



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

neueste Zahlen zeigen, dass allein in Deutschland rund 6,7 Millionen Menschen an Diabetes mellitus erkrankt sind (Quelle: Robert-Koch-Institut). Diabetes zählt damit zu den häufigsten chronischen Erkrankungen der deutschen Bevölkerung.

Die Erkrankung geht für die Betroffenen oftmals mit einer erheblichen Minderung der Lebensqualität und der Lebenserwartung einher.

Mit Hilfe von präventiven Maßnahmen, wie beispielsweise Bewegung und einer abwechslungsreichen, gesunden Ernährung, kann der Entstehung von Diabetes Typ-2 etwas entgegengesetzt werden. Aber auch bei einem bereits bestehenden Diabetes ist es möglich, mit Prävention Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Das Programm der Diabeteswoche wurde von der Arbeitsgruppe „Diabetesprävention“ der Gesundheitskonferenz des Landkreises Lörrach in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern erstellt, um Sie über die Möglichkeiten der Prävention von Diabetes zu informieren.

Nutzen Sie die vielfältigen Angebote rund um den Weltdiabetestag am 14. November 2018 im Landkreis Lörrach, um sich zum Wohle Ihrer Gesundheit zu informieren.

Dr. Michael Maraun
Chefarzt Klinik f. Innere Medizin
Kreiskrankenhaus Schopfheim
Sprecher der Arbeitsgruppe Diabetesprävention

■ ANSPRECHPARTNERIN

- **Stabsstelle Gesundheitskonferenz**
Natalie Zuflucht
Telefon: 07621 410-2151
E-Mail: natalie.zuflucht@loerrach-landkreis.de



■ KOOPERATIONSPARTNER

- AOK Hochrhein-Bodensee
- Behinderten- und Rehabilitationssportverein Lörrach e.V.
- Diabeteszentrum Schopfheim e.V.
- Dr. Dagmar Fuchs (Förderverein des KKH Schopfheim)
- Gemeinde Aitern
- Gesundheitssport Lörrach e.V.
- IKK classic
- Kliniken des Landkreises Lörrach GmbH
- Mathilde-Planck-Schule Lörrach
- Regionale AG Zahngesundheit Lk Lörrach
- Reha-Vita Physiotherapie
- Rosenapotheke Rheinfelden
- Sylvia Waidmann-Papavassilis
- Volkshochschule Lörrach

12. bis 22. November 2018

Diabeteswochen im Landkreis Lörrach

Programm



© New Afrika - Fotolia.com

PROGRAMM DIABETESWOCHE

■ Apfeljagd vom 12. bis 16. November 2018

- Scannen Sie den QR-Code und lösen Sie die Rätsel zu Diabetes mellitus. Dies ist eine Aktion der Auszubildenden in der Pflege der Mathilde-Planck-Schule in Lörrach.



■ Dienstag, 13. November 2018

- Kochkurs der VHS Lörrach
„Ernährung bei Diabetes mellitus - Ernährung ist immer individuell“
18:30 bis ca. 22:00 Uhr in der Küche der Schlossbergschule Haagen
Referentin: Sabine Vogel
Gebühr: 12 Euro für Lebensmittel
→ **Um Anmeldung bis zum 6. November wird gebeten.**

■ Mittwoch, 14. November 2018

- Angebot der IKK classic: Messung von Blutzucker, Cholesterin und Blutdruck von 14:00 bis 17:00 Uhr in den Räumlichkeiten der IKK classic in Lörrach, Palmstraße 6
- Gymnastikkurs der VHS Lörrach
„Diabetes - beweg(t) dein Leben!“
Sanfte Gymnastik für Frauen und Männer zum Kennenlernen von 17:30 bis 18:30 Uhr in der Alten Gewerbeschule in Brombach
→ **Um Anmeldung bis zum 7. November wird gebeten.**
- „Schulung von Schulsanitätern“, Fortbildung für Schulsanitäter zum Thema Diabetes
Veranstaltung buchbar ab 14. November
Informationen zur Buchung unter www.loerrach-landkreis.de/weltdiabetestag2018

■ Mittwoch, 14. November 2018

- Gesundheitssport Lörrach e.V. und Reha-Vita Physiotherapie veranstalten eine „Lörrach Rallye“ mit attraktiven Preisen.
→ **15:00 Uhr Start am Landratsamt Lörrach**
→ **17:30 Uhr Preisverleihung im Kreiskrankenhaus Lörrach**

- Fachvortrag - Schöne neue Essenswelt
„Superfoods und Nahrungsergänzungsmittel“, „Diabetes und Vitamin B12“
18:30 Uhr Kreiskrankenhaus Lörrach, 5. OG, im Saal „Jura“. Referenten:
Dr. Michael Maraun, Dr. Daniel Kammerer, Christine Kling und Anna Wunderlin

Rahmenprogramm im Vorraum des Saales „Jura“ im Kreiskrankenhaus Lörrach:

- Dr. Dagmar Fuchs stellt ab 17:30 Uhr das Buch vor mit dem Titel
„Papa - wir machen Dich gesund“
(englischer Originaltitel: „Fixing Dad“).

Ab 18 Uhr:

- Informationsstand zum Thema:
„Wechselwirkung zwischen Parodontitis - einer entzündlichen Zahnbetterkrankung - und Diabetes“. Die Regionale Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit Landkreis Lörrach beantwortet gerne Ihre Fragen.
- Vorstellung der Arbeit des Diabetes- und Schulungszentrums Schopfheim e.V.

■ Montag, 19. November 2018

- Sport für Diabetiker
Der Behinderten- und Rehabilitationssportverein Lörrach e.V. öffnet seine Türen für Interessierte von 16:50 bis 18:05 Uhr in der kleinen Sporthalle der Theodor-Heuss-Realschule Lörrach.

■ Montag, 19. November 2018

- Telefon-Hotline
Von 14 bis 16 Uhr werden Ihre Fragen rund um Ernährung und strukturierte Behandlungsprogramme (DMP) beantwortet.
Tanja Demel, AOK-Ernährungsberaterin
Telefon: 07621 410-7900
Sabine Kreutzer, AOK-Arztpartnerservice
Telefon: 07621 410-7901

■ Mittwoch, 21. November 2018

- Kochevent mit Show-Cooking der IKK classic
„Gesund, fit und schlank trotz gutem Essen“
19:00 Uhr in der Belchenhalle in Aitern, Belchenstraße 50

■ Donnerstag, 22. November 2018

- Rosenapotheke Rheinfeld, Oberrheinplatz 2
Beratung durch eine Diabetesberaterin zu Fragen in Bezug auf Ernährung, Medikamente, Blutzuckermessungen, usw.
→ **Individuelle Terminvereinbarung unter**
Telefon: 07623 1267

Für ausführliche Informationen zu den Angeboten besuchen Sie bitte den Veranstaltungskalender zu den Diabeteswochen auf unserer Internetseite:
www.loerrach-landkreis.de/weltdiabetestag2018



© Andrey Popov - Fotolia.com