

Info

Organisatorisches

Diabetes-Akademie Bad Mergentheim e. V.

Gemeinnütziger Förderverein für Diabetes in Wissenschaft,
Forschung, Fortbildung und Patienteninformation
Theodor-Klotzbücher-Straße 12, 97980 Bad Mergentheim
Telefon 07931 8015, Telefax 07931 7750
E-Mail diabetes.akademie@diabetes-zentrum.de

Samstag, 12. Oktober 2013

(9.00 bzw.) 10.00 – 15.30 Uhr, Diabetes Zentrum Mergentheim

Teilnahmegebühr:

Erwachsene 5 €, DA-Mitglieder und Kinder/Jugendliche frei
Mittagessen: Erwachsene 10 €, Kinder/Jugendliche frei

Anmeldung erforderlich (mit beiliegender Karte).

Treffpunkt Diabetes

12. Oktober 2013

Kinder- und Jugendtag

Diabetes Zentrum Mergentheim Beginn 10:00 Uhr



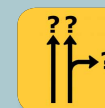
Grußworte



Programm



Informationen



Anfahrtskizze



Leichtathletik



Weitsprung



Spinning



Zumba



Pumpe/CGM



Schattenkinder



Schätzkurs



Apps



Buchvorstellung



Familienleben



Kreativwerkstatt



Kinderbetreuung



Diabetes-Akademie



Treffpunkt



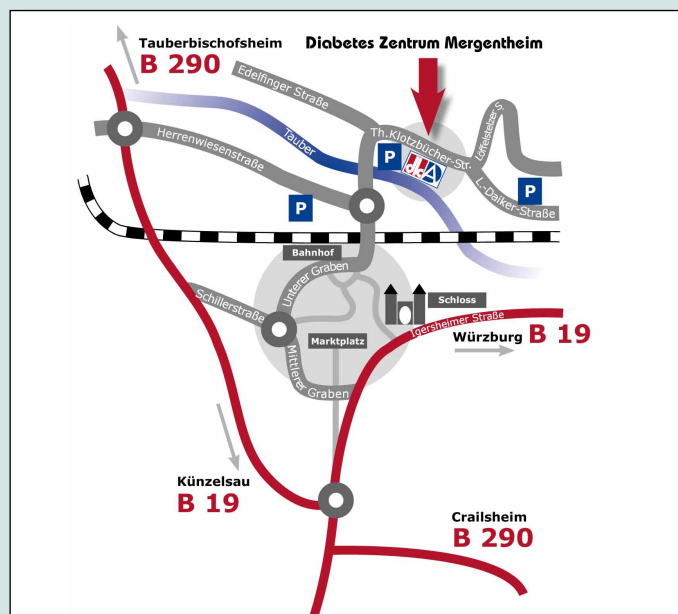
Typ 1-Diabetes



Special Ones



Wegbeschreibung





Grußworte

Herzlich Willkommen an der Diabetes-Akademie



Liebe Eltern, liebe Kinder und Jugendliche,

auch in diesem Jahr laden wir Sie alle ganz herzlich zum neuen „Treffpunkt Diabetes 2013“ ein und freuen uns, wenn Sie alle den Weg an unser Diabetes Zentrum finden.

Nach dem großen Erfolg im vergangenen Jahr erwartet Sie alle auch beim „Treffpunkt Diabetes 2013“ ein interessanter und sportlicher Tag. Für Sie, liebe Eltern, haben wir interessante Themen und Workshops rund um das Thema Diabetes und Familie sowie das Thema Diabetestechnologie zusammengestellt. Aus fünf interaktiven Workshops können Sie zwei Workshops auswählen, die Sie am meisten interessieren.

Besonders freuen wir uns auf den Besuch des international bekannten Leichtathleten Daniel Schnelting sowie auf die Powersportler Melanie Schipfer und Stephanie Hill. Im persönlichen Gespräch mit den drei sympathischen Leistungssportlern erhalten Sie Einblicke in die große Welt des Sports. Wer einmal mit den Profis, die übrigens alle Typ 1-Diabetes haben, trainieren möchte, sollte unbedingt seine Sportsachen mitbringen.

