

Die Rückfahrt erfolgte über eine andere Route. Zwar nahm die Gruppe wieder die Fähre von Helsingborg (Schweden) nach Helsingör (Dänemark), aber die Fahrt wurde dann über die ca. 20 km lange Storebelt-Brücke fortgesetzt. Am Abend gaben die Jugendlichen in der Jugendherberge Schleswig ihr Feedback, das beim Betreuungsteam das eine oder andere feuchte Auge verursachte – offensichtlich hatte alles gepasst. Die letzten zwei Stunden bis Mitternacht warf der Beamer im 3-Sekunden-Takt knapp 1000 Fotos aus den vergangenen Tagen an die Wand.



Disco-Bus

Nach dem obligatorischen Stau in Hamburg traf die Gruppe termingerecht um 17.00 Uhr wieder in Schweinfurt ein.

### Resümee:

Es hat riesigen Spaß gemacht die Schulungszeit zu planen und durchzuführen. Das Feedback der Jugendlichen bestätigt wieder einmal, dass diese Art der Schulung den Teilnehmern wirklich etwas bringt. Der Diabetes verbindet und erleichtert die Kontaktaufnahme. Offensichtlich motiviert diese Gemeinsamkeit auch dazu, dass man sich wieder einmal bewusst mit seiner „Einstellung“ beschäftigt – die Werte waren fast bei allen besser als im Alltag. Die Atmosphäre während der Schulungszeit ermöglicht auch einen besonderen „Arzt-Patienten-Dialog“, der in Ambulanz oder Praxis nicht möglich ist – sowohl die Jugendlichen als auch der Doc haben wieder viel dazu gelernt.

Mein herzlicher Dank geht an Niko Weigl, der die Reise mit mir geplant hat, aber leider nicht mitfahren konnte sowie an Brigitte Jäth (Fa. Abbott) für Sponsoring und logistische Unterstützung. Insbesondere danke ich Herrn Dr. Reinhard Koch (Diabetologe DDG und Oberarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche des Leopoldina KH Schweinfurt) für die Schulungssequenzen und die Führung beim morgendlichen Joggen und das Coaching beim täglichen Volleyballspiel. Last but not least bedanke ich mich bei Biggi und Ursel sowie bei Oma Erika für die moralische Unterstützung und die große Hilfe in der Küche.



## Vorankündigung

**Donnerstag, 29.09.05, 19.30 Uhr**

**St. Kilian Pfarrzentrum in Schweinfurt**

**Bettina Köhler - Roche Diagnostics**

**„Neues von Akku-Chek“**



INFO-Post Nr. 75

August 2005



Noch Fragen?

Norbert Mohr  
Bernroder Str. 25  
97493 Bergtheimfeld  
Tel.: (0 97 21) 9 94 08  
e-mail: Norbert.Mohr@t-online.de  
**Homepage: [www.diabetiker-schweinfurt.de](http://www.diabetiker-schweinfurt.de)**  
V.i.S.d.P.

Auflage: 350

## Schulungsfreizeit in Mittelschweden



**Die diesjährige Schulungsfreizeit unserer SHG fand vom 31. Juli bis 09. August in Mittelschweden statt. 16 Teens und Twens aus Bayern, Hessen und Baden-Württemberg logierten**

**in einem „Vandrarhem“ (Herberge mit Selbstverpflegung) zwischen Halle- und Hunneberg in ruhigem Gutshofmilieu, 5 km östlich von Vänern, dem drittgrößten See Europas.**

Mit zwei Kleinbussen und einem Pkw reisten die insgesamt 22 Teilnehmer an. Nach einem Zwischenstopp in der JH Oldenburg in Holstein kamen wir planmäßig in Vargön an. Nach dem Abendessen erhob Dr. Koch die „Diabetesdaten“ der Teilnehmer und steckte den medizinischen Rahmen ab: zwei Blutzucker-Tagesprofile, Parallelmessungen (eigenes Messgerät und FreeStyle Mini der Fa. Abbott), Vortrag und Fragestunde. Anschließend wurden die Zimmer bezogen und die Umgebung erkundet.



