



## Diabetes auf „Hoher See“

Segelfreizeit auf dem Ijsselmeer

Mit freundlicher Unterstützung der von KIM e.V. und Abbott ist es uns wieder einmal gelungen unsere traditionelle Segeltour auf dem Ijsselmeer an zu bieten. So brachen also am 27.07. morgens um 6:00 Uhr eine Gruppe Jugendlicher aus Herford auf, um gemeinsam eine schöne Zeit zu erleben. Komplettiert wurde diese Gruppe dann später durch Teilnehmer aus Herdecke, Krefeld und Polen, sodass wir dann auf zwei Plattbodenschiffen mit 29 Jugendlichen und 6 Betreuern in See stechen konnten.



Von Enkhuizen ging es nach Den Oever, Texel, und über Makkum, Stavoren, Maidenblick wieder zurück nach Enkhuizen. Auf den beiden Schiffen mussten alle mit anpacken und die Teilnehmer lernten von den sehr engagierten Skippern schnell „wie funktioniert ein Seemannsknoten“ und „wie wird ein Segel gesetzt“. Das ich hierbei auch dem Wetter trotzen muss, stellte sich dann an den letzten 1,5 Tagen heraus, als das Wetter von angenehm Sommerlich zu regnerisch-rau umschlug.

Aber nicht nur die seeglerischen Aufgaben wollten erledigt sein, sondern auch für Essen und Trinken, sowie für das Halten von Ordnung sorgten in eingeteilten Gruppen, die Teilnehmer, mit Hilfe der Betreuer, selber.





Doch der Mühe Lohn war eine Zeit mit vielen neuen Eindrücken und tollen Erlebnissen. Hier sei exemplarisch die Fahrrad-Tour auf Texel zum Badestrand mit anschließender Shoppingtour, das Wandern im Watt beim Trockenfallen oder das ausgiebige Schwimmen mit springen vom Schiff erwähnt.



Unabhängigkeit zu erfahren und sich doch immer wieder an erfahrende Ärzte und Diabetesberater wenden zu können, Austausch untereinander und Verständnis in diabetesspezifischen Situationen zu

erfahren, kurz: eine Freizeit bei der der Diabetes immer dabei, aber nie im Mittelpunkt steht und dabei lernen wie verschiedene Lebenssituationen selbstständig zu meistern sind, dieses Konzept ist auch in diesem Jahr wieder voll aufgegangen!

Herzlichen Dank an unsere gesamte Crew,  
Mast und Shotbruch!!

Petra Franke

(Diabetesberaterin Praxis Dr. Klinkert und Reuß)

