



Friedrich-Ebert-Straße 33  
34613 Schwalmstadt  
**E-Mail:** info@diabetiker-he.de  
**Web:** www.diabetiker-he.de  
**Tel.:** 0 6691/24957  
**Fax:** 0 6691/24958  
**Mitglied Deutsche Diabetes  
Föderation e.V.**



Ingothand - Stockphoto

## „Active Tag“ im Juli: Rudern auf dem Main wie die Profis

**Noch keine Pläne für den Samstag vor Beginn der Sommerferien? Da können die DHE mit einem besonderen Ruder-Workshop aushelfen.**

Am 23. Juli können 10- bis 17-Jährige mit Typ-1-Diabetes ihre Schnelligkeit und Kraft in Frankfurt beim Rudern auf dem Main testen, vorausgesetzt, sie haben mindestens ein Bronze- bzw. Freischwimmerabzeichen. Die Selbsthilfegruppe Youngsters & Kids in Gelnhausen hat den „Active Tag“ mit dem Rotary Club Bad Orb geplant.



DHE

**DHE-Jugendleiterin Claudia Roth:  
mit der Selbsthilfegruppe  
Youngsters & Kids lernen,  
Diabetes-typische Herausforderungen  
zu bewältigen.**

Wie bereiten sich Profis auf den Natur-verbundenen Wettkampfsport vor, der auch olympische Disziplin ist? Wie fühlt es sich an, mit vereinten Kräften im Takt auf einem Ruderboot übers Wasser zu flitzen? Und wie kann ich meinen Diabetes dabei managen? Solche Fragen wer-

den am Ende des gemeinschaftsstiftenden sportlichen Tages beantwortet sein. Dann werden Skullen und Riemen auch keine Fremdwörter mehr sein. Die Gruppe ist Gast der Ruderverbindung Rheno Franconia in Frankfurt.

Der Übungsleiter des Clubs führt sportlich durch den Tag. Von ärztlicher Seite kümmern sich die Notfallmedizinerin und Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Yasmin Hagel sowie der Diabetologe Dr. Martin Schmidt die ganze Zeit vor Ort um die Gruppe. Die Jugendlichen erfahren das Club-Leben hautnah im bestens bestückten Fitness-Raum, im pfeilschnellen Ruderboot auf dem Main und bei gutem Wetter im Swimmingpool im großen Clubgarten – bis der „Active Tag“ mit einem gemütlichen Grill-Abend ausklingt.

„Zum Grill-Abend laden wir auch die Eltern ein“, sagt DHE-Jugendleiterin

Claudia Roth, die ebenfalls zum Betreuungsteam zählt. „Denn unsere Angebote sollen nicht nur direkt das Selbstvertrauen der Jugendlichen stärken, den Diabetes in herausfordernden Situationen beherrschen zu können“, erklärt sie. „Uns geht es auch darum, den Austausch untereinander zu fördern.“ Deshalb kümmern sich die SHG Youngsters & Kids und der Rotary Club Bad Orb seit 2019 unter dem Namen „Diabetikerkids“ um Betroffene mit Typ 1 und F in Hessen. Neben unterstützendem Freizeitspaß in den „Active Tagen“ erleichtern Fortbildungen für Eltern und Personal von Kitas, Grundschulen und Vereinen die Alltags-Situation der Kinder und Jugendlichen mit Diabetes.

Interessierte können sich jetzt schon einen Platz sichern. Informationen und Anmeldung auf der Website [diabetikerkids.org](https://www.diabetikerkids.org) unter Active Tage/Rudern.

## Wir suchen Verstärkung: Mit neuem Schwung die Lebensqualität Betroffener stärken!

Seit fast 70 Jahren setzen sich die Diabetiker Hessen (DHE) für die Belange von Menschen mit Diabetes und deren Angehörige ein. „Jetzt wollen wir nach der über zweijährigen Pandemie-bedingten Einschränkung mit neuem Schwung durchstarten“, erklärt die kommissarische Landesvorsitzende Christa Andreas, „natürlich nach den jeweils aktuellen Corona-Regeln.“ Für das Wochenende am 25. und 26. Juni steht endlich wieder eine Landesdelegierten-Versammlung in Präsenz an, auf der unter anderem der neue

Vorstand gewählt werden soll. Die DHE wollen sich aber auch mit neuen Projekten fit für die Zukunft machen. Dafür suchen sie auf allen Ebenen Zuwachs: Engagierte, die sich mit ihren Fähigkeiten und Ideen einbringen und die Zukunft mitgestalten wollen.

### Generationen-übergreifend arbeiten

Einige Mitglieder ziehen sich aus gesundheitlichen Gründen oder altersbedingt aus dem Vorstand oder dem Ehrenamt

vor Ort zurück. „Wir sind ein Generationen-übergreifender Selbsthilfe-Verein“, sagt Andreas, „**deshalb möchten wir auch ausdrücklich Jüngere motivieren, sich mit uns für die Belange von Menschen mit Diabetes in Hessen einzusetzen.**“ Jetzt sei der richtige Moment dafür. Die DHE suchen nach frischer Kraft und innovativen Ideen, um bewährte Formate wie die „Active Tage“ in der Jugendarbeit (siehe nebenstehende Ankündigungen) oder Experten-Vorträge in den SHGs durch neue Formate zu ergänzen – für Menschen mit Diabetes Typ 1, 2 oder F, für Jung und Alt, digital oder in der SHG vor Ort.