Am dritten Tag verteilte Brigitte Jäth den FreeStyle Mini und sprach über Messmethoden und BZ-Messungen allgemein. Nach dem Grillen der mitgebrachten fränkischen Bratwürste wurde das Volleyballnetz aufgestellt.



Der Nachmittag gehörte dem Sport und dem Bekämpfen von Unterzuckerungen – die Zeit des Faulen-auf-der-Haut-Liegens war vorbei. Bis zum Einbruch der Dunkelheit wurde gepritscht und gebaggert. Anschließend gab es einen Kinoabend mit Beamer und Leinwand.

Bei durchwachsenem Wetter bummelten wir am nächsten Tag durch Vänersborg – endlich eine „Konditori“ mit gesalzenerm Brot! Am Nachmittag ging es endlich an den beliebten Badeplatz am Vänern (Sand oder Fels – ganz nach Gusto). Recht abenteuerlich gestaltete sich die Wanderung im Naturschutzgebiet Halleberg. Auf der Suche nach dem Aussichtspunkt über den Vänern kam die Gruppe wohl etwas vom Weg ab, was aus dem geplanten 60-Minuten-Spaziergang eine 2 ½-Stunden-Wanderung machte.



Trotz der vorausgegangenen Strapazen widmeten die Teilnehmer am Abend dem Vortrag von Dr. Koch über diabetische Ketoazidose (Erkennen und Therapie) ihre ganze Aufmerksamkeit.

Am fünften Tag ging es bereits um 04.00 Uhr in der Früh auf die Pirsch – die Gruppe wurde mit dem Blick auf eine weidenle Elchkuh mit Kalb belohnt. Der Nachmittag wurde wegen des schönen Wetters zum Baden im Vänern genutzt.



Der Tagesausflug am sechsten Tag nach Göteborg war für alle ein weiteres Highlight. Auf dem Programm standen der Besuch des Hard Rock Cafés, ein Bummel durch die Altstadt („Haga Nygata“) und das Schlendern durch Schwedens größtes Einkaufszentrum.

Am nächsten Tag unternahmen wir einen Ausflug in den wunderbar in die Natur eingepassten Tiergarten „Nordens Ark“ mit vom Aussterben bedrohten Tieren des Nordens.

Nach einem Zwischenstopp in Hunnebostrand (Scherenküste) gab es vor dem Abendessen noch einen Abstecher zu den Markerts nach Högsäter. Die Familie wanderte vor fünf Jahren aus Bad Kissingen nach Schweden aus und ist wohl mit 14 Kindern die kinderreichste Familie Schwedens. Die 13-jährige Anna-Lena Markert hatte die Gruppe den ganzen Tag begleitet und übersetzt. Begeisterung herrschte vor allem beim Streicheln der jungen Kaninchen und Kätzchen der Familie. Außerdem hatte Anna-Lena, die selbst seit fünf Jahren an Diabetes erkrankt ist, leckere Zimtschnecken gebacken.



Am achten und letzten Tag im Vandrarhem stellte Dr. Koch nach dem Frühstück die Auswertung der Vergleichsmessungen vor. Bei strahlendem Sonnenschein ging es dann am Nachmittag zum Fischen raus auf den Vänern. Zwei Barsche und ein Hecht gingen an die Angel und bereicherten das Abendbrot. Anschließend fand ein letztes Volleyballspiel bis in die Nacht statt.

Am achten und letzten Tag im Vandrarhem stellte Dr. Koch nach dem Frühstück die Auswertung der Vergleichsmessungen vor. Bei strahlendem Sonnenschein ging es dann am Nachmittag zum Fischen raus auf den Vänern. Zwei Barsche und ein Hecht gingen an die Angel und bereicherten das Abendbrot. Anschließend fand ein letztes Volleyballspiel bis in die Nacht statt.