Das Thema Diabetestechnologie erlangt einen immer höheren Stellenwert und auch wir kommen an Apps, kontinuierlicher Glukosemessung und vielem mehr nicht mehr vorbei. Wie fühlt sich so ein Sensor unter der Haut und beim Sport an? Bei uns könnt Ihr es ausprobieren. Bitte rechtzeitig vor Beginn der Tagung zum Probeanlegen da sein, wir warten ab 9 Uhr auf Euch.

Also auf geht's zum Kinder- und Jugendtag an der Diabetes-Akademie und zum „Treffpunkt Diabetes 2013“ – Wir freuen uns!

Herzlichst

Prof. Dr. Thomas Haak
Internist, Endokrinologe und Diabetologe
Chefarzt Diabetes Zentrum Mergentheim

PD Dr. Bernhard Kulzer
Leitender Diplom-Psychologe
Diabetes Zentrum Mergentheim



Programm für Eltern bzw. Sportprogramm Kinder & Jugendliche

- ab 9.00 Anlegen der CGM bei den Sportlern
(begrenzte Anzahl an Leihgeräten zum Probetragen vorrätig)
- 10.00 Begrüßung
Prof. Dr. med. Thomas Haak, Bad Mergentheim
- 10.05 **Ziele verwirklichen mit Diabetes**
Begrüßung und Vorstellung der Sportler & Special Ones
Daniel Schnelting, Velen
- 10.20 **Beginn der Aktiv- und Kreativ-Gruppen**
(Leichtathletik, Spinning, Zumba, Basteln)
- 10.20 **Diabetestechnologie: Kontinuierliche Glucosemessung, Insulinpumpen und neue Apps**
Dipl. oec. troph. Dr. Astrid Tombek, Diabetes Zentrum Mergentheim
- 10.40 **Schattenkinder – Probleme der Geschwister von Kindern mit Diabetes**
Dipl.-Psych. Andreas Podeswik, Bunter Kreis, Augsburg
- 11.15 **Typ 1-Diabetes – Hoffnung auf Heilung?**
Prof. Dr. med. Nanette C. Schloot, Bad Homburg, Düsseldorf
- 11.45 Pause
- 12.00 **Workshops (I) – Bitte 1 Workshop auswählen**
 - 1. Buchvorstellung
„Mein süßes Leben“ *Grit Ott*
 - 2. KE-Schätzen *Juliane Steffan*
 - 3. Apps *Alisa Hilpert*
 - 4. Familienleben *Dr. Bernd Kulzer*
 - 5. Therapieanpassung im Alltag *Dr. Louisa van den Boom*
- 13.00 Gemeinsames Mittagessen
- 14.00 **Workshops (II) – Bitte anderen Workshop auswählen (s.o.)**
- 14.00 **Workshop mit den Sportlern (für Kinder & Jugendliche) „Mein Weg mit Diabetes“**
Daniel Schnelting, Stephanie Hill, Melanie Schipfer

Parallel im Nebenraum:
Auslesen & Besprechen CGM *Dr. Astrid Tombek*
- 15.00 Kleiner Einblick in die Zumba-Stunde *Christin Heiduk*

Alles möglich mit Diabetes?
Zusammenfassung und Diskussion
Prof. Dr. med. Thomas Haak und Special-Ones-Sportler
- 15.30 Ende der Veranstaltung

Sport mit den Special Ones

In jedem steckt ein Special One!

Jeder ist individuell und auf seine Weise speziell. Die Special Ones sind es, weil sie ihre Diabetes-Therapie individuell ihrer Sportart und ihrem Leben angepasst haben und so ihren speziellen Weg mit Diabetes gehen. Sie sind der Meinung, in jedem steckt ein Special One, und laden Dich deshalb zum gemeinsamen Sport treiben (Leichtathletik oder Spinning), zum Austausch und zum Workshop „Dein Weg mit Diabetes“ ein.

Leichtathletik (mit Daniel und Stephanie)

Sei es Laufen, Springen oder Werfen – die Leichtathletik ist vielseitig und beinhaltet viele Disziplinen. Lerne Sprint, Weitsprung sowie eine Wurf-Disziplin der olympischen Kernsportart kennen. Entdecke gemeinsam mit anderen das Teamerlebnis „Staffel-Lauf“ und erfahre wie viel Spaß allein schon das Aufwärmen bringen kann.

