



Eine Initiative von:



Bei unseren regelmäßigen abendlichen Treffen haben wir Gelegenheit, als Gleichgesinnte unsere Erfahrungen und Erlebnisse mit unserer Krankheit auszutauschen. Natürlich kommt das zwanglose Plaudern auch nicht zu kurz.

Aber auch das Wissen soll vertieft werden. Deshalb laden wir auch in regelmäßigen Abständen Fachexperten zum Vortrag ein.

Unsere zurzeit geplanten Vortragsthemen für 2021:

Werden Sie Experte in eigener Sache - Mit Bildern die Diabetesbehandlung leichter verstehen

Aus dem Alltag einer Podologin – Technik, Handwerk und Finanzen

Orientalische Küche und Diabetes

Mit Bewegung durchs Leben

Gefragt, aber nicht gejagt - Das Ratespiel zum Thema Diabetes

Gesund und munter durch die „dunkle“ Jahreszeit

Wir freuen uns auf Sie. Jeder ist willkommen.

Anne & Michael

Unsere Diabetes-Selbsthilfegruppe trifft sich immer am zweiten Donnerstag des Monats um 19:00 Uhr im Tivolino, Münsterstraße 61, 49477 Ibbenbüren



Ihre Ansprechpartner:



Anne Przijbijlski, Westerkappeln
Tel: 01577 5816564
Mail: anne.przijbijlski@ddh-m.de



Michael Unnewehr, Ibbenbüren
Tel: 0176 967 777 65
Mail: michael.unnewehr@ddh-m.de

Aufgrund der aktuellen Situation finden zurzeit keine Präsenzgruppentreffen statt. Bei Interesse besteht jedoch die Möglichkeit an unserem digitalen Meeting per Zoom teilzunehmen.

In Zusammenarbeit mit:



Ausgabe 2021/01

Diabetiker Selbsthilfegruppe Ibbenbüren & Tecklenburger Land



Foto: Stadtmarketing Ibbenbüren



Das alltägliche Diabetes - Selbstmanagement gerät nicht selten wegen anderer wichtiger Aufgaben in den Hintergrund. Dadurch besteht die Gefahr, diesem Krankheitsbild nicht die notwendige Aufmerksamkeit zukommen zu lassen.

Denn Diabetes tut nicht weh – bis zu dem Zeitpunkt an dem die gefürchteten Folgekrankheiten auftreten.

Der beste Schutz davor ist, sich aktiv mit der Krankheit auseinanderzusetzen und sich Verbündete zu suchen. Menschen, die in derselben Situation sind und die vor denselben Aufgaben stehen. Solche Gleichgesinnte finden sich zum Beispiel in Selbsthilfegruppen.

Aus diesem Gründen bieten wir, die Selbsthilfegruppe Ibbenbüren und Umgebung Informations- und Gesprächsabende zum Thema Diabetes und Gesundheitsvorsorge an.

Unser Motto: Hilf Dir selbst. Aber nicht allein.

Denn gemeinsam werden große Aufgaben einfach ein wenig kleiner.