



Treffen
an jedem
1. Donnerstag
im Monat
19 Uhr

Kontakt:

Werner Schnieders Mobil 0151 52315491

Barbara Fieweger Telefon 05931 89480

info@diabetes-selbsthilfe-meppen.de

www.diabetes-selbsthilfe-meppen.de

Spendenkonto:

Emsländische Volksbank eG Meppen

IBAN: DE93 2666 1494 0111 9672 01

BIC: GENODEF1MEP

Treffpunkt der Selbsthilfegruppe:

Paritätischer Wohlfahrtsverband

Lingener Straße 13 • 49716 Meppen

DIABETES

tut nicht weh

In Deutschland leiden fast 7 Mio.
Menschen an Diabetes –
über 90 % an Diabetes Typ 2,
früher auch Altersdiabetes genannt.

Inzwischen erkranken immer häufiger
junge Menschen und sogar Kinder.

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

Neue Mitglieder sind jederzeit
herzlich willkommen!



Mit freundlicher Unterstützung durch die



*Selbsthilfe ist so viel mehr
als ein Kaffeekränzchen!*

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 der 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 zu viel davon!*

Viele Tipps und Informationen
finden Sie auch unter www.diabetesde.org

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.

