



PRESSEMITTEILUNG

Samstag, 13. April 2013

„Lauf den Zucker runter“

Behinderten-Sportverband Berlin bietet Laufgruppen für Diabetiker an

Berlin, 13. April 2013, bsb

Diabetes ist eine der großen Volkskrankheiten in Deutschland mit einer beständig steigenden Zahl an Betroffenen. Geschätzte 1.000 Neuerkrankungen kommen pro Tag hinzu. Jedes Jahr müssen ca. 40.000 diabetesbedingte Amputationen vorgenommen werden, und beinahe 2.000 Menschen erblinden in Folge von oftmals unerkanntem Diabetes. Außerdem entstehen jährlich 48 Mrd. Euro direkte Kosten im deutschen Gesundheitssystem.

Sport ist dabei ein wichtiger Faktor, um dieser Entwicklung entgegenzuwirken. Das Diabetes-Programm-Deutschland (DPD) mit seinem Motto LAUFEND-AKTIV-BLEIBEN setzt genau dort an, und versucht eine diabetische Lauf- und Sportbewegung ins Leben zu rufen. Kerninhalt des Programms ist es, Menschen mit Diabetes Typ 1 und Typ 2 nachhaltig für sportliche Aktivität zu begeistern, sie sensibel für eine aktive Regulation des Zuckerhaushalts zu machen, und letztendlich ihre Gesundheitswerte zu verbessern.

Bereits 2 Jahre lang hat das Diabetes-Programm-Deutschland Diabetikern dazu verholfen, ihre Gesundheitswerte zu verbessern. In diesem Jahr wird nun das Programm Teil des organisierten Sports in Berlin, und dabei als Leistungsangebot von den Sportvereinen angeboten.

Klaas Brose, Geschäftsführer des BSB will das Programm in Berlin zum Erfolg führen: „Wir sind seit diesem Jahr dabei, eine Sportbewegung für Diabetiker in Berlin auf den Weg zu bringen. Die Geschäftsstelle des Verbandes ist stark motiviert weitere Laufgruppen aufzubauen. Dazu brauchen wir aber die Unterstützung der Medien, um das Programm bei der Politik und der breiten Öffentlichkeit zu verankern, und die Berlinerinnen und Berlinern, über das ständig wachsende Angebot zu informieren. Wir bieten im gesamten Berliner Stadtgebiet Laufgruppen an. Durch das Gruppenerlebnis fällt es oftmals leichter, den inneren Schweinehund zu besiegen, und selbst Unsportliche finden schnell Zugang zur gesunden Bewegung“.

Bundesweit konnten in den Jahren 2011 und 2012 jeweils mehr als 120 Diabetiker/innen Typ 1 und Typ 2 zu regelmäßigem Sport unter professioneller Aufsicht motiviert werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer absolvierten dabei über

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten - 6.337 Zeichen

Behinderten-Sportverband Berlin e. V.
Fachverband für Rehabilitation durch Sport
Geschäftsstelle
Hanns-Braun-Str.
Kursistenflügel
14053 Berlin
www.bsberlin.de

Nähere Informationen erhalten Sie bei
der von uns beauftragten Agentur

reinhard tank • plusport.de
kavaliestr. 28a • 13187 berlin
fon: (30) 47 300 427
mobil: 0163 753 72 16
email: plusport@t-online.de



6 Monate zweimal wöchentlich betreute Lauftrainings, und wurden im gesamten Zeitraum sportwissenschaftlich und fachärztlich begleitet. Das Highlight des Programms war die Teilnahme an einem regionalen Laufevent.

Das Programm führte zu einer signifikanten und nachweisbaren Verbesserung der Gesundheitswerte bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. So konnte die Medikation vor allem bei den Typ-2-Diabetikern dauerhaft reduziert und teilweise sogar ganz abgesetzt werden.

Mittlerweile ist DPD das größte Diabetes Sportprogramm in Deutschland und offizielles Patientenschulungsprogramm der Techniker Krankenkasse, und arbeitet mit renommierten Institutionen, wie der Charité Berlin, der Deutschen Sporthochschule Köln, sowie der AG Diabetes & Sport der Deutschen-Diabetes-Gesellschaft (DDG), zusammen.

„Wir sind auch auf der bundespolitischen Ebene angekommen, was der von uns organisierte Diabetes- & Sportgipfel 2012 am 23. September 2012 mit Beteiligung von Renate Künast (MdB), Ulla Schmidt (MdB) und Professor Schwarz von der Uni Dresden gezeigt hat“, so Projektkoordinator Mark Spiller von Diabetes-Programm-Deutschland.
(Quelle DPD)

Das RBB-Fernsehen sendet am kommenden Montag, 15. April 2013 um 16:50 Uhr in „kurz vor 5“ einen Bericht über das Laufprogramm in Berlin.

Interessierte können sich beim Behinderten-Sportverband Berlin unter www.bsberlin.de anmelden.



Foto (DPD)

In einer Laufgruppe den Diabetes besiegen

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten - 6.337 Zeichen

Behinderten-Sportverband Berlin e. V.
Fachverband für Rehabilitation durch Sport
Geschäftsstelle
Hanns-Braun-Str.
Kursistenflügel
14053 Berlin
www.bsberlin.de

Nähere Informationen erhalten Sie bei
der von uns beauftragten Agentur

reinhard tank • plusport.de
kavalierstr. 28a • 13187 berlin
fon: (30) 47 300 427
mobil: 0163 753 72 16
email: plusport@t-online.de



Ansprechpartnerin im Hauptstadtbüro Diabetes-Programm-Deutschland:

Kirsten Leow
c/o Behinderten-Sportverband Berlin e.V.
Hanns-Braun-Straße / Kursistenflügel
14053 Berlin
Fon: 030 / 30 833 87 171
Mail: info@diabetes-programm-deutschland.de

Das Laufprogramm

Mit dem Ziel, möglichst vielen Diabetikern (Typ 1 und 2) nachhaltig Freude am Sport zu vermitteln, hat das DPD-Team in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln und dem Diabetes-Zentrum im Evangelischen Krankenhaus Köln-Weyertal ein spezielles Laufprogramm für Diabetiker entwickelt.

Nehmen Sie teil am Diabetes-Programm-Deutschland und verbessern Sie Ihre Gesundheitswerte nachhaltig. Profitieren Sie von den vielzähligen Leistungen:

- Gruppe "Newcomer" (5 km)
- Gruppe "Runner" (10 km/21 km)

- 2 Mal wöchentliches Training mit ausgebildeten Lauftrainern in kleinen Gruppen
- fachärztliche Begleitung für die gesamte Dauer des Programms
- Info-Veranstaltungen "Diabetes und Sport" mit renommierten Referenten
- Schulungsveranstaltungen zur Therapieanpassung
- ständige Ansprechpartner für alle Fragen rund um das Programm
- kostenlose Blutzuckermessgeräte sowie Teststreifen für die Trainingseinheiten von Bayer HealthCare
- hochwertiges Funktionsshirt
- Finale bei einem regionalen großen Laufevent
- medizinische Betreuungsstände entlang der Laufstrecke und im Start-/ Zielbereich

- Gruppe "Performer" (42 km, Voraussetzung: Marathonerfahrung!)

- fachärztliche Begleitung für die gesamte Dauer des Programms
- Info-Veranstaltungen "Diabetes und Sport" mit renommierten Referenten
- ständige Ansprechpartner für alle Fragen rund um das Programm
- hochwertiges Funktionsshirt
- Finale bei einem regionalen großen Laufevent
- medizinische Betreuungsstände entlang der Laufstrecke und im Start-/ Zielbereich

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten - 6.337 Zeichen

Behinderten-Sportverband Berlin e. V.
Fachverband für Rehabilitation durch Sport
Geschäftsstelle
Hanns-Braun-Str.
Kursistenflügel
14053 Berlin
www.bsberlin.de

Nähere Informationen erhalten Sie bei
der von uns beauftragten Agentur

reinhard tank • plusport.de
kavalierstr. 28a • 13187 berlin
fon: (30) 47 300 427
mobil: 0163 753 72 16
email: plusport@t-online.de



An diesen Standorten können Sie in Berlin trainieren

Leider stehen noch nicht alle Trainingszeiten fest, wir versuchen aber schnellstmöglich die fehlenden Tage und Zeiten zu fixieren.

<u>Stadtteil</u>	<u>Trainingsstandort</u>	<u>Termin / Uhrzeit</u>
Charlottenburg	Schlosspark	Mo 17:00, Do 18:00
Hermsdorf	Tegler Forst, Waldparkplatz	Mo 17:00, Mi 17:00
Johannesthal	Flugfeld, Herman Dorner Allee	
Karow	Laufpark Neue Wiesen	Mi 17:30, Fr 17:00
Lichtenberg	Stadtpark	Mo 16:00, Do 17:00
Lichterfelde	Gutshaus Lichterfelde - Park	Di 18:30, Do 18:30
Mariendorf	Volkspark Mariendorf	Di 17:00, Do 17:00
Pankow / Hohenschönhausen	Sportforum Hohenschönhausen	Mi 18:00, Sa 10:00
Spandau	Spandauer Forst	
Tempelhof	Tempelhofer Feld	
Tiergarten	Kommt!	Di 17:00, Fr 17:00
Treptow	Treptower Park	
Wedding	Stadtpark Rehberge	Di 17:00, Do 18:00

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten - 6.337 Zeichen

Behinderten-Sportverband Berlin e. V.
Fachverband für Rehabilitation durch Sport
Geschäftsstelle
Hanns-Braun-Str.
Kursistenflügel
14053 Berlin
www.bsberlin.de

Nähere Informationen erhalten Sie bei
der von uns beauftragten Agentur

reinhard tank • plusport.de
kavalierstr. 28a • 13187 berlin
fon: (30) 47 300 427
mobil: 0163 753 72 16
email: plusport@t-online.de