

# DIABETES tut nicht weh - Diabetes Selbsthilfegruppe Emsland

Unter dem Motto „Mit Diabetes leben“ hat Werner Schnieders aus Meppen die Diabetes Selbsthilfegruppe Emsland n.e.V. gegründet, wobei das Wort Gruppe schon wieder untertrieben ist, weil der Verein mit seiner in Papenburg in Gründung befindlichen Gruppe, dann schon drei Ortsgruppen betreibt, in Meppen, in Sögel und in Papenburg.

Vielen sind die Dimensionen dieser Volkskrankheit noch gar nicht bewusst.

In Deutschland leben über 7 Millionen Menschen mit Diabetes, über 90 % an Diabetes Typ 2, früher auch Altersdiabetes genannt. Inzwischen erkranken auch immer häufiger junge Menschen und sogar Kinder.

Die Selbsthilfegruppe hilft bei „Diabetes-Orientierung“ im Alltag sowie zu mehr Sicherheit.

*Selbsthilfe ist so viel mehr als ein Kaffeekraetzchen!*

**Aufgaben der Diabetes Prävention:**

- Folgekrankheiten vermeiden
- den Alltag besser meistern
- Erfahrungsaustausch in der Gemeinschaft
- gemeinsam den inneren Schweinehund überlisten, wenn die Motivation nachlässt
- Hilfe bei Problembewältigung nach der Diagnose Diabetes
- Egal welcher Diabetes-Typ Sie sind, die gemeinsamen Schulungen und Gespräche bei unseren Treffen helfen auch Ihnen beim Selbstmanagement

**Vier wichtige Punkte für Ihre Zielsetzung**

1. Ein erreichbares Ziel setzen!
2. Keine Ausreden bei der Umsetzung ihrer Ziele!
3. Nehmen Sie ihren Diabetes ernst!
4. Suchen Sie sich Verbündete!

*Jeder Mensch hat Blutzucker - Diabetiker haben nur zu viel davon!*

**Unser Anliegen:**

Wir sind eine Selbsthilfegruppe von Typ 1- und Typ 2-Diabetikern jeden Alters.

Die Betroffenen haben die Möglichkeit ihre Erfahrungen, Probleme und Fortschritte zu berichten sowie Tipps anderer Gruppenmitglieder anzunehmen.

Wir laden Referenten zu verschiedenen Themen ein und informieren uns auf Gesundheitsmessen und Ausstellungen.

In unserer Gruppe ist Verschwiegenheit und Vertraulichkeit oberstes Gebot.

**Kontakt: Werner Schnieders**  
**Mobil: 0151 52315491**  
**Barbara Fieweger**  
**Telefon: 05931 89480**

Mit freundlicher Unterstützung durch die:



*Diabetes -Selbsthilfegruppe Emsland n.e.V. Ortsgruppe Papenburg*

**Wir suchen Sie!**

*Haben Sie Diabetes und Lust bei uns mitzumachen?*

*Neugierde geweckt?*

Hier gibt es Informationen: 0151 52315491  
 info@diabetes-selbsthilfe-meppen.de  
 www.diabetes-selbsthilfe-meppen.de

Treffpunkt der Selbsthilfegruppe:  
 Kirchstraße 12 (neben der Kirche St. Antonius)  
 26871 Papenburg

Treffen an jedem 3. Donnerstag im Monat 19:00 Uhr

Den Diabetes im Team managen!

