



**Aktionstag**  
„Diabetes  
bewegt uns“

**Selbsthilfetag**  
„Selbsthilfe  
macht Mut“

Donnerstag,  
03.07.2014  
10:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Foyer  
Landratsamt Miltenberg



**DIABETES  
BEWEGT UNS!**

  
LANDRATSAMT  
MILTENBERG



## Aktionstag 2014: **Diabetes bewegt uns**

Der Aktionstag stand unter dem Motto: Gesund.Leben.Bayern. „Diabetes bewegt uns!“

Diabetes Mellitus Typ 2 kann durch eine gesunde Lebensweise wie beispielsweise ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung in vielen Fällen verhindert werden. Zudem ist nachgewiesen, dass Bewegung und Sport den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen kann.

Im Rahmen einer bayernweiten Themenwoche der Gesundheitsinitiative „Gesund.Leben.Bayern“ des Bayerischen Gesundheitsministeriums veranstaltete das Gesundheitsamt im Landratsamt Miltenberg einen Aktionstag mit Informationsständen und Fachvorträgen.

## Selbsthilfetag 2014: **Selbsthilfe macht Mut**

Der Selbsthilfetag stand unter dem Motto: „Selbsthilfe macht Mut!“

Die Selbsthilfegruppen präsentierten ihr Engagement, das in über 60 Gruppen in der Region geleistet wird. Alle Bürgerinnen und Bürger waren eingeladen, mit den Betroffenen an den Informationsständen ins Gespräch zu kommen.

Zu Beginn der Veranstaltung wurde zudem die mittlerweile siebte Neuauflage des Selbsthilfe-Wegweisers präsentiert. Die Broschüre wurde anschließend in der Region verteilt.



**DIABETES  
BEWEGT UNS!**



## Programm

- 10:30 Uhr – Foyer

Eröffnung und Grußwort  
Landrat Jens Marco Scherf  
Präsentation der Neuauflage des Selbsthilfe-Wegweisers  
Matthias Grimm und Jessica Wolf - Arbeitskreissprecher

- 13:00 Uhr – Großer Sitzungssaal

„Zucker ist nicht süß!“  
Referentin: Johanna Adrian  
staatlich anerkannte Diätassistentin (VDD zertifiziert)

- 14:30 Uhr – Großer Sitzungssaal

„Diabetes mellitus Typ II – eine Volkskrankheit auf der Überholspur“  
Referent: Dr. med. Marco Bergmann  
Facharzt für innere Medizin



**DIABETES  
BEWEGT UNS!**



## Kooperationspartner/innen

- Ärztenetz-Untermain
- AOK Bayern – die Gesundheitskasse
- Arbeitskreis „Selbsthilfe und Gesundheit“
  - Anonyme Alkoholiker
  - Al-Anon Familiengruppen für Angehörige von Alkoholkranken
  - Selbsthilfegruppe Adipositas
  - Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch kranker Menschen
  - Selbsthilfegruppe für Menschen mit Angst und Panikattacken
  - Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V., Bezirksgruppe Unterfranken Aschaffenburg-Miltenberg
  - Selbsthilfegruppe Demenz für Angehörige, Gruppe Niedernberg und Miltenberg
  - Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depression
  - Diabetiker Selbsthilfegruppe Miltenberg e.V.
  - Fönix-Gruppe für junge sucht- und konsumerfahrene Menschen
  - Selbsthilfegruppe für Menschen mit Gehirntumor
  - Hospizgruppe Miltenberg e.V.
  - Hydrocephalus-Erfahrungsaustausch im Rhein-Main-Gebiet





## Kooperationspartner/innen

- INTENSIVkinder zuhause e.V., Regionalstelle Rhein-Main
- Frauenselbsthilfe nach Krebs, Landesverband Bayern e.V., Gruppe Obernburg
- Kreuzbund Selbsthilfegemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige
- Selbsthilfegruppe Legasthenie - Dyskalkulie
- Selbsthilfegruppe Lymphödem
- Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Bayern e.V.
- dpv Deutsche Parkinson Vereinigung
- Tauschring Miltenberg
- Selbsthilfegruppe Tinnitus (Ohrgeräusche)
- Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern Aschaffenburg/Miltenberg“
- Selbsthilfegruppe Umwelterkrankungen
- Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Zwangsstörung
- BKK Akzo Nobel – Bayern
- Kliniken Erlenbach-Miltenberg GmbH





## Bilder des Aktionstags:





## Bilder des Aktionstags:





## Bilder des Aktionstags:







## Bilder des Aktionstags:





## Bilder des Aktionstags:





## Bilder des Aktionstags:





## Bilder des Aktionstags:





**Weitere Infos erhalten Sie unter folgender Adresse:**

Landratsamt Miltenberg

- Gesundheitsamt -

Brückenstraße 2

63897 Miltenberg

Fon: 09371 501-552

Fax: 09371 501-524

E-Mail: [gesundheitsfoerderung@lra-mil.de](mailto:gesundheitsfoerderung@lra-mil.de)