na de bijeenkomst.

## Hoe vaak heb je een afspraak bij het KDC?

Je blijft met jouw ouders 4 keer per jaar naar het KDC komen.

- 2 keer per jaar heb je een persoonlijke afspraak met de kinderarts, diabetesverpleegkundige en diëtiste, zoals je tot nu toe gewend bent (carrousel), waarvan 1 jaarcontrole.
- 2 keer per jaar is de groepsbijeenkomst. Ook bij een groepsbijeenkomst worden je HbA1c, je lengte en je gewicht gemeten. Dit doet de doktersassistente kort voor, tijdens of direct na het groepsgesprek. Je waardes worden niet in de groep besproken.

## Vragen en telefoonnummers

Heb je tussendoor vragen of een probleem? Dan kun je hiervoor altijd contact opnemen zoals je gewend bent.

- Spoedeisende vragen kun je 7 dagen per week, 24 uur per dag aan ons stellen.
- Niet-spoedeisende vragen kun je op werkdagen tussen 13.30 en 16.30 uur aan ons stellen.
  - bel hiervoor met: (023) 224 7031
  - of email: [kdc@spaarnegasthuis.nl](mailto:kdc@spaarnegasthuis.nl)

Het KDC is er voor kinderen en jongeren met diabetes en hun ouders en of verzorgers. Kinderen en jongeren krijgen hier 24 uur per dag, 7 dagen per week zorg en ondersteuning rondom diabetes. Voor de bijeenkomsten kom je naar locatie Haarlem Zuid. Daar vind je het centrum op de 2e verdieping van het gebouw Zuiderpoort.

## Waar zijn we te vinden?

### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)