

Hast du Lust...

- Neues über Diabetes zu erfahren?
- dich zu einer besseren Therapie zu motivieren.
- euch gegenseitig zu helfen und zu ermutigen.
- nicht nur über Diabetes zu sprechen, sondern auch sportlich aktiv und kreativ zu sein.
- einfach gemeinsam Spaß zu haben.

Such dir einfach aus den vielzähligen Angeboten das Passende für dich heraus und probiere es, anstatt lange nachzudenken. Dazu kannst du dich ganz einfach bei uns anmelden.

Handy / Whatsapp: Hanna Kleine-Klatte
0176 / 261 212 36

Telefon: 05221 / 187 099 13 (Praxis)
email: projekte@kim-herford.de

Live, Laugh, Learn

Kompaktworkshops, jeweils mittwochs
Ca. 15:30 - 19:30 Uhr

Sich kennenlernen und austauschen, Wissen auffrischen, Neues Lernen, Spaß haben



07.02.2018

„Küchenparty“ -

gemeinsam kochen, berechnen und essen

Lehrküche des Elisabeth-von-der Pfalz Berufskolleg, Herford

14.03.2018

Sport, Fitness, Ernährung und Diabetes

„Mit Diabetes durch Training und optimale Ernährung körperliche und sportliche Ziele erreichen“ - das ist das Thema dieses Workshops. Von Ernährungsberaterin und Diabetesberaterin, Sportwissenschaftler und Trainer des Fitness-

Studios könnt ihr alles erfahren, was ihr immer schon einmal über diese Themen wissen wolltet. Der Austausch der eigenen Erfahrungen, Spaß und das Ausprobieren von Trainingsmethoden gehört selbstverständlich dazu.

im MAXX-Fitness Herford

11.04.2018

„Nichts für Kinder“

in Quizform beschäftigen wir uns mit den Themen Führerschein, Beruf, Schüleraustausch, Nachteilsausgleich, Wechsel zum Erwachsenen-Diabetologen, Alkohol und Drogen. Die Eltern haben die Gelegenheit sich mit den Veränderungen beim Erwachsenwerden gemeinsam mit Erwachsenen-Diabetologen auszutauschen. Wie immer gehört für die Jugendlichen der Besuch der Kartbahn dazu. In der Praxis und auf der Kartbahn,

16.05.2018

Fix fertig - leckeres Essen auf die Schnelle gemeinsam kochen, berechnen und essen

Lehrküche des Elisabeth-von-der Pfalz Berufskolleg,

22.06.2018

Diabetes und Sport - Outdoor - ganztägig

Ihr habt euch wieder eine Kanutour in „neuen Gewässern“ gewünscht.

Für diese wichtige Diabetesschulung ist es möglich eine Schulbefreiung einzureichen, damit ihr euch mit der richtigen Therapie bei Sport und Aktivität befassen könnt.

21.11.2018 Update Diabetes

Was gibt es Neues über Technik, Studien und Leute?

Alles was wir in 2018 an Neuigkeiten bzgl. Diabetes erfahren haben, möchten wir gern an euch und eure Eltern in diesem Workshop weitergeben.

Wieder ist der Ort das Denkwerk Herford.

„Große & kleine Community“

Erlebnisprojekt

Freitag, 26.01. bis Sonntag, 28.01.2018

Gäste-Etage-Berlin und T1 Day, Berlin

In der Gäste-Etage in Berlin kümmern wir uns selbst um die Verpflegung, treffen junge Berliner mit Typ 1 Diabetes und unternehmen mit ihnen eine sportliche Veranstaltung. Anschließend wird gemeinsam gekocht und gegessen und sich dabei über den Alltag mit Diabetes ausgetauscht. Am Sonntag nehmen wir am T1Day teil. T1Day ist ein Tag für alle Typ-1er, die sich für Diabetes-Technologie und Zukunft interessieren. Weitere Infos siehe <http://t1day.de/>. Begleitet werden die Jugendlichen von zwei Diabetesberaterinnen und 2-3 jungen Erwachsenen mit Diabetes, die früher in der Praxis betreut wurden und die Fähigkeit zum Teamer haben.

Anmeldeschluss: 17.11.2018, Eigenanteil 50,00 € (incl. Unterkunft, Fahrt und Verpflegung)

„I help you on the jumps“

Verantwortungs- und Bewegungsprojekt

Donnerstag, 5.4. bis Sonntag, 8.4.2018

Jugendhof Vlotho

Im Mittelpunkt des Projektes steht die Bewegung. Spiele in der Natur sorgen für die Teambildung. Sportliche Herausforderungen sind gemeinsam zu bewältigen. Ihr entwickelt ein Programm für einen Bewegungsworkshop mit Übernachtung für jüngere Kinder mit Diabetes. Angeleitet und unterstützt werdet ihr von der Theaterpädagogin Marlena Labuhn und den Diabetesberaterinnen der Diabetesteam.

Anmeldeschluss: 9. März 2018, Eigenanteil 60,00 € (incl. Unterkunft, Verpflegung)

„Der süße Wahn“

**Erlebnisprojekt im Seminarhaus Rio Negro
Freitag, 26.10. bis Sonntag, 28.10.2018**

Ein Krimi-Dinner-Spiel bietet den Rahmen dieses Workshops. Wir bereiten gemeinsam ein Dinner zu und lösen im Rollenspiel einen Kriminalfall. Außerdem entwickeln wir ein Quizspiel für Klein- und Grundschulkinder bei dem auf spielerische Weise Diabetes-Wissen vermittelt werden soll. Im Seminarhaus versorgen wir uns selbst und befassen uns mit den Inhaltsstoffen und der Berechnung der Lebensmittel. Angeleitet und unterstützt werdet ihr von der Theaterpädagogin Marlina Labuhn und Diabetesberaterinnen.

Anmeldeschluss: 1. September 2018,
Eigenanteil 60,00 € (incl. Unterkunft, Verpflegung)

**Segelfreizeit auf dem Ijsselmeer
vom 21. bis 28. Juli 2018**

Auch in diesem Sommer heißt es wieder: Sonne, Meer, Segeln, Leben auf dem Boot, Ausflüge in den Hafenstädten oder auf den Inseln, Sport, Spaß, Sprachen lernen, Freunde finden. Wir segeln auf der Sybaris mit ca. 25 Jugendliche zwischen 13 bis 18 Jahren aus Coesfeld, Herdecke, Bielefeld und Herford, die von einem erfahrenen Diabetesteam betreut werden.



Anmeldeschluss: 18. Februar 2018,
Eigenanteil 380 € (inklusive Hin- und Rückfahrt von Herford zum Hafen Enkhuizen).

Eltern-Kind-Workshop

Familienworkshop am 15. September 2018

Wir laden ein zu einem informativen und erlebnisreichen Samstag. Für die Kinder und

Jugendlichen planen wir ein Bewegungs- und Unterhaltungsprogramm zum Kennenlernen, Lernen und Spaß haben. Die Eltern haben in Workshops die Möglichkeit, Diabetes-Wissen aufzufrischen und zu vertiefen und Erfahrungen auszutauschen. Wir bitten jede Familie wie in den anderen Jahren etwas für ein Buffet mitzubringen.

Lutherhaus (ev. Kirchenkreis), Oetinghauser Weg 6, Herford

Anmeldeschluss: 7. Juli 2018

Auf folgende Veranstaltung eines anderen Anbieters möchten wir noch hinweisen:

Camp D für junge Menschen mit Diabetes (16 - 25 Jahre) in Bad Segeberg vom 5.-8.7.2018

Anmeldung über www.campd.info

Veranstalter für alle Angebote:

Gemeinschaftspraxis für Kinder- und Jugendmedizin

Dr. Christof Klinkert und Caspar Reuss,
Engerstr. 26, 32051 Herford
Kontakt: Hanna Kleine-Klatte in Kooperation mit
KIM e.V. – Kind im Mittelpunkt

Verein zur Förderung chronisch kranker Kinder

Schmiedestr. 37, 32051 Herford
Kontakt: Dr. Christof Klinkert
www.kim-herford.de, kontakt@kim-herford.de,
Tel.: 05221 / 1870990,

Spendenkonto: Volksbank Bad Oeynhausen-Herford e.G.

IBAN: DE15 4949 0070 7304 2631 00

**Wir danken für die freundliche
Unterstützung!**

Freizeiten, Projekte, Workshops für junge Menschen mit Diabetes von 13 bis 21 Jahren



Gemeinschaftspraxis für
Kinder- und Jugendmedizin,
Dr. Christof Klinkert & Caspar Reuß

Kinder- und
Jugendklinik Herford



KIM - Kind im Mittelpunkt e.V.