

## Eltern-Kind-Schulungs-Wochenende im Norden

### **Reise für Diabetesfamilien an die Ostsee, 23. – 25.10.2020**

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 in Kiel statt. Das Ressort "Weißenhäuser Strand konnte die Auflagen aufgrund der Corona-Pandemie nicht erfüllen.

### **Hier ein Bericht von Andrea Witt**

*Freitag, 23.10.*

Die Betreuer waren schon früh in der DJH Kiel um alles vorzubereiten.

Um 14 Uhr kamen die ersten Familien mit viel Gepäck und selbstgebackenen Kuchen in Kiel an. Erstmal alle man Zimmer beziehen und wieder in den Innenhof zurück, um sich zu begrüßen. Um 15 Uhr gab es dann Kaffee und Kuchen. Man, war das wieder lecker, so viele verschiedene Kuchen und sogar vegane und glutenfreie waren dabei. Die waren so lecker, dass erstmal Rezepte ausgetauscht wurden.

Dann ging es noch mal raus, zum Vinetaplatz. Da gab es ein Rätsel zu lösen. In verschiedenen Gruppen eingeteilt hieß es: Sucht Spongebob.

Das war ein angemalter Stromkasten in Form und Farbe von Spongebob. Wer Spongebob gefunden hatte, bekam natürlich einen Preis. Dann wurde noch ein bisschen auf dem kleinen Spielplatz gespielt und es ging zurück zum Abendessen.

Coronakonform wurden die Schnitzel, Kroketten und Salate für uns aufgefüllt. Das hat alles super geklappt, wir waren auch fast allein in der JH, und so war es relativ einfach, die Regeln einzuhalten.

Nach dem Essen gab es die ersten Vorträge und die ersten Workshops.

Wir hatten Referenten und unsere Juniorbetreuer, die uns mit so vielen Informationen gefüttert haben. Katheter- Pumpen- CGM- Unterzuckerungs-Ketoazidose- und Ernährungsschulungen und noch ganz viele Themen für Kleingruppen wurden uns geboten.

Bis zum späten Abend wurde geredet, geklönt, gespielt und auch gelacht.

Quelle Fotos: Thomas Witt, 2020

*Sonntag, 25.10.*

Zeitumstellung - obwohl jeder seine Uhr umgestellt hatte, nun aber flott: Zimmer ausräumen und frühstücken, Autos packen und ab nach Kiel-Holtenau. Dort war unsere **Indoor-Trampolin-Halle**. Es wurde extra früher geöffnet, damit wir Corona-konform allein die Halle für uns hatten. Die Kids und einige Eltern sind dann 90 min gehüpft. Zwischendurch mussten noch Gummischlagen und Traubenzucker gegessen werden und es wurden sehr viele Fruchtsaftpäckchen verbraucht.

Trampolinspringen ist wirklich sehr anstrengend, der Blutzucker saust regelrecht nach unten. Aber es waren alles nur leichte Unterzuckerungen und es wurde gleich weiter gesprungen. Als alle wieder umgezogen waren konnte noch ein kleiner Snack eingenommen werden (wieder Müsliriegel, Minisalamis, Würstchen, schnelle BEs).

Nachdem alle gestärkt und alle Blutzucker wieder stabil waren, wollten wir eigentlich noch zur Holtenauer Schleuse fahren, aber alle waren so kaputt und es fing heftig an zu regnen, sodass wir uns hier schon verabschiedet haben und alle in Richtung Heimat fahren wollten.

*Es geht wieder nachhause*

Vorher aber gab es wieder Abschiedstränen (und wir konnten uns doch nicht in den Arm nehmen) und viele haben noch das Feedback gegeben, wie schön es wieder war.

Feuchte Augen bekamen alle, als Piet (9 Jahre alt) sagte (ganz allein und von sich aus):

*Danke für das tolle Wochenende, es war soooo toll, ich habe so viel gelernt, es hat mega viel Spaß gemacht und ich habe auch noch neue Freunde gefunden, ich freue mich schon, wenn wir uns wieder treffen können.*

Das war unser Wochenende: Wenn man bedenkt, wie oft ich alles neu- und umorganisieren musste, wir wieder ein neues Programm zusammenstellen mussten, war das schon irre toll.

Und in dieser Corona-Zeit auch noch einen Veranstaltungsort zu finden... das war schon eine Kunst.

Ein großer Dank an dieser Stelle an die Jugendherberge Kiel, die die Einzigen waren, die uns aufgenommen haben. Danke dafür.

Danke auch an alle Referenten und Betreuer, die mir immer so toll zur Seite stehen.

Andrea Witt  
Diabetesberaterin DDG

Mobil: 01525 / 848 0000  
Mail: [andrea-witt@gmx.de](mailto:andrea-witt@gmx.de)



