

Bericht

Projektförderung 2019, DDH-M

Fortbildungsveranstaltung für DDH-M Jugend



Fortbildungsveranstaltung Jugend in Hamburg – junges Ehrenamt der DDH-M

Rückblick zum letzten Treffen 2019

Vom 23.8 bis 25.8.2019 hatte die Jugendvertretung der Deutschen Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) alle ehrenamtlich Aktiven der Jugendvertretung sowie am Ehrenamt Interessierte nach Hamburg eingeladen. Die jungen Teilnehmer haben einen Diabetes Typ 1 oder Typ 2.

Auch in diesem Jahr ging es darum, dass Neuigkeiten ausgetauscht, weiterführende Informationen rund um die DDH-M vorgestellt, Verantwortlichkeiten für bestehende Kinder- und Jugendprojekte verteilt sowie neue Aktivitäten für das Jahr 2020 geplant werden.

Es konnten auch in diesem Jahr neue Ehrenamtliche gewonnen werden, die sich aktiv bei Projektvorbereitungen einbringen werden.

Alle Teilnehmer verbrachten das Wochenende gemeinsam in Hamburg.

Start Freitagabend

Nachdem alle im Motel-ONE Hamburg-Alster eingekcheckt hatten, gab es um 19:30 Uhr das erste offizielle Treffen. Es wurde im Hotel Rubin gemeinsam zu Abend gegessen. Während des Essens konnten erste Informationen und Erfahrungen ausgetauscht werden. Wer sich noch nicht genauer kannte, konnte sich näher kennen lernen und erfahren, welche Projekte die DDH-M durchführt und wer an welchen Projekten beteiligt ist. Alle konnten sich auf ein produktives Wochenende **einstimmen**.

Ganzer Samstag

Alle Teilnehmer trafen sich in einem Schulungsraum in der Nähe des Hotels. Tobias Kuckartz, der sich um die Organisation dieses Wochenendes im Vorfeld gekümmert hatte, begrüßte alle Anwesenden und stellte die Agenda für den Tag vor. Als erstes gab er einen Rückblick auf das vergangene Jahr.

Es wurde zusammengefasst, welche Tops des Jugendwochenendes 2018 erfolgreich umgesetzt werden konnten und welche noch nicht. Gemeinsam wurde analysiert, aus welchen Gründen bestimmte Tops noch nicht umgesetzt werden konnten und wie und wer die Umsetzung in Angriff nehmen wird. Kleine Pausen gaben uns immer wieder die Möglichkeit, rund um die Themen Selbsthilfe, Ehrenamtstätigkeiten sowie Erfahrungswerte zu diskutieren.

Ein umfangreicher Top war unter anderem: „**Wie können wir weitere Mitglieder gewinnen und mehr auf die DDH-M aufmerksam machen?**“ Wir möchten langfristig mehr Mitglieder

Für mehr Lebensqualität!

Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) e. V.

Vorstand: Vorsitzende Judith Krämer, stellv. Vorstand Jörg Westheide

Finanzvorstand: Hans-Jürgen Mühlhaus

Vereinsregister: Amtsgericht Charlottenburg Berlin, VR 31731 B

Finanzamt für Körperschaften I, Berlin, Steuernummer: 27 / 663 / 62978, gemeinnützig

Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) e. V.

Albrechtstr. 9 • 10117 Berlin

Telefon: +49 30 201 677-45 • Fax: +49 30 120 894 709

info@ddh-m.de • www.menschen-mit-diabetes.de

Geschäftskonto: Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE20 1002 0500 0001 2801 00, BIC: BFSW DE33 BER

von ehrenamtlichem Engagement begeistern. Hierzu gab es eine rege Diskussion darüber, dass soziale Medien intensiver genutzt werden sollten wie Facebook und Instagram, insbesondere, um die Jugendlichen und Kinder mit Diabetes anzusprechen. Es ist weiterhin wichtig, die Außenwirkung der Selbsthilfeorganisation DDH-M zu stärken.

Am Nachmittag wurden die ausstehenden **Aktivitäten für das Jahr 2019** besprochen sowie für das Jahr 2020 geplant, teilweise ging es auch um Events und Ideen für das Jahr 2021. Bei den Projektideen lag uns besonders am Herzen, Angebote für Jugendliche und junge Erwachsene mit Diabetes zu schaffen, da die DDH-M bislang für diese Zielgruppe nur ein kleines Freizeitangebot hat. Es wurden Teams gebildet, meistens zwei Leute, die kurzfristig für 2020 und langfristig für 2021 klären, ob, und wie die Projekte umgesetzt werden können.

Anschließend gab es einen **Fachvortrag zum Thema: Selbst - und Zeitmanagement**, ein Thema, das besonders Diabetiker betrifft, da sie ihre Diabetestherapie effektiv in ihren Alltag integrieren müssen. Zum Abschluss gab es eine Feedbackrunde.

Am Abend um 17 Uhr trafen wir uns in der „La Cocina Kochschule“, um gemeinsam ein Menü zum **Thema „Diabetes und Genuss“** zuzubereiten. In kleineren Gruppen, jedoch alle gemeinsam rund um eine Kochinsel, wurden eine Vorspeise, ein Hauptgericht und einen Nachtisch angefertigt. So wurde das Gemeinschaftsgefühl gestärkt und man konnte sich auch noch einmal allgemein zum Thema **„Essen und gesunde Ernährung bei Diabetes“** austauschen. Auch konnte die ein oder andere Diskussion des Nachmittags fortgeführt werden.

Sonntagmorgen

Beim ausgiebigen Frühstück wurden die letzten Themen besprochen und sich verabschiedet.

Zum Schluss

Wie immer war auch in diesem Jahr das Wochenende gefühlt zu kurz. Um alle Themen ausführlicher zu besprechen, hätte man einfach mehr Zeit benötigt. Die Aufgaben und Planungen sind jedoch verteilt, jeder kann sofort starten und das Angefangene fortführen, um die an diesem Wochenende entwickelten Projektideen, in die Tat umzusetzen. Zusätzlich möchten alle weiter daran arbeiten, die DDH-M als Selbsthilfeorganisation in ihrer Außenwirkung zu stärken.

Vielen Dank an die DAK Gesundheit, die dieses Selbsthilfeprojekt 2019 unterstützt hatte.