Spinning (mit Melanie)

Wir schnuppern rein in die Welt des Duathlons. Walken, Dribbeln, Laufen und dann rauf auf´s Rad. Auf dem Spinningrad wollen wir das Rennradfahren nachfühlen mit (zwar unechten) Bergen und Downhills, aber dafür mit einem echten Triathlon-Profi. Spinning ist ein Indoor-Herz-Kreislauf-Training in der Gruppe auf speziellen Fahrrädern mit fetziger Musik.

Dein Weg mit Diabetes

Prüfungssituationen, Sport, Ausflüge mit Freunden, Beruf und Schule oder der erste Freund – In Alltagssituationen den Diabetes zu managen und den richtigen Umgang damit zu finden, ist nicht immer einfach. Daniel Schnelting, Melanie Schipfer und Stephanie Hill erzählen von ihren Erfahrungen und beantworten Fragen.

Du möchtest wissen, wo die Special Ones sonst noch anzutreffen sind oder Du möchtest mehr über das Team erfahren? Alle Infos findest Du unter www.special-ones.de

Schnell, schneller, Schnelting 😊

„Ich bin ein Special One, weil ich mit MEINEM Diabetes meine Ziele verwirkliche.“

Daniel Schnelting ist dreifacher Deutscher Meister im 200-m-Sprint und ist sogar schon gegen Usain Bolt angetreten. Mit 5 Jahren ist er an Diabetes erkrankt und gerade das hat ihn motiviert, hart an all seinen Zielen zu arbeiten. Durch die gute Vorarbeit der Eltern hat er schnell gelernt, den Diabetes zu akzeptieren und mit ihm zusammenzuarbeiten. Mit 13 Jahren begann für ihn das professionelle Leichtathletiktraining und bereits in der Jugend konnte er Europa-Meistertitel feiern. Seine Höchstgeschwindigkeit liegt bei 40 km/h.



Beruflich ist er als Wirtschaftsingenieur aktiv und engagiert sich zudem als Botschafter der bundesweiten Aktion „Wissen was bei Diabetes zählt: Gesünder unter 7“ wo er zusammen mit Johann Lafer über die Erkrankung aufklärt und eine Perspektive für ein aktives Leben mit dem Diabetes gibt. Für ihn ist Selbstverantwortung für sich und den eigenen Diabetes ganz wichtig, denn ansonsten sind die eigenen Ziele schwer erreichbar.

„Ich möchte die Kinder und ihre Familien ermutigen, den Diabetes anzunehmen und ihnen eine Perspektive geben, die Erkrankung im täglichen Alltag zu managen.“



Stephanie Hill

„Ich bin ein Special One, weil ich Sport mit meinem Diabetes leidenschaftlich ausübe und dabei nie aufgebe.“



Mit neun Jahren erkrankte Stephanie an Diabetes. „Doch meine Eltern gaben mir immer das Gefühl, alles machen zu können und erreichen zu können, was ich mir vornehme.“ Zu dieser Zeit spielte Stephanie noch Tennis, turnte, voltigierte und ritt. Später mit zehn Jahren begann sie dann mit der Leichtathletik und spezialisierte sich auf 100-Meter-Sprint und Weitsprung. Unter anderem wurde sie Deutsche Hallen-Hochschulmeisterin in der Staffel. Doch Sport ist für sie mehr als nur körperliche Bewegung: „Sport lehrt neben Fairness und Teamwork auch an sich selbst zu arbeiten. Das kann man auf alle Lebensbereiche übertragen.“ Neben dem eigenen Sport treiben, betreute sie Kinder und Jugendliche beim Training und Wettkämpfen. Des Weiteren übernimmt sie bis heute die Pressearbeit für ihren Verein. Aufgrund dieses sozialen Engagements, ihrer sportlichen Erfolge und guten schulischen Leistungen trotz Diabetes mellitus erhielt sie 2006 den Pierre-de-Coubertin-Schulsport-Preis. Zwei Mal war sie Teil des Medienteams der deutschen Sportjugend und des Deutschen Olympischen Sportbundes während Olympischer Jugendspiele. So erlebte sie olympische Atmosphäre. 2012 wurde sie als Läuferin für den olympischen Fackellauf der Olympischen Jugendspiele in Innsbruck ausgewählt. „Solche sportlichen Großereignisse beinhalten immer Gänsehaut-Feeling, Spannung und Freude – ein Mix der Gefühle, der sich auch auf den Blutzucker auswirken kann.“



Häufige Kontrollen sind für sie unerlässlich, vor allem auch bei der Ausübung von Leistungssport. Nach einer Verletzungspause will sie sich nun wieder in den Leistungssport zurück kämpfen. Dennoch soll das soziale Engagement nicht zu kurz kommen, dafür ist sie Teil der Gruppe Special Ones.



Melanie Schipfer

„Ich bin ein Special One, weil ich den Diabetes gut in mein Leben integriert habe, wir die gesteckten Ziele erreichen und ich es liebe mit ihm zusammen an meine Grenzen zu gehen und diese zu verschieben.“

Melanie Schipfer erkrankte mit knapp 14 Jahren an Diabetes und fand sich nur drei Tage nach ihrer Diagnose als Frischling im Diabetes Zentrum Mergentheim wieder. Der Sport blieb aber in ihrem Leben fest verankert. Egal ob Tanzen, Schwimmen, Spinning, Hot Iron oder Taibo, sie hat viel ausprobiert bevor sie 2009 zunächst dem Langstreckenlaufen und 2010 dem Triathlon verfiel. Inzwischen blickt sie auf 7 Marathons, 1 Ultralauf (50 km), 7 Olympische Distanzen, 4 Halbmarathons, 5 Lang-, 4 Mittel- und 3 Sprintdistanzen zurück. Neben Wettkämpfen liebt sie aber auch die Herausforderung, z. B. mit dem Rennrad über die Alpen, einmal durch den Bodensee schwimmen oder mit Rennrad und Rucksack in 3 Tagen 600 km radeln.



Ihre Mischlingshündin Minka ist seit knapp einem Jahr ihre treueste Begleiterin – egal ob auf Reisen, auf Trainingsläufen oder an der Uni. Minka befindet sich zur Zeit noch im Training zum Diabdog.

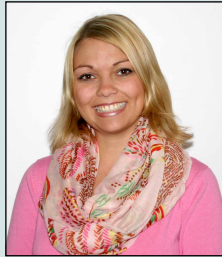
Auch beruflich hat Melanie der Diabetes geprägt. Nach der Realschule und dem Ernährungswissenschaftlichen Gymnasium studierte sie Haushalts- und Ernährungswissenschaften (B.Sc. Ökotrophologie) und setzte 3 Jahre später 2010 noch ein Sportpsychologiestudium (M.A.) oben drauf. Gerade schreibt Sie an ihrer Doktorarbeit und war jüngst in Peking zum Weltkongress Sportpsychologie, wo Sie als Nachwuchswissenschaftlerin Auszüge aus ihrer Arbeit vorstellte. „Meine Motivation ist es, anderen zu zeigen, dass nichts unmöglich ist, wenn man es wirklich will, egal ob mit oder ohne Diabetes“.



Zumba mit Chrissi

Christin Heiduk

Ich heiße Christin, bin 28 Jahre jung und arbeite nun seit 11 Jahren hier im Diabetes Zentrum. Einige kennen mich vielleicht schon von den letzten Kinder- und Jugendtagen, bei denen ich meistens in der „Bastelecke“ zu finden war.



Im November 2009 habe ich meine Prüfung zur Fitnesstrainerin erfolgreich abgeschlossen und seit April 2012 bin ich zusätzlich noch ausgebildete Zumba-Instructorin. Seitdem gebe zweimal wöchentlich Zumba-Kurse.



Aber was genau ist Zumba eigentlich?! Gehört hat mit Sicherheit jeder schon einmal davon, doch die meisten wissen gar nicht so recht, was sich dahinter verbirgt. Zumba ist der neueste und „heiß-begehrte“ Fitness-Trend aus Amerika, bringt jede Menge Spaß und gute Laune und begeistert sowohl Jung wie auch Alt. In diesem Kurskonzept wird auf Latino- aber auch auf aktuelle Charts-Musik getanzt, einfach auf alles was Spaß macht. Im Vergleich zum bisher bekannten Aerobic werden beim Zumba keine Choreographien erarbeitet, es wird einfach getanzt. Die wohl bekanntesten Rhythmen hierfür sind Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton.

Im zweiteiligen Workshop werde ich im ersten Teil eine Zumba-Schnupperstunde mit euch abhalten, im zweiten Teil werden wir uns gemeinsam ein Lied aussuchen, das wir dann „Step-by-Step“ erarbeiten und nachmittags auch vorführen werden.

Da wir beim Zumba sehr ins Schwitzen kommen werden, ist Wechselkleidung sinnvoll, bitte auch geeignete Turnschuhe sowie ein kleines Handtuch mitbringen.

Habt ihr Lust bekommen? Dann freu ich mich jetzt schon auf eine rege Teilnehmerzahl!

Eure Chrissi



Dr. Astrid Tombek

Vortrag „Diabetestechnologie: Kontinuierliche Glucosemessung, Insulinpumpen und neue Apps – technische Hilfsmittel in der Diabetes-Therapie“

Dr. oec. troph. Astrid Tombek



Dr. Astrid Tombek ist schon seit vielen Jahren in der Diabetes-Schulung tätig. Sie leitet in Bad Mergentheim die Diabetes- und Ernährungsberatung. Eines ihrer „Steckenpferde“ ist die Technologie. Sie ist unter anderem Mitglied bei CEDT (Certified European Diabetes Technician).

CGM – kontinuierliche Glucosemessung – was ist das? Vorteile und Nutzen?

Bei der kontinuierlichen Glucose-Messung (CGM) wird mittels eines Sensors im Gewebe (nicht im Blut) Glucose gemessen. Der Sensor ähneln einem Pumpenkatheter und wird auch ähnlich gesetzt. Diese Messmethode zeigt kontinuierlich einen Gewebezucker an und errechnet Trends, die über Pfeile auf dem Display abgelesen werden können. Vorteil eines CGM´s ist vor allem Hypoglykämien durch abfallende Glucosetrends anzuzeigen. Derzeit sind diese Systeme jedoch nicht verordnungsfähig. Der Gemeinsame Bundesausschuss pruft derzeit Nutzen und Notwendigkeit.



Wie fühlt sich der Sensor unter der Haut und beim Sport an? Am Kinder- und Jugendtag (um 9 Uhr) können diese Sensoren angelegt und Probegetragen werden.



Vortrag „Typ 1-Diabetes – Hoffnung auf Heilung?“

Prof. Dr. med. Nanette C. Schloot

Medical Advisor Diabetes, Lilly Deutschland GmbH BU Medical, Diabetes,
Gastwissenschaftlerin am Deutschen Diabetes-Zentrum, Düsseldorf

Die gebürtige Freiburgerin ist seit 20 Jahren Ärztin und seit über 10 Jahren Fachärztin für Innere Medizin, des Weiteren ist sie Diabetologin DDG und Endokrinologin. Seit dem Beginn ihrer medizinischen Doktorarbeit in Gießen 1988 beschäftigt sie sich mit der Erforschung der Entstehung des Typ 1-Diabetes und der sich daraus abzuleitenden Therapieoptionen zur Prävention des Typ 1-Diabetes. In den USA und den Niederlanden untersuchte sie die Rolle von Immunzellen im Diabetes-Tiermodell und bei Personen mit Typ 1-Diabetes. Am Deutschen Diabeteszentrum in Düsseldorf setzte sie diese Arbeiten fort und widmete sich auch klinisch der Betreuung von Patienten mit Diabetes.



Beruflicher Werdegang

- Seit 09/2011 Medical Advisor, Eli Lilly, Bad Homburg;
Gastwissenschaftlerin am DDZ, Düsseldorf
- 01/2009 - 08/2011 Oberärztin, Klinik für Stoffwechselkrankheiten,
Universitätsklinik Düsseldorf
- 07/2008 - 08/2011 Stellvertretende Direktorin des Instituts für Klinische
Diabetologie, Leibniz-Institut für Diabetesforschung
an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf,
Direktor Prof. Dr. Michael Roden
- Seit 04/2007 Leiterin des klinischen Studienzentrums am
Deutschen Diabetes-Zentrum
- 04/2007 - 06/2008 Kommissarische Direktorin des Instituts für Klinische
Diabetologie, Leibniz-Institut für Diabetesforschung
an der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
- 07/1993 - 03/1998 Postdoctoral fellowships, USA, Prof. Eisenbarth;
Niederlande, Dr. Roep

Vortrag „Schattenkinder“

Als Kinder-, Jugend- und Erwachsenen-Psychotherapeut, versorge ich Patienten mit chronischen somatischen Krankheiten und psychischen Störungen. Mein Schwerpunkt ist die Psychodiabetologie. In meiner psychotherapeutischen Lehrpraxis bilde ich auch Kinder- und Jugendpsychotherapeuten aus und beteilige mich am GeschwisterCLUB. Der GeschwisterCLUB ist ein modulares Programm zur Begleitung der Geschwister von Behinderten oder chronisch Kranken und hat den Bayrischen Gesundheitspreis 2012 gewonnen.



Im Institut für Sozialpädiatrie entwickeln wir das Geschwisterprogramm weiter und bieten auch eine Qualifizierung zur Fachkraft für Geschwister an.

In meiner Hauptaufgabe leite ich den Bundesverband Bunter Kreis, in dem 78 Nachsorgeeinrichtungen organisiert sind.



Grit Ott

Workshop „Mein süßes Leben“

Ich bin Autorin und Beschäftigungstherapeutin aus Berlin und werde in meinem Workshop unter anderem aus meinem Buch „Mein süßes Leben“ vorlesen.

Da ich selbst schon mit 8 Jahren Diabetes bekommen habe, weiß ich aus eigener Erfahrung, wie schwierig sich manche Situationen „auf beiden Seiten“ gestalten können ...

Deshalb möchte ich nach der Lesung gemeinsam mit Eltern und Kindern bestehende Probleme besprechen und nach Lösungsmöglichkeiten suchen!





Alisa Hilpert

Workshop „Apps“

Ich bin von Beruf Ökotrophologin (Ernährungswissenschaftlerin) und seit einem Jahr hier in der Diabetesberatung tätig. Zu meinem Aufgabenfeld gehören u. a. Gruppen- und Einzelschulungen rund um den Typ 1- und Typ 2-Diabetes bei Erwachsenen sowie Kindern und Jugendlichen, die mit Pen oder Spritze eingestellt sind.

Als Typ 1-Diabetikerin und Pumpenträgerin kann ich gut nachvollziehen, welchen Aufwand das Protokollieren der Blutzuckerwerte mit sich bringt. In dem Workshop „Apps“ stelle ich moderne „Diabetesmanager“ für das Smartphone vor, welche die Diabetestherapie Ihres Kindes im Alltag vereinfachen können.

Ich freue mich auf Ihr Kommen!



Juliane Steffan

Workshop „KE-Schätzen“

Ich bin Diabetesberaterin und seit drei Jahren im Diabetes Zentrum in der Abteilung der Diabetes- und Ernährungsberatung tätig. Meine Aufgabe ist es, Schulungen zu den verschiedensten Themen bei Erwachsenen und Kindern mit Diabetes durchzuführen.

Da es beim Diabetes sehr wichtig ist zu wissen, wie viele Kohlenhydrate in den Lebensmitteln enthalten sind, gibt es hierzu einen KE-Schätzkurs. Eine KE (Kohlenhydrateinheit) ist mit 10 Gramm Kohlenhydraten definiert.

In dem Workshop „KE-Schätzen“ möchte ich mit Spaß und Freude ganz praktisch die „Kniffe“ beim Schätzen zeigen.



Dr. Louisa van den Boom

Workshop „Therapieanpassung im Alltag“

Ich habe seit 9 Jahren Diabetes Typ 1. Seit 2007 trage ich eine Insulinpumpe und seit 2009 einen Glukosesensor.

Gerade mein Beruf als Ärztin in der Kinderklinik bringt mich immer wieder an meine Grenzen. Der Glukosesensor gibt mir zu jeder Tages- und Nachtzeit in meinem Beruf große Sicherheit. So kann ich mich voll und ganz auf meine kleinen und großen Patienten konzentrieren.

Durch meine eigenen Erfahrungen mit dem Diabetes in Beruf, Sport und Alltag stehe ich für die Kinder- und Jugendlichen nicht nur als Ärztin vor ihnen, sondern „bin auch eine von ihnen, die ihre Sorgen und Ängste teilt“.



