

## Eltern-Kind-Schulungs-Wochenende im Norden

### Diabetes-Schulungsreise für Familien mit Kindern und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes und ihren Geschwistern

**Ort:** Apartmenthaus „Am Dorfplatz“, 23758 Weißenhäuser Strand, Seestr. 1

**Zeit:** 1.10. – 3.10.2021, **Teilnehmer:** 100 Personen (40 Familien), aus verschiedenen Bundesländern, **Betreuer:** 12 Personen

Haben Familien ein oder mehrere Kinder mit Diabetes, wird der Alltag durch die notwendige Diabetestherapie und die Rücksichtnahme auf das erkrankte Kind bestimmt. Die Eltern möchten den Geschwisterkindern ohne Diabetes jedoch genauso viel Aufmerksamkeit zukommen lassen, ebenso ist die geschwisterliche Achtsamkeit füreinander sehr wichtig. Diesem täglichen Anspruch gerecht zu werden, verlangt viel Organisationstalent und Geduld von den Eltern und Nachsicht von den Geschwistern ohne Diabetes. Sich mit anderen Familien auszutauschen, wie der Familienalltag mit und ohne Diabetes besser gelingt, wünschen sich deshalb viele Eltern.

In diesem Jahr fand das Event im Resort Weißenhäuser Strand statt. In Auswirkung der Corona-Pandemie hatten sich besonders viele Eltern um eine Teilnahme bemüht. So wurden mehr teilnehmende Familien aufgenommen, als ursprünglich geplant, um vielen Eltern mit ihren Kindern eine Möglichkeit zu geben, Probleme und Sorgen zum Diabetes ihrer Kinder anzubringen. Viel Neues zur Typ-1-Diabetestherapie konnte vermittelt, Wissen vertieft und aufgefrischt werden.



© Thomas Witt, mittig: Andrea Witt mit Betreuerinnen, Organisatorin der Veranstaltung und Vorsitzende des Zuckerschnuten e.V., Diabetes-Schulungsreise für Familien, Resort Weißenhäuser Strand, 2021

## Hier ein Bericht von Andrea Witt, Diabetesberaterin DDG, Projektleitung

40 Familien mit über 100 Personen haben dieses Wochenende im Rahmen einer Schulungsveranstaltung im Weißenhäuser Strand verbracht. Die Familien sind aus ganz Deutschland zusammengekommen.

Den Familien war kein Weg zu weit. Die Familie, die am weitesten entfernt wohnt, 750 km, hat sogar schon am Freitagabend gesagt: „Dieser weite Weg hat sich jetzt schon nach ein paar Stunden gelohnt. Wir sind so froh, dass wir uns auf den Weg gemacht haben.“

Das hat mich so sehr gefreut. Aber jetzt der Reihe nach:

Schon lange vor der Freizeit habe ich organisiert, organisiert und organisiert. Es war dieses Jahr wirklich sehr, sehr anstrengend diese ganzen (immer wieder sich ändernde) Corona-Regeln umzusetzen. Aber es hat mit gefühlt 100.000 verschiedenen Corona-Listen super geklappt. Bitte keine Listen mehr in den nächsten Wochen 😊

Keine der 40 Familien hat abgesagt; alle sind gekommen. Alle waren ausgehungert nach persönlichen Treffen und Austausch.

Unser Programm war sehr vielfältig und verteilte sich auf die Vor- und Nachmittage, unterbrochen von wenigen Stunden sportlicher Aktivitäten: Mal als große Gesprächsrunde, mal als Workshop oder intensive Einzelgespräche. Unsere Themen kreisten um den Kindergarten, Grundschule und Transition (Für die Kinderklinik zu groß, für die Erwachsenen Diabetologie zu klein?).

Aber auch die jüngsten Entwicklungen bei den Technologien und Medikamenten in der Diabetestherapie, wie neue Insuline, Pumpen, Sensoren, Semi-Closed Loop wurden thematisiert. Viel Raum nahmen die Themen Ernährung, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, psychische Auswirkungen des Typ 1 auf die Familienmitglieder und Inklusion in Kita und Schule ein.

**Freitagnachmittag** war es endlich soweit und wir konnten Punkt 15 Uhr die Türen öffnen. Alle Familien brachten einen selbstgebackenen Kuchen mit. Der Kuchen wurde aufs Buffet gestellt. Nachdem alle Formalien besprochen und die Apartments bezogen waren, wurde endlich der ganze köstliche Kuchen verspeist. Dafür hatten wir einen eigenen Tagungsraum, *Alm* genannt.

Dann fingen auch schon die ersten Gesprächsrunden und Workshops an.

Und weil das Wetter so gut war, sind wir schnell noch mal zum Strand und zum Spielplatz. Schon war die Zeit um und es gab Abendessen: Nudeln und Salat-Buffet und leckere Nachspeisen.

Nach dem Essen sind alle Mann raus, bestückt mit großen Fackeln und großen und kleinen Wunderkerzen, ab zum Fackellauf an den Strand. Dort wurde ein großer Fackelkreis gemacht und mehrmals laut gemeinsam gerufen:

**DIABETES-GEMEINSAM SIND WIR MUTIG UND STARK!**

Welch schöner Moment. Das hat den Familien gutgetan.

Wieder in der Alm angekommen, wurde die Gespräche wieder aufgenommen und vertieft.

Die kleineren Kids mussten aber bald zu Bett und der Raum lichtete sich. Aber die „Großen“ und die „Alten“ haben noch lange ausgehalten.

*An diesem Tag hatte ich mir noch einen „großen Schnitzer“ erlaubt: Ich hatte meine Zuckerschnute Finn nach vorne geholt und ihn etwas ausgefragt. Ich hatte ihn regelrecht damit überfallen. Wir haben ein wenig geplaudert und dann habe ich ihn gefragt: Finn, wie ist denn dein HBA1c jetzt gerade? Er schaute mich erschrocken an und sagte: Er ist Zweistellig!“ Die Mutter am Tisch, sehr erstaunt, oder erschrocken und sagte dann laut „Wie bitte?“ Alle lachten über diese Situationskomik und ich habe mich so geschämt diesen jungen Mann so „reinzureiten“. Seine Mutter wusste das nicht, er ist zwar schon 18 Jahre alt, aber trotzdem: Mir war es sooo peinlich, aber dem jungen Mann hat es sehr viel Respekt eingebracht, weil Alle es bewundernswert fanden, dass er die Wahrheit gesagt hat (vor seiner Mutter). An dieser Stelle noch mal an Finn: „Sorry!“ Und an seine Mutter: „Wehe, du schimpfst mit ihm!“*

**Samstagmorgen** mussten wir sehr früh aufstehen, denn wir durften als erste Gruppe ins Schwimmbad und hatten das Bad fast für uns allein. Als unsere reservierte Badezeit nach drei Stunden vorbei war, sind wir alle zum Mittag wieder in die Alm.

Es gab Butterbrot, ganz einfaches Butterbrot mit Wurst und Käse. Aber trotzdem richtig lecker. Danach war freie Zeit für alle Familien und wer wollte, konnte mit uns Drachen steigen lassen, zum Strand und Spielplatz gehen, oder einfach nur chillen. (Einige mussten aber auch noch wieder zum Corona-Test).

15.30 Uhr war wieder Kaffee und Kuchen angesagt und die nächsten Vorträge gingen los:

Zwei Diabetesberaterinnen, die als Referentinnen mit dabei waren, berichteten uns ausführlich in einem weiteren Vortrag über Neuerungen in der Diabetestherapie. Es gab sogar die Möglichkeit die gezeigten Pumpen- und Sensoren Probe zu tragen.

Dann hat uns *Zuckerschnute* Lara, Betreuerin und Juniorreferentin, über Mode (insbesondere Unterwäsche für Mann und Frau, sogar für Kinder) mit integrierter Tasche für die Diabetestechnik erzählt und einige Wäschestücke vorgestellt. Lara hatte in Berlin Praktikum gemacht und Diabetes-Wäsche mit entwickelt.

*Zuckerschnute* Luka, Betreuer und Juniorreferent, hat uns das Notfallnasenspray *Baqsimi* vorstellt und die Anwendung erklärt. Louise, ebenfalls *Zuckerschnute* und Betreuerin und Juniorreferentin, hat von ihrem zweijährigem Au-pair-Aufenthalt in Amerika erzählt. Mit Typ-1-Diabetes ist das schon beachtlich. Ach, und einen Malwettbewerb haben wir auch noch gemacht.

Das war alles so spannend und die Zeit ist so schnell vergangen, dass schon wieder Abendbrotzeit war. Es gab diesmal ein lecker Chicken-Buffer. Satt und zufrieden ging es noch mal raus, oder man blieb gleich sitzen um weiter mit den kleinen Gesprächsrunden weiter zu machen. Parallel dazu haben wir dann noch eine Mini-Disco gemacht, wobei nachher eigentlich Alle mitgetanzt haben. Luka hat für so etwas genau die richtige Musik, auch zum Mitsingen.

Mit den Kleineren haben wir auch noch Seifenblasen fliegen lassen. Aber nicht so, dass jeder pusten musste, nein, heutzutage hat man ein Gerät mit Batteriebetrieb, da kommen die Seifenblasen ohne Kraftanstrengung heraus. Es waren Tausende von Seifenblasen, sodass wir noch den Boden wischen mussten, weil er so glitschig geworden war.

Sagenhaft wie lange die lütten Kids durchgehalten haben. Aber irgendwann mussten Alle zu Bett.

Sonntagmorgen gab es lecker Frühstücksbuffet, dann Zimmer räumen und ins Dschungelland, dem Indoorspielplatz.

Hier gab es so viel zu sehen und zu machen: Spiegellabyrinth, wilde kleine Tiere und viel Bewegung wie z.B. Federball, Tischtennis, Trampolin, Klettern usw. Nach drei Stunden war unsere Spielzeit um und das Ende des Wochenendes war nah. Wir haben uns Alle verabschiedet und wieder liefen einige Abschiedstränen.

Glücklich und zufrieden sind die Familien wieder nach Hause gefahren.

Ich glaube sagen zu können, dass alle Kinder diesen Aufenthalt mit den anderen Diabetes-Kindern genossen haben. Sie waren ALLE so glücklich, froh und ausgelassen und fühlten sich sooo sicher in der Gruppe und vor allem: Groß und Klein zusammen, Jeder lernt von Jedem.

Ich möchte hier auch noch einmal Danke an meine Betreuer sagen: Danke, dass ihr mir immer, immer zur Seite steht. Das ist mit Geld nicht zu bezahlen. Bitte bleibt mir noch ein paar Jahre als Betreuer erhalten 😊

Nach der Freizeit ist vor der Freizeit: Ich werden dann mal anfangen nächstes Jahr zu planen. Ich sage Bescheid, wenn es so weit ist, d.h. wenn ich ein neues Datum habe.





© Thomas Witt, Fackelevent, Diabetes-Schulungsreise für Familien, Resort Weißenhäuser Strand, 2021



© Thomas Witt, BE und KH schätzen schon beim Frühstück, Diabetes-Schulungsreise für Familien, Resort Weißenhäuser Strand, 2021