

Diabetes Programm Deutschland 2015

Werden Sie aktiv!

Das Diabetes Programm Deutschland, unter der sportwissenschaftlichen Federführung der Deutschen Sporthochschule Köln und der medizinischen Leitung der Klinik für Endokrinologie, Diabetes und Ernährungsmedizin an der Charité – Universitätsmedizin Berlin, läuft 2015 bereits in seiner fünften Auflage. Es ist das deutschlandweit größte Laufprogramm für Menschen mit Diabetes. Neu in diesem Jahr ist die deutlich verlängerte Trainingsphase für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Erstmals dürfen auch Menschen mit Prädiabetes an den Trainingsgruppen teilnehmen. Neben dem Lauf-Angebot wird es ab 2015 auch (Nordic)Walking- Gruppen geben.

Das betreute Lauftraining startet voraussichtlich in der ersten Februarwoche und läuft bis 13. Dezember 2015. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer trainieren mit ausgebildeten Übungsleitern in kleinen Gruppen unter fachärztlicher und sportwissenschaftlicher Begleitung an verschiedenen Standorten in ganz Deutschland. Blutzuckermessgeräte eine begrenzte Anzahl an Teststreifen für die Trainingseinheiten, zahlreiche Informationsveranstaltungen zum Thema Diabetes & Sport sowie ein Startplatz und eine umfangreiche medizinische Betreuung bei einem großen Laufevent gehören zum Paket dazu. Der Selbstkostenanteil pro Person beträgt 199 Euro (19,- Euro im Monat) und wird in vielen Fällen von den Krankenkassen bezuschusst.

Idee und Ziel des Laufprogramms für Menschen mit Diabetes ist es, Diabetiker Typ 1 und Typ 2 zu regelmäßiger sportlicher Aktivität zu motivieren und insbesondere die Gesundheitswerte von Typ-2-Diabetikern nachhaltig zu verbessern. Die von der Sporthochschule Köln ausgewerteten Daten der Teilnehmer aus den vergangenen drei Jahren ergaben, dass insbesondere die Männer und Frauen, die an Diabetes Typ 2 erkrankt sind, während der Trainingszeit deutlich an Gewicht verloren haben. Viele der Teilnehmer mit Diabetes Typ 2 haben ihren Langzeitzuckerwert nachhaltig reduziert, kamen mit weniger Medikamenten aus oder konnten diese sogar vollständig absetzen.

Wir möchten Sie herzlich zur Infoveranstaltung
**Diabetes Programm Deutschland 2015/
 Diabetes Laufkampagne Berlin 2015**
 am Dienstag den 27.01.2015 um 18:00 Uhr
 einladen.

Die Informationsveranstaltung richtet sich inhaltlich sowohl an Menschen, die an einer Teilnahme am Programm 2015 angemeldet/interessiert sind, als auch an Personenkreisen, die sich über das Programm informieren wollen.

Wir bitten um formlose Anmeldung.

Daten kompakt:	Anmeldung
Infoveranstaltung Datum: 27.01.2015 Zeit: 18:00-19:30 Uhr Ort: Hempel GesundheitsPartner Prinzenallee 84 13347 Berlin-Wedding	Hauptstadtbüro - Diabetes Programm Deutschland Kirsten Leow Im Hause des Behinderten-Sportverband Berlin e.V. Hanns-Braun-Straße / Kursistenflügel 14053 Berlin Telefon: 030 / 30 8338 71 71 Fax: 030 30 83387 200 diabetes-programm-deutschland@bsberlin.de

Weitere Informationen zum Diabetes Programm Deutschland sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter www.diabetes-programm-deutschland.de