

## Bericht - ZUSAMMENKUNFT - Familienwochenende für „Familien mit Diabetes“ 2013

Am 30.08.2013 fand das 4. Thüringer Diabeteswochenende in der Landessportschule in Bad Blankenburg statt. Es stand unter dem Motto „fit und stark – von Anfang an“, und hatte einen großen Zuspruch. „Wir freuen uns über das wachsende Interesse und können heute 88 Teilnehmer begrüßen“, so Edith Claußen bei ihrer Willkommensansprache.



Das Ziel des Familien-Wochenendes besteht vor allem darin, miteinander ins Gespräch zu kommen um auch einmal die kleinen und großen Schwierigkeiten des diabetischen Alltages bereden zu können. Dazu bietet die Sportschule Bad-Blankenburg ideale Bedingungen und die einmalige Möglichkeit sich neben Sport- und Bewegung untereinander einfach und zwanglos auszutauschen.



Man darf nicht vergessen, wenn ein Kind an Diabetes erkrankt, so hat die gesamte Familie auch ein wenig Diabetes!  
*„Schwanken eure Zuckerwerte auch so? Ich habe manchmal das Gefühl wir machen alles falsch!“* Das sind die Hauptbrennpunkte, welche alle Teilnehmer stark beschäftigen. Aus diesem Grund ist das Wochenende auch mit verschiedenen Aktionen reich gefüllt. Im Mittelpunkt stehen vor allem die Kinder und die notwendige tägliche Bewegung. Dazu war wieder Alexander Piel als Sportcoach gekommen.



## Bericht - ZUSAMMENKUNFT - Familienwochenende für „Familien mit Diabetes“ 2013



Er brachte mit den Aktionen „Fit ist cool“ oder „Wir rennen dem Diabetes davon“ die Kids und auch die Eltern mit Leichtigkeit in Bewegung. Das hat allen viel Spaß gemacht. Auf einer Wanderung durchs Schwarza Tal ergaben sich viele kleine und große Gesprächsgruppen. So wurde auf fast 10 Kilometer eifrig geredet und diskutiert. Das war für alle Familien, gerade mit neu erkrankten Kindern, eine wirklich gute Aktion. Zusätzlich gab es aber auch Seminare und Fragestunden, in denen Diabetesberater, Fachexperten und Ärzte, wie Frau Dr. Wendenburg, Rede und Antwort standen.



In diesem Jahr kann man drei Höhepunkte benennen. Herr Rainer Obenauer vom VDBS Versicherungsdienst führte in wenigen Sätzen den Eltern vor Augen, dass es alles andere als leicht ist die richtige Versicherung für das Kind zu finden. *Wie sichere ich mein Kind schon jetzt ab?* Da war es wichtig zu hören, dass der DBB hier kompetente Ansprechpartner besitzt, welche darüber Bescheid wissen und eine kostenfreie Beratung dazu anbieten. Aber auch leise Töne wurden dargeboten. Diabetesberaterin Frau Sylke Schlehahn forderte in ihren Vortrag *„Kraftquellen und Ruheinseln im süßen Alltag finden“*, dazu auf sich auch einmal fallen zu lassen und den eigenen Mittelpunkt wieder zu finden. Den Abschluss bildeten zwei „erfahrene Diabetiker“. Anton Jansen und Jonas Heßler hielten einen Vortrag über das Diabetescamp „KIDS-KURS 2013 bei Dr. Milek“. Beide kamen zu dem Schluss, dass zwei Wochen in solch einem Diabetescamp nicht nur Spaß machen, sondern auch sehr lehrreich sind. Im Fazit fanden alle Teilnehmer, dass dieses Wochenende ein voller Erfolg war. Man muss mit und nicht gegen den Diabetes kämpfen, denn *„Diabetes ist eine Sache der Einstellung“*.

Torsten Heßler Vater eines Diabetes-Kindes

### **Die Initiatoren**



Ehepaar Claußen immer in Aktion