Auch mit Diabetes habe ich viele Hobbys. Meine besondere Vorliebe gilt dem Laufen, das ist für mich Entspannung und Wohlbefinden pur. Gerade auch bei Laufevents komme ich manchmal an meine Grenzen, auch hier ist der Glukosesensor eine große Hilfe. Meinen Diabetes sieht man mir dabei nicht an, ich bin einer von vielen Läufern. Freunde und Familie haben für mich oberste Priorität. Unbeschwert Zeit mit ihnen zu verbringen und so akzeptiert zu werden, wie ich bin, ist für mich sehr wichtig.

Man kann auch mit Diabetes seine gesteckten Ziele erreichen und Lebensträume verwirklichen. Manchmal muss man kleinere oder größere Hürden dafür überwinden und hart kämpfen. Wenn man dann ganz fest an sich glaubt und Familie und Freunde hinter einem stehen, dann kann man auch mit Diabetes alles schaffen. Dies würde ich gerne im Workshop „Therapieanpassung im Alltag“ thematisieren.



PD Dr. Bernhard Kulzer



Kinderbetreuung

Workshop „Familienleben“



Im Workshop „Familienleben“ mit PD Dr. Bernhard Kulzer bietet sich die Gelegenheit, die Rolle des Diabetes in Hinblick auf das Familienleben und die Geschwister zu vertiefen. Familien, bei denen ein Kind an Diabetes erkrankt ist, gehen ganz unterschiedlich mit der Erkrankung Diabetes um. Hierbei haben sich einige

grundsätzliche Strategien im Umgang mit dem Diabetes als sehr hilfreich erwiesen. Diese sollen im Mittelpunkt des Workshop stehen.

Hallo ich bin Sonja Liebenstein und arbeite als Erzieherin am Diabetes Zentrum Mergentheim. Gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen biete ich ein buntes Programm für Kinder, während die Eltern und Geschwister in den Vorträgen und Workshops sind. In dem ausgeschilderten Kreativ-Treffpunkt wartet ein abwechslungsreiches Programm auf Euch.



Kreativ-Treffpunkt

In unserem Kreativ-Treffpunkt könnt ihr euch wieder basteltechnisch austoben und eure Bastelarbeiten mit nach Hause nehmen.



Informationen

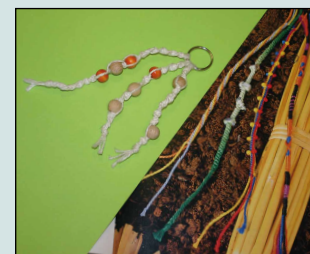
Infos zu den Aktiv-Workshops

Leichtathletik (zwei Gruppen mit Daniel & Stephanie), **Spinning** (mit Melanie) **und Zumba** (mit Chrissi)

Habt Ihr Interesse an einem der Aktiv-Workshops? Dann solltet ihr Sport- bzw. Turnschuhe und ein kleines Handtuch mitbringen. Wenn das Wetter mit macht, werden die Leichtathleten draußen trainieren, ebenso die „Duathleten“ auf dem Weg zum Fitness-Studio (Spinningteilnehmer sollten mindestens 1,40 m groß sein). Bitte entsprechende und bequeme Sportkleidung bzw. Wechselkleidung mitbringen. Zumba findet in der Klinik im Sportraum statt und ist ab ca. 10 Jahre geeignet. Zum Mittagessen treffen alle wieder in der Klinik zusammen.

Infos zum Probetragen CGM

Die Firma Medtronic bietet uns die Möglichkeit, etliche Glukosesensoren inklusive Transmitter Probetragen. Die Teilnehmer der Aktiv-Workshops können sich um 9 Uhr (vor Beginn der Tagung) im Raum 2 einen solchen anlegen lassen und bis zum Nachmittag ausprobieren. Um 14 Uhr werden die Geräte ausgelesen und die Ergebnisse mit Euch besprochen.



Ihr könnt euch schöne Lesezeichen malen und verzieren oder aus verschiedenen bunten Fäden und Perlen einen kreativen Schlüsselanhänger oder Freundschaftsbändchen herstellen, die sich ganz super verschenken lassen. Mit der filigranen Fadenkunst lassen sich ebenfalls tolle Kunstwerke herstellen.

