



Friedrich-Ebert-Straße 33  
34613 Schwalmstadt  
**E-Mail:** info@diabetiker-he.de  
**Web:** www.diabetiker-he.de  
**Tel.:** 0 66 91/2 49 57  
**Fax:** 0 66 91/2 49 58  
**Mitglied Deutsche Diabetes  
Föderation e. V.**



DHE

## Neue Diabetes-Reha-Sportgruppe in Schwalmstadt

Seit Januar arbeitet eine Gruppe von Menschen mit Diabetes in Schwalmstadt aktiv an der Verbesserung ihrer Lebensqualität und verhindert Verschlimmerungen. Die Teilnehmenden lernen unter der Leitung von Katharina Krähling die individuell jeweils richtige Art und das angemessene Maß der Bewegung für ihre Erkrankung und wie sie ihre Diabetesmedikamente daran anpassen. Sie trainieren dienstags ab 17 Uhr im Asklepios Klinikum.

Rehabilitations-Sport auf (ärztliche) Verordnung ist ein wichtiger Therapiebaustein. Eine gezielte, regelmäßige Anleitung verbessert nicht nur spürbar Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination von Menschen mit Typ-2-Diabetes und steigert damit Alltagsfähigkeit und Wohlbefinden. **Das passgenaue Training unter Anleitung einer Fachkraft** spart auch Medikamente ein. Darüber hinaus verhindert es auch gefürchtete Folgeerkrankungen. Davon profitieren auch Menschen mit Typ-1-Diabetes. Bei allen, bei denen schon Folgeerkrankungen aufgetreten sind, beugt die gezielte Bewegung zumindest Verschlimmerungen vor. Begegnung, Spiel und Austausch mit anderen Betroffenen in der Sportgruppe erleichtern dabei die Motivation, auch bei Durchhängern oder schlech-

tem Wetter bei der Stange zu bleiben. „Leider gibt es nur wenige Vereine, die speziell für die Behandlung von Menschen mit Diabetes zertifiziert sind“, bedauert die Landesvorsitzende von Diabetiker Hessen e.V. Christa Andreas. „Daher freuen wir uns sehr über die neue Reha-Sportgruppe für Menschen mit Diabetes in Schwalmstadt.“

Die DHE-Landesvorsitzende hat recherchiert, wo es derzeit in Hessen weitere Reha-Sportgruppen gibt, die sich für Menschen mit Diabetes eignen (Stand Januar 2024; angegeben Termine für Reha-Sport Diabetes und Reha-Sport Innere Medizin).

### Gezieltes Training für Menschen mit Diabetes in Hessen

**TV Hersfeld 1848**, 36251 Bad Hersfeld  
Tel.: 0 66 21/36 40  
Termin: donnerstags 11 – 12 Uhr  
Ort: Jahnhalle, August-Gottlieb-Straße 1  
Kursleitung: Anita Winkler

**TV Flörsheim**, 65439 Flörsheim am Main  
Tel.: 0 61 45/72 76  
Termin: mittwochs 10 – 11 Uhr  
Ort: Gemeindezentrum St. Gallus (neben der Kirche), Hauptstraße 22  
Kontakt: Christine Rhein

**Turn- und Sportgemeinde 1848 Hofgeismar**, 34369 Hofgeismar

Tel.: 0 56 74/64 24  
Termin: mittwochs 18 – 19 Uhr  
Ort: Käthe-Kollwitz-Schule, Käthe-Kollwitz-Straße 6  
Kontakt: Wolf Gebhardt

**Reha-Zentrum Meuser**, 65549 Limburg  
Tel.: 0 64 31/21 89 31 26  
Termine: montags 9.30 – 10.15 Uhr, dienstags 8.30 – 9.15 Uhr  
Ort: Reha-Zentrum Meuser, Auf dem Schafsberg  
Kontakt: Christoph Röhl

**Health & Motion**, 34212 Melsungen  
Tel.: 0 56 61/52 55 2, mobil: 01 60/97 58 25 75  
Termine: mittwochs 18 Uhr (Senioren), freitags 9 Uhr (Berufstätige)  
Ort: Alte Schule, Zum Lochfeld 8, Felsberg-Melgershausen

**Turnverein 07 Watzenborn-Steinberg**, 35415 Pohlheim  
Tel.: 0 64 03/96 39 74  
Termin: montags 8.30 – 9.30 Uhr  
Ort: Schulsaal Volkshalle, Ludwigstraße 33 – 35

**S.K.G Rodgau 1888**, 63110 Rodgau  
Tel.: 0 61 06/64 51 30  
Termin: samstags 11 – 12 Uhr  
Ort: S.K.G, Ostring 18

**Reha-Sportgruppe Diabetes**, 34613 Schwalmstadt  
Tel.: 0 66 91/2 49 57  
Termin: dienstags ab 17 Uhr  
Ort: Asklepios Klinikum (Untergeschoss), Krankenhausstraße 27  
Kursleitung: Katharina Krähling

### Die DHE-Website informiert aktuell über geeigneten Reha-Sport in Hessen

Aktuelle Informationen über Reha-Sport für Menschen mit Diabetes sind auf unserer Website [www.diabetiker-he.de/rehasport](http://www.diabetiker-he.de/rehasport) zu finden oder in der Geschäftsstelle unter Tel. 0 66 91/2 49 57 zu erfahren.

**Wir bitten unsere Mitglieder um Nachricht, falls sie weitere aktive Diabetes-Sportgruppen kennen.**

## Austauschen, informieren und einander stärken

Treffen der DHE-Selbsthilfegruppen und kooperierender Initiativen im März 2024

### SHG Bad Homburg

🕒 **06.03.2024 um 19.30 Uhr (regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat)**

👤 Leiterin: Michaela Allert  
Tel.: 0 61 75/79 76 06  
mobil: 0170/74 54 170  
Kontakt: Lothar Brand  
Tel.: 0 60 07/93 84 31

🏠 Vereinshaus Gonzenheim,  
Am Kitzenhof 4, Bad Homburg  
💬 **Tanja Braun**, Diabetesberaterin DDG  
in der Praxis Dr. Jörg Tafel in Bad  
Homburg, spricht über **Ernährung bei  
Diabetes – Hafertage und Co.**

### SHG Büdingen

🕒 **11.03.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 2. Montag im Monat)**

👤 Leiterin: Sabine Smilgeit-Gurski  
Tel.: 0 60 47/18 78  
🏠 Pizzeria da Michele, Rohrwiesen-  
straße 2, Büdingen-Rohrbach

### DiabetikerSelbstHilfe Bürstadt

🕒 **27.03.2024 um 19.15 Uhr (regelmäßig am letzten Mittwoch im Monat)**

👤 Leiter: Stephan Thomas  
mobil: 0173/313 59 52  
Gruppenbegleiter: Winfried Gündling  
Tel.: 0 62 06/7 13 30  
E-Mail: info@dsh-buerstadt.de  
🏠 Evangelische Kirchengemeinde,  
Heinrichstraße 22, Bürstadt  
💬 Das Caritas-Zentrum Heppenheim  
informiert zum Thema **Diabetes plus  
Stress**

### SHG Dietzenbach

🕒 **05.03.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 1. Dienstag im Monat)**

👤 Leiterin: Doris Seegers  
Tel.: 0 61 73/9 89 58 39  
Stv. Leiterin: Lore Steinborn  
Tel.: 0 60 74/81 24 44  
E-Mail: lores@web.de  
🏠 Gemeindehaus von St. Martin, Offen-  
bacher Straße 5, Dietzenbach

### SHG Frankfurt-Niederrad

🕒 **12.03.2024 von 15 bis 17 Uhr**

👤 Leiter: Ulrich Marks  
Tel.: 0 69/67 86 53 46,  
mobil: 0177/3 29 84 14  
🏠 Im Mainfeld 16, Gemeinschaftsraum  
(EG), Frankfurt-Niederrad (Bushalte-  
stelle Kelsterbachstraße)

### SHG „Süße Nordstadt“ Gießen

🕒 **13.03.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat nach telefonischer Anmeldung)**

👤 Leiter: Udo Groß

Tel.: 06 41/34 0117 36  
mobil: 0176/86 69 33 61  
E-Mail: udogross24@gmail.com  
🏠 Nordstadtzentrum Gießen,  
Reichenberger Straße 9, Gießen

### SHG Groß-Gerau

🕒 **11.03.2024 um 19.30 Uhr (regelmäßig am 2. Montag im Monat)**

👤 Leiter: Gerhard Schäfer  
Tel.: 0 61 52/8 64 59  
Stellvertreter: Karl-Dieter Ganser  
Tel.: 0 61 50/5 41 76 99  
🏠 **neu:** Seniorenbegegnungsstätte der  
Stadt Groß-Gerau Haus Raiss,  
Frankfurter Straße 46, Groß-Gerau  
💬 **Dr. Hans Anschutz**, Diabetologe und  
Nephrologe aus Darmstadt, widmet  
sich ausgewählten Folgeerkrankungen  
unter dem Titel **Dilemma: Diabetes,  
Bluthochdruck und die Nieren**

### SHG Kronberg und Umgebung

🕒 **27.03.2024 um 19.30 Uhr (regelmäßig am 4. Mittwoch im Monat)**

👤 Leiterin: Sylvia Jakobitz  
Tel.: 0 61 73/6 62 24  
E-Mail: diabetiker.kronberg@gmail.com  
🏠 Gemeindezentrum, Hartmut-Saal,  
Heinrich-Winter-Straße 2a, Kronberg  
(Eingang über die Katharinenstraße)  
💬 **Dr. Tilo Schlögl** und **Dr. Joachim  
Eckert**, Fachärzte für Innere Medizin,  
Kardiologie und Notfallmedizin aus  
Bad Soden, behandeln die Themen  
**Herzschrittmacher und Defibrillator**  
und erörtern die Frage, **ob Kardio-CT  
und Kardio-MRT den Herzkatheder  
ersetzen können**

### Diabetiker-Treff Limburg

🕒 **21.03.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 3. Donnerstag im Monat)**

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13  
🏠 DRK – Haus 3, Senefelderstraße 1,  
Limburg

### SHG Pumpenträger Kreis Offenbach

Gesprächskreis für Typ-1- und Typ-2-  
Diabetiker mit Pumpe

🕒 **14.03.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat)**

👤 Leiter: Karl-Heinz Stieber  
Tel.: 0 61 03/20 18 90  
E-Mail: ka-stieber@t-online.de  
Werner Stang  
Tel.: 0 60 74/2 81 13  
🏠 Ort auf Anfrage

### SHG Reinheim

🕒 **11.03.2024 um 19.30 Uhr**

👤 Leiter: Erich Hennig  
Tel.: 0 61 54/8 22 67  
E-Mail: dias@ehennig.de  
und Friedel Engel  
Tel.: 0 61 62/56 42  
🏠 Heinrich-Klein-Saal im Hofgut,  
Kirchstraße 24, Reinheim  
💬 **Dr. Holger Arndt**, Diabetologe aus  
Darmstadt, informiert darüber,  
**welchen Einfluss Alkohol auf den  
Diabetes hat**

### SHG Schwalmstadt

🕒 **06.03.2024 um 17 Uhr (regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat)**

👤 Leiterinnen: Birgit Heuser,  
Doris Schwalm, Ute Textor  
Tel.: 0 66 91/2 49 57  
🏠 Geschäftsstelle Diabetiker Hessen e. V.,  
Friedrich-Ebert-Straße 33, Schwalmstadt

### Diabetiker-Treff Weilburg

🕒 **13.03.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat)**

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13  
🏠 Pfarrsaal unter der Heilig-Kreuz-  
Kirche, Frankfurter Straße 8, Weilburg

### BUNDESWEIT: Online-SHG Diabetes-Sonderformen

🕒 **31.03.2024 um 10 Uhr (regelmäßig am letzten Sonntag im Monat)**

👤 Leiterin: Sabine Held-Müller  
Tel.: 0 62 58/29 15,  
E-Mail: heldsabine@freenet.de,  
Homepage: ratlosediabetiker.de  
🏠 zu Hause am Bildschirm; der Link  
zum virtuellen Treff wird nach Vor-  
anmeldung zugesandt

### Billabong Family Frankfurt

🕒 **Mittwoch, 06.03.2024, von 18 bis 19.30 Uhr**

👤 Offener Treff für Familien von  
Kindern mit Diabetes mellitus  
👤 Leiterin: Carola Hecking  
Anmeldung:  
info@billabong-family.de  
🏠 Billabong – Familienzentrum Ried-  
berg e. V., Graf-von-Stauffenberg-  
Allee 46b, Frankfurt

### SHG Rodgau

🕒 **11.03.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Montag im Monat)**

👤 Leiter: Frank Ulrich  
Tel.: 0 61 03/4 04 90 95  
E-Mail: frank.ulrich@ingbuero-ulrich.de  
🏠 Sozialstation auf dem Puisseaux-  
Platz, Rodgau/Nieder-Roden  
💬 Vortrag: Das Thema wird zeitnah in  
der Tagespresse veröffentlicht