

# EINLADUNG

zur

Veranstaltung

## Bewegt geschult

Webinar ab dem 19. Februar 2023

und am 13. März 2024

um 15.00 - 18.30 Uhr

in der Deutschen Sporthochschule Köln



AG DIABETES  
SPORT UND BEWEGUNG  
der DDG

BREAK  
OACTIVITY

*Dieses Projekt wurde gemeinsam  
von der Deutschen Sporthochschule Köln,  
dem Sportärztee Bund Nordrhein e.V. und  
der Ag Diabetes, Sport und Bewegung der Deutschen Diabetes  
Gesellschaft entwickelt.*

Sehr geehrte Damen und Herren,  
die Rolle von körperlicher Aktivität im Kontext eines Diabetes mellitus ist heutzutage unbestritten. Daher wird Bewegung bereits jetzt schon in Schulungen im Rahmen von „DisKoplus - