

Monatstreff

Die Diabetes Selbsthilfegruppe Sonthofen / Oberallgäu

trifft sich an jedem 1. Montag im Monat
im **Haus Oberallgäu**, Richard-Wagner-
Strasse 14 in Sonthofen,

Beginn 19:00 Uhr

Es sind alle Diabetiker (Typ I und II)
sowie deren Angehörige und Interes-
sierte herzlich eingeladen.

Der Eintritt ist frei.

**Die Treffen werden in der
Tagespresse angekündigt.**



Mit freundlicher Unterstützung
des Runden Tisches Schwaben

Alle Angebote werden von der Arge der Krankenkassen-
verbände in Bayern und vom VdEK, von Stiftungsgeldern
oder von öffentlichen Zuschüssen finanziert.

Unser Programm 2019

Montag 04. Februar

Erfahrungsaustausch zum Thema:

Die Schwerpunkte des Jahres 2019

mit **Wolfgang Mehlin**

Montag 04. März

Diabetes aus Sicht des Augenarztes

mit **Dr. med. Fabian Thieltges** Augenarzt

Montag 01. April

**"Fit ins Frühjahr,
Wok - Rezepte für Diabetiker"**

mit der **Bahnhof Apotheke Sonthofen**

Montag 06. Mai

Erfahrungsaustausch zum Thema:

Gute Blutzuckerwerte- und Blutfette im Visier

Was können sie selbst für einen Beitrag dazu leisten.

mit **Elisabeth Puttkammer**, Diabetesassistentin DDG

Montag 03. Juni

**Moderne Messmethoden in der
Diabetologie**

mit **Dr. P. Mellenthin** Diabetologin DDG und BLÄK



Unser Programm 2019

Montag 01. Juli

Erfahrungsaustausch

„Sie fragen, ich antworte“

mit **Birgit Portkert** med. Fachangestellte MFA

Montag 02. September

Erfahrungsaustausch

mit **Eleonore Mittermaier**

Montag 07. Oktober

**Diabetes und Bewältigung der psychischen
Belastung**

mit **Marianne Dobrowitsch-Schubert**

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Montag 04. November

Erfahrungsaustausch zum Thema:

Ernähren wir uns richtig?

mit **Vanessa Weiler** Physiotherapeutin

Montag 02. Dezember

Jahresrückblick 2019

und Vorstellung des neuen Programmes



Ihre Ansprechpartner

Vorsitzender der Diabetes SHG
Sonthofen / OA
Wolfgang Mehlin
In der Reite 5
87527 Sonthofen
Tel. 08321 1250
Mail : diabetes-shg-sonthofen@gmx.de

Stellv. Vorsitzende der Diabetes
SHG Sonthofen / OA
Eleonore Mittermaier
87527 Sonthofen



Die Gruppenleitung W. Mehlin und E. Mittermaier

**Eine Mitgliedschaft ist nicht notwendig !
Ziel ist Hilfe zur Selbsthilfe.**

Was haben wir zu bieten

*Monatliche Informationsvorträge für
Betroffene, deren Angehörige und
Interessierte.*

*Fachreferate von Ärzten, Apothekern,
Diabetologen und Diätassistenten.*

*Vorstellung neuer Produkte wie z.B.
Insuline, Blutzuckermessgeräte,
Stechhilfen, Pens und Insulinspritzen.*

*Ernährungsberatung in Theorie und
Praxis.*

*Besuch von Fachvorträgen in der
Umgebung.*

Erfahrungsaustausch der Betroffenen.

*Änderungen des Programms sind möglich
und werden über die Presse bekanntgegeben.*

*Die Arbeit ist ehrenamtlich,
der hilfeschuchende Mensch
steht im Mittelpunkt.*

Diabetes Selbsthilfegruppe Sonthofen / Oberallgäu

Diabetes

**Selbsthilfe Gruppe
Sonthofen / Oberallgäu**



Programm 2019