### Neuen Vorstand wählen

„In unserem bundesweiten Netzwerk der Deutschen Diabetes Föderation (DDF) bieten wir viele Möglichkeiten, in Hessen etwas für und mit Menschen mit Diabetes zu bewegen“, wirbt Andreas um weitere Mitstreiter. Für den Vorstand sind alle Positionen neu zu wählen: Vorsitz und Landesschatzmeister/-meisterin, deren Stellvertretungen und die Schriftführung, auch die Beauftragten für Öffentlichkeitsarbeit, Jugend sowie Soziales und bis zu fünf Beisitzer. Wer keine Erfahrung im Ehrenamt hat, erfährt bei den DHE schnell solide Unterstützung und Fortbildung, die auch die persönliche Entwicklung weiterbringen und dem beruflichen Fortkommen neue Impulse verleihen können, etwa auf den Feldern Digitalisierung, Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

### Innovationen auf den Weg bringen

Generell sind die Wege zum Kompetenzerweiternden Engagement bei den DHE breit. Sie bieten Möglichkeiten, Spezialkenntnisse und -interessen einzubringen, andere zu unterstützen, selbst unterstützt zu werden, dabei in der Gemeinschaft zu wachsen – und viel dazuzulernen. **Für die Zukunft wollen die DHE ihr Wissen und ihre Erfahrung stärker Zielgruppen-spezifisch bündeln, etwa mit speziellen Angeboten für Diabetes bei Kindern und Jugendlichen oder Diabetes im Alter. Wer geht mit?**

## Nehmen Sie die Herausforderung an?

Auf folgenden Feldern wollen die DHE ihrer Arbeit neue Impulse geben:

- ★ Digitalisierung
- ★ Marketing
- ★ Öffentlichkeitsarbeit
- ★ Diabetes im Alter
- ★ Diabetes bei Kindern und Jugendlichen
- ★ Gründung neuer Selbsthilfegruppen

Interessiert? „Dann rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine Mail“, sagt die kommissarische DHE-Landesvorsitzende Christa Andreas. „Wir freuen uns, Sie kennenzulernen und mit Ihnen gemeinsam das Leben Erkrankter und ihrer Angehörigen wirksam zu erleichtern.“ Tel., Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr: 0 66 91/2 49 57, E-Mail: info@diabetiker-he.de



**Bitte vormerken: Landesdelegierten-Versammlung am 25. und 26. Juni in Bad Salzhausen**

## „Active Tage“ im Mai: Survival Camp im Spessart

Überleben in der Wildnis – ist das nicht zu riskant für Kinder und Jugendliche mit Diabetes Typ 1? „Im Gegenteil“, antwortet die Jugendleiterin der DHE, Claudia Roth. „Mit unserem Survival Camp im Spessart lernen sie aktiv, auch in Ausnahmesituationen sicher mit ihrer Erkrankung zu rechtzukommen.“ Am 27. und 28. Mai folgen bis zu 15 betroffene Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren dem Ruf der Wildnis in den Spessart. Dort, wo einst berüchtigte Räuber hausten, erfahren die Heranwachsenden, wie sie gut in der Natur zurechtkommen. Dank ärztlicher Begleitung lernen sie dabei auch gemeinsam, Diabetes-typische Herausforderungen zu bewältigen.

Der Jugendleiter und Walderlebnispädagoge des Spessartbunds Aschaffenburg Wolfgang Ascherfeld und sein Team zeigen der Gruppe, wie man sich mit Karte und Kompass orientieren kann, wie ein Feuer ohne Streichhölzer entfacht wird und wie man ohne festes Dach über dem Kopf warm und sicher schlafen kann. Denn die Jugendlichen bauen sich mit vereinten Kräften mitten im Wald ein regenfestes Nachtlager und stillen ihren Hunger am Lagerfeuer. Das geht natürlich nicht ohne ein paar zivilisatorische Mitbringsel wie Schlafsack und Isomatte, wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk

und Essgeschirr. Doch ansonsten ist Freitag ab 16 Uhr bis Samstag um 14 Uhr Schluss mit der Komfortzone. Die Gruppe ist allein auf sich gestellt. Die Eltern können sich zu Hause aber entspannen: Die Notfallmedizinerin und Fachärztin für Kinderheilkunde und Jugendmedizin Yas-



Mehr als Lagerfeuer-Romantik: Survival Camp im Spessart für Jugendliche mit Typ-1-Diabetes.

min Hagel und der Diabetologe Dr. Martin Schmidt sind die ganze Zeit dabei. Die „Active Tage“ sind ein Projekt der von Claudia Roth geleiteten Selbsthilfegruppe Youngsters & Kids in Gelnhausen und dem Rotary Club Bad Orb. Informationen und Anmeldung auf der Website [diabetikerkids.org](http://diabetikerkids.org) unter Active Tage/ Survival Camp im Spessart.