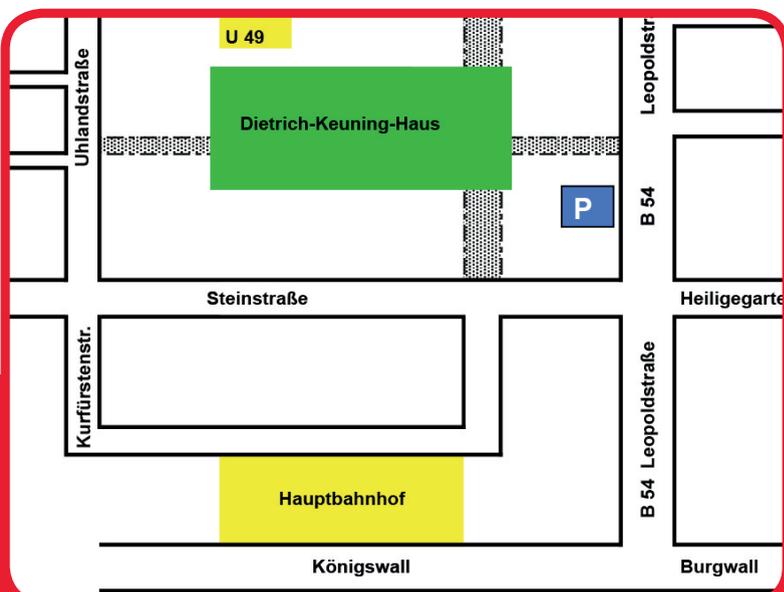


AWO Tagespflege Westhoffstraße | CJD Dortmund | Diakonie Station Mitte Nord | Hindenburg- Apotheke | Integrationsagentur der Caritas | Klinikum Westfalen (Knappschaftskrankenhaus Dortmund, Klinik am Park Lünen, Hellmig-Krankenhaus Kamen) | Optikerfachgeschäft Urul | Pflegedienst Elfi | Pflegedienst Kenyon (Diabetes Mobil) | Pflegestützpunkt Knappschaft | Podologiepraxis Gesunder Fuss | Selbsthilfe-Kontaktstelle | Senioren-Büro | Seniorenbeirat | Seniorenwohnpark Burgholz | Senioren und Bibliothek, Stadt- und Landesbibliothek | Stadtteil-Schule Dortmund e.V.

So erreichen Sie das Dietrich-Keuning-Haus:

Die U-Bahnstation Leopoldstraße befindet sich direkt vor dem Dietrich-Keuning-Haus. Sie erreichen sie mit den Linien U 41, U 47 und U 49. Diese Linien fahren auch vom Dortmunder Hauptbahnhof direkt zur Haltestelle Leopoldstraße.



Impressum

Herausgeber: Nordstadt – Netzwerk Seniorenarbeit
Redaktion: Christiane Gebauer, Jürgen Kleinschmidt
Druck und Gestaltung: Union-Design.de

Zucker ist nicht immer süß



Info-Nachmittag
rund um das Thema **Diabetes**

Preisausschreiben
mit attraktiven Gewinnen

Mittwoch, 18.09.2013
14.00 - 17.00 Uhr
im Dietrich-Keuning-Haus
Leopoldstr. 50-58
44147 Dortmund

In Deutschland leben schätzungsweise 6 Mio. Menschen mit Diabetes, hauptsächlich mit dem Diabetes Typ2. Die älteren Menschen ab 60 Jahren sind davon besonders betroffen; mit steigender Tendenz. Die Krankheit bleibt oft unbemerkt, weil sie zunächst keine Schmerzen verursacht. Es besteht allerdings sehr oft ein Zusammenhang zu Herz-Kreislauferkrankungen, Herzinfarkt und Schlaganfall. In der Folge sind dann häufig auch die Augen (verminderte Sehkraft), die Gliedmaßen (vor allem Durchblutungsstörungen der Beine) und die Nieren betroffen.

Sehr häufig kann einer Diabeteserkrankung vorgebeugt werden. Präventionsmaßnahmen zielen vor allem auf Ernährungsanpassung, Gewichtsreduktion und Bewegung ab.

Heute Nachmittag können Sie sich über das Krankheitsbild und Folgeerkrankungen informieren. Aber vor allem zeigen wir auch, wie eine gut ausgewogene Ernährung zubereitet werden kann, welche Sport- und Bewegungsübungen nützlich sind und welche Unterstützung auch die Selbsthilfe leisten kann.



14.00 Uhr **Eröffnung**
Frau Bürgermeisterin Birgit Jörder

Vorträge

14.15 - 14.45 Uhr **Diagnose Diabetes – und dann?**
Referentin: Frau Rupprecht
(Hafen Apotheke)

15.00 - 15.30 Uhr **Diabetes – Krankheitsbild, Folgeerkrankungen und Therapiemöglichkeiten**
Referent: Herr Dr. Altmeier
(Klinikum Nord)

15.45 - 16.15 Uhr **Diabetes – Krankheitsbild, Folgeerkrankungen und Therapiemöglichkeiten** Vortrag in türkischer Sprache
Referentin: Frau Dinc
(Klinikum Nord)

16.30 - 17.00 Uhr **Folgeerkrankung: Diabetische Fußkrankung**
Referentin: Frau Temiz
(Podologiepraxis Gesunder Fuss)

Aktivitäten

14.15 - 17.00 Uhr **Kochwerkstatt zum Mitmachen**
Frau Bice-Tok
(Integrationsagentur der AWO)

14.30 - 15.00 Uhr / 15.30 - 16.00 Uhr **Bewegung hält gesund**
Frau Fischer
(Christliches Jugenddorf, Oespel)

15.00 - 15.30 Uhr **Lesung: „Zuckersüße Geschichten“
Liebes - und andere Geschichten aus dem Pott**
Frau Garling
(Stadt- und Landesbibliothek)

17.00 Uhr **Preisausschreiben - Ziehung der Gewinner**

Anmeldung zur
Kochwerkstatt:
Seniorenbüro
Nord Tel: 4775240

