

Informationen

Veranstalter: Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e. V.
Billmericher Dorfstraße 4d, 59427 Unna
E-Mail: info@diabetes-bewegung.de
www.diabetes-bewegung.de

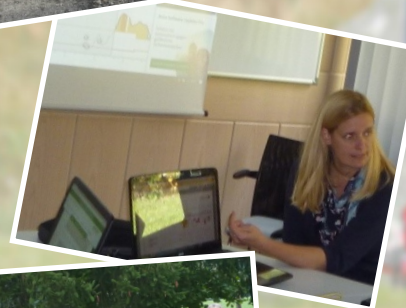
Ansprechpartner: Birgit Hansel
Röntgenstr. 8, 78333 Stockach
birgit-hansel@t-online.de
077 71 / 87 66 88

Unterkunft: AURA-Hotel
Alte Römerstr. 41-43
82442 Saulgrub (Oberbayern)
088 45 / 990

Anmeldung: Bitte laden Sie sich das Anmeldeformular auf [www.diabetes-bewegung.de/seminare & Workshops](http://www.diabetes-bewegung.de/seminare&Workshops) herunter.

Hinweis: Teilnehmer*innenbeitrag: 420 € (EZ), 400 € (DZ/Person), Begleitperson 350 €
Extras: Selbstbeteiligung Fahrräder, Getränke
Keine Stellung von Blutzuckerteststreifen.
Bei Stornierungen bis zum 11.08.2024 erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 50 €, danach müssen wir den vollen Seminarpreis berechnen, es sei denn, es findet sich eine Person auf der Warteliste, die den Platz übernimmt.
Da die Plätze begrenzt sind und in der Reihenfolge Ihrer Anmeldung vergeben werden, senden Sie das Anmeldeformular bitte sobald wie möglich, spätestens jedoch bis zum 23.08.2024 an Birgit Hansel.

Unterstützung: Bitte lesen Sie auf unserer Homepage unter www.diabetes-bewegung.de nach, welche Firmen die Veranstaltung unterstützen.



Arzt-Patienten-Seminar^{*)}

für Menschen mit
Typ-1 Diabetes

12. – 15.09.2024 in Saulgrub



**AG DIABETES
SPORT UND BEWEGUNG
der DDG**

^{*)} Bitte sehen Sie es uns nach, dass wir unseren seit fast 3 Jahrzehnten bekannten Seminarartikel nicht gendern.

Liebe Sportlerin mit Diabetes,
lieber Sportler mit Diabetes,

„Sport, der Spaß macht, Theorie, die das Leben leichter macht, und Geselligkeit, die die Lebensqualität erhöht“, unter diesem Motto hat Dr. Peter Zimmer 1996 aufgrund der unbefriedigenden Schulungssituation bezüglich Diabetes und Sport für Menschen mit Typ 1 Diabetes das 1. Arzt-Patienten-Seminar^{*)} in Unterjoch mit damals 7 Teilnehmern veranstaltet. Seitdem findet das Seminar jährlich in Bayern und seit 2016 auch in NRW statt. Nach der Schließung des Hauses Unterjoch wurde mit dem Aura Hotel in Saulgrub / Oberbayern ein entsprechender Veranstaltungsort gefunden.

Neben interessanten Schulungseinheiten über Besonderheiten der Diabetestherapie beim Sport und neuen technischen Möglichkeiten, steht die gemeinsame praktische Sportausübung im Vordergrund, so dass das theoretisch Erlernte direkt ausprobiert und optimiert werden kann. Während der gesamten Veranstaltung besteht die Möglichkeit der individuellen Beratung durch die begleitenden Fachleute (Diabetologin/Diabetologe, Diabetesberater*innen, Sportlehrer*innen und Übungsleiter*innen). Zur Beobachtung der individuellen Wirkung der Bewegung auf den Blutzuckerstoffwechsel kann während der Seminare eine kontinuierliche Stoffwechselkontrolle mit Geräten der kontinuierlichen Glukosemessung (FGM bzw. CGM) durchgeführt werden.

Wir freuen uns auf ein erfahrungsreiches und sportliches Wochenende!



Dr. Peter Zimmer

Programm

28. Arzt-Patienten-Seminar^{*)} in Oberbayern

(wetterbedingte Änderungen vorbehalten)

Donnerstag, 12.09.2024

11:30 Uhr	Eintreffen der Teilnehmer*innen im Restaurant „Zum Murnauer“, 82418 Murnau, Weilheimer Str. 21
12:00 - 12:30 Uhr	Get together Begrüßung, Vorstellungsrunde
12:30 - 13:15 Uhr	Mittagessen (auf eigene Kosten) anschl. Transfer zum Tenniszentrum Murnau
14:00 - 16:00 Uhr	Tennis - lockeres Aufwärmen am Riegsee Auswirkungen auf den BZ/GZ bei Kurzzeitsport
16:30 Uhr	Transfer zum Aura Hotel, Saulgrub, Check-in
17:00 - 17:30 Uhr	Anlegen von Sensoren (nach vorheriger Anmeldung)
18:30 - 19:30 Uhr	Abendessen
20:00 - 21:00 Uhr	Night session: Diabetes Typ 1 und Sport - Insulin/BE „konservativ vs. App. gesteuert“

Freitag, 13.09.2024

07:30 - 08:00 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
08:15 - 09:00 Uhr	Frühstück
09:30 - 12:30 Uhr	Ärztlich begleitete Praxis der Dosisanpassung, Sportprogramm in drei Gruppen A Wanderung B Nordic Walking C Radtour
13:00 - 14:00 Uhr	Mittagessen (evtl. Outdoor Lunch für die Radler)
15:00 - 17:00 Uhr	Gesund alt werden mit Diabetes Typ 1: Mehrere Aspekte zur Prävention von Folgeschäden (Ernährung, Bewegung, Stoffwechselüberwachung, Arteriosklerose –Screening)
14:00 - 17:30 Uhr	Industrieausstellung
18:00 - 19:00 Uhr	Abendessen
19:00 - 20:45 Uhr	Kitzbühel - Streif Downhill - Rekord und Diabetes, L. Schlechter, Moderation mit anschließender Diskussion „Sind solche Vorbilder für mich hilfreich?“

Samstag, 14.09.2024

07:30 - 08:00 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
08:15 - 09:00 Uhr	Frühstück
09:30 - 15:00 Uhr	Ärztlich überwachte Auswirkung auf BZ/GZ bei Langzeitsport, Sportprogramm drei Gruppen (Bergtour, Wanderung). Bei schlechtem Wetter: Parcours durch die Einrichtung des Aurahotels
16:00 - 18:00 Uhr	Praxis der BZ/GZ, Auswirkung in der Entspannungsphase
18:30—20:00 Uhr	Abendessen
ab 20:00 Uhr	„Tanzend in Bewegung bleiben“ - Auswirkungen auf den BZ/GZ

Sonntag, 15.09.2024

08:00 - 08:30 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
09:00 - 10:00 Uhr	Frühstück
10:30 - 11:30 Uhr	Besprechung der BZ/GZ Profile, allg. Round Table
12:00 - 13:00 Uhr	Mittagessen
13:15 - 13:30 Uhr	Verabschiedung