

Diabetes Selbsthilfegruppe Ganderkesee e. V.



Jahresprogramm 2020

Für Erwachsene und Jugendliche mit Typ 1 und Typ 2 Diabetes.

| 1. Quartal 2020 | 2. Quartal 2020 | 3. Quartal 2020 | 4. Quartal 2020 |
|--|--|--|--|
| <p>13.01. Diabetes Notfall.</p> <p>So handeln Sie richtig bei</p> <p>Unterzucker, übersäuert, entgleist.</p> <p>Keine Angst vor der Notfall-Spritze</p> | <p>13.04. Ostermontag.</p> <p>Kein Gruppenabend wegen Feiertag!</p> | <p>13.07. Interwall-Fasten</p> <p>Weniger Gewicht, bessere Werte? Essens-Pause oder eine neue Ernährungsform?</p> <p>Sollte dies Form mit dem Arzt abgesprochen werden?</p> | <p>12.10. Fußpflege zuhause und beim Podologen.</p> <p>Fußpflege was ist geeignet und was nicht? Tipps für spezielle Fußpflege</p> <p>25.10. Familienseminar</p> |
| <p>10.02. Diabetes digital.</p> <p>Willkommen in der Zukunft. Die Digitalisierung verändert die Therapie des Diabetes, bietet aber auch viele Chancen für Betroffene.</p> | <p>11.05. Auch am Morgen gute Blutzuckerwerte.</p> <p>Tipps für bessere Morgenwerte Keine überstürzten Experimente mit der Therapie.</p> <p>Besuch einer Diabetesklinik Bad Lauterberg/Harz oder Bad Oeynhausen</p> | <p>10.08. Sommerferien</p> <p>Kein Gruppenabend wegen Sommerpause!</p> | <p>09.11. Wenn die Seele Hilfe braucht</p> <p>Warum Menschen mit Diabetes häufiger an Depressionen leiden? Selbsttest Depression (Quelle WHO-Five Well-Being Index)</p> |
| <p>09.03. Jahreshauptversammlung.</p> <p>Keine öffentliche Veranstaltung Einladung und Tagesordnung folgt gesondert.</p> | <p>08.06. Medikamente und der Beipackzettel.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sind die Beipackzettel oft zu kompliziert? - Der Apotheker als Experte kann helfen | <p>14.09. Zucker im Griff, stabile Werte.</p> <p>Schluss mit dem Zucker-Chaos Und wie viel Schwankung ist normal?</p> | <p>14.12. Gutes Essen, gute Werte, gute Nerven. Frohes Fest.</p> <p>Diabetes und der Jahreswechsel! Essen, feiern und Diabetes. Na und!</p> <p>Anschließend kleine Adventsfeier</p> |

Die Gruppenabende werden in der Regel im Schulungsraum der adMedic GmbH Ebereschenweg 1, 27777 Ganderkesee durchgeführt.

Änderungen vorbehalten.

Informationen über die Referenten und weitere Infos erfolgen in der Tagespresse und im Internet.