

## Fünf Diabetes-Botschaften:

- **Diabetes tötet weltweit alle acht Sekunden:** Das sind vier Millionen Menschen pro Jahr.
- **Diabetes unterscheidet nicht:** alle Altersklassen jeglicher Herkunft sind betroffen.
- **Diabetes kann aus ökonomischer Sicht nicht länger ignoriert werden:** Bei vier Millionen Toten und einer Million Amputationen pro Jahr gehen Milliarden Euros an Einkommen und an Produktivität verloren.
- **Lebensrettende Unterstützung** durch Schulung, Medizin und Technologie **muss ein Recht aller** und darf kein Privileg begüterter Menschen **sein**.
- **Wähle die Gesundheit:** Fordere **gesundes Essen**, eine **gesunde Umwelt** und **bleibe aktiv**. Das zu erreichen, liegt an dir selbst!

## Weitere Diabetes Selbsthilfegruppen in Ihrer Nähe:

- **Benediktbeuern:**  
Frau Maria Waldherr  
Tel.: 08857 / 87 11
- **Garmisch-Partenkirchen:**  
Frau Gertraud Hochholdingen,  
Tel.: 08821 / 5 21 51
- **Miesbach:**  
Frau Karolina Höß  
Tel.: 08021 / 13 28
- **Schongau:**  
Frau Eva Arnold  
Tel.: 08861 / 20 02 31
- **Weilheim:**  
Frau Gabriele Franz  
Tel.: 0160 / 97 33 10 30

# Diabetes Selbsthilfegruppe Penzberg - 2012 -



## Wir tun was!

Ihre Ansprechpartner

**Franz Eckl**

Tel.: 08856/933549

[Franz.Eckl@diabetes-shg-penzberg.de](mailto:Franz.Eckl@diabetes-shg-penzberg.de)

**Elisabeth Szperalski**

Tel.: 08856/6912

Internet : [www.diabetes-shg-penzberg.de](http://www.diabetes-shg-penzberg.de)

## Wir sind

TYP1 und Typ2- **Diabetiker**,  
**Angehörige** oder **Partner**.

## Unser Ziel

ist es, über den **Diabetes Mellitus (Zuckerkrankheit)**, dessen Auswirkungen und Behandlungsmöglichkeiten **bestens informiert** zu sein!

## Denn

nur ein gut informierter Diabetiker hat die Chance, die Auswirkungen zu verringern und Folgekrankheiten zu vermeiden. Deshalb akzeptieren wir unsere Krankheit und setzen uns aktiv damit auseinander. **Wir als Betroffene wissen oft mehr über den praktischen Umgang mit Diabetes** als manche Apotheker, oder Ärzte.

## Sie selbst,

Ihre Angehörigen, Partner oder Freunde **haben Diabetes? Sie sind verunsichert oder haben Angst?**

**Nehmen Sie einfach Kontakt auf oder kommen Sie ganz unverbindlich zu einem unserer Treffen**

## Unser Treffpunkt

Jeden **3. Donnerstag** im Monat um 19:30 Uhr in der **Stadthalle Penzberg** (kleiner Saal)

## Unser Programm

- **Erfahrungsaustausch**
- **(Freizeit-) Aktivitäten**
- **Vorträge** von, und **Gespräche mit Fachleuten** aus dem medizinischen und sozialen bzw. aus dem Diabetiker-Versorgungsbereich
- **Das aktuelle Programm** finden Sie unter ***diabetes-shg-penzberg.de***



## Unsere Aktivitäten 2012

Datum	Thema
19.Jan	Infoveranstaltung - Hausnotruf, Menüservice
16.Feb	Sport & Diabetes - Kegeln und Unterzucker
15.Mrz	Stammtisch & Erfahrungsaustausch
19.Apr	Reisen & Diabetes - Kenia, Tansania, Kilimandscharo
17.Mai	Stammtisch & Erfahrungsaustausch
21.Jun	Diabetes und Paradontitis - Fachvortrag
21.Jul	Sommerversammlung - Ausflug
20.Sep	Stammtisch & Erfahrungsaustausch
18.Okt	Aktuelle Diabetesforschung - Fachvortrag
15.Nov	Mitgliederversammlung (nur für Mitglieder)
20.Dez	Jahresabschlussfeier

Programmänderungen vorbehalten

### Unser Verein wird gefördert durch

- die regionale Fördergemeinschaft der Krankenkassen **RUNDER TISCH OBERLAND**
- das **Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen**