

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.

Dann melde dich bei uns!

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

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

Verbringe die Zeit nicht mit der Suche nach einem Hindernis –vielleicht ist keines da.“

Franz Kafka

Live, Laugh, Learn

**Kompaktworkshops, jeweils meistens mittwochs
Ca. 15:30 – 19:30 Uhr**

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



**06.03.2019
Sport, Fitness und
Diabetes (indoor)**

„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.

in einem Fitness-Studio (wird noch bekannt gegeben)

10.04.2019

Zukunftsplanung:

Mein Job, mein Auto, mein Diabetes

Die Themen sind 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. In diesem Jahr besuchen wir einen Escape-Room.

In der Praxis und im Escape-Room, Herford

24.05.2019

Diabetes und Sport – Outdoor – ganztägig

Statt Kanu- gibt es in diesem Jahr eine Klettertour

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

19.06.2019

„Küchenparty“ –

gemeinsam kochen, berechnen und essen

Lehrküche des Elisabeth-von-der Pfalz Berufskolleg, Herford

27.11.2019

Update Diabetes – Was gibt es Neues über Technik, Studien und Leute?

Alles was wir in 2019 an Neuigkeiten bzgl. Diabetes erfahren haben, möchten wir gern an euch und eure Eltern in diesem Workshop weitergeben.

im Denkwerk Herford.

„Community Berlin Nr. 2“

Erlebnisprojekt von Freitag, 26.01. bis Sonntag, 28.01.2019 in Berlin

Nachdem wir in 2018 so einen guten Eindruck hinterlassen haben, freuen sich die Berliner schon auf ein Wiedersehen mit uns! Im Seminarhaus „**Alte Feuerwache**“ treffen wir junge Berliner mit Typ 1 Diabetes, tauschen uns aus, kochen und essen zusammen und unternehmen eine sportliche Veranstaltung. Wir erarbeiten außerdem wieder den gemeinsamen Auftritt beim T1-Day. Der **T1Day** ist ein Tag für alle Typ-1er, die sich für Diabetes-Technologie und Zukunft interessieren. Weitere Infos siehe <http://t1day.de/>. In diesem Jahr ist auch genügend Zeit, alle Workshops des T1Days mitzumachen.

Begleitet werden die Jugendlichen von einer Pädagogin, zwei Diabetesberaterinnen und 2-3 jungen Erwachsenen mit Diabetes.

Anmeldeschluss: 17.11.2019, Eigenanteil 60,00 € (incl. Unterkunft, Fahrt und Verpflegung)

„Gemeinsam am Ball bleiben“

**Verantwortungs- und Bewegungsprojekt
Donnerstag, 25.4. bis Sonntag, 28.4.2019
Jugendgästehaus Rödinghausen**

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 Ballsportworkshop mit Übernachtung für jüngere Kinder mit Diabetes. Angeleitet und unterstützt werdet ihr von der Pädagogin Marlena Labuhn und den Diabetesberaterinnen der Diabetestams.

Anmeldeschluss: 8. März 2019, Eigenanteil 60,00 € (incl. Unterkunft, Verpflegung)

„Come together and make profit“

Kreatives Erlebnisprojekt im Seminarhaus Rio Negro, Schötmar

Freitag, 25.10. bis Sonntag, 27.10.2019

Im Mittelpunkt des Workshops steht, gemeinsam ein Wandbild aus Filz zu erstellen und dieses für den Verein KIM zu verkaufen. Ihr habt damit die Möglichkeit, euch für den Verein einzusetzen und für euer Projekt Werbung zu machen. Ihr genießt es wieder, Teil einer Gruppe zu sein, die sich mit ähnlichen Dingen (Glukosemessen, Insulinpumpe oder Pen, KH-schätzen, Piepen, unklugen oder hilfsbereiten Mitmenschen) im Alltag herumschlagen muss. So nebenbei erfahrt ihr Neues oder vertieft bekanntes Diabeteswissen. Angeleitet und unterstützt werdet ihr von der Pädagogin Marlena Labuhn und Diabetesberaterinnen.

Anmeldeschluss: 6. September 2019,
Eigenanteil 60,00 € (incl. Unterkunft, Verpflegung)

Segelfreizeit auf dem Ijsselmeer

vom 27.7. bis Freitag, den 02.08.2019

Auch in diesem Sommer heißt es wieder: Sonne, Meer, Segeln, Leben auf dem Boot, Ausflüge in Hafenstädte oder auf die



Inseln, Sport, Spaß, Freunde finden. Wir segeln auf zwei Schiffen mit ca. 50 Jugendlichen zwischen 13 bis 18 Jahren aus Herdecke, Essen, Krefeld und Herford, die von zwei erfahrenen Diabetesteamen auf jedem Schiff betreut werden.

Anmeldeschluss: Februar 2019.
Eigenanteil 380 € (inklusive Hin- und Rückfahrt von Herford zum Hafen Enkhuizen).

„Fußball Camp Arminia Bielefeld“

auf dem Platz von FA SG Herringhausen-Eickum, Alter 6-14 Jahre

Samstag, 6.7. und Sonntag 7.7.2019

Wie in den vergangenen Jahren bietet der Verein KIM gemeinsam mit Diabillis und der LEG Arminia-Fußballschule ein Diabetes- Fußballcamp an. Alle Trainingseinheiten werden von lizenzierten Arminia-Trainern geleitet. Weitere Leistungen sind z.B. DSC-Trainingsausrüstung, Eintrittskarte für ein Heimspiel der Profis, Profi-Besuch, Vorträge & Workshops für die Eltern. Nähere Informationen auf der Seite von Arminia Bielefeld unter LEG Arminia Fußballschule.

Wir freuen uns über jugendliche Helfer, ebenso beim Eltern-Kindworkshop mit „Blutbrüder“-Kinderbetreuung am 16.01. und 06.02.19!

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,
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



Akademisches Lehrkrankenhaus der
Medizinischen Hochschule Hannover



KIM - Kind im Mittelpunkt e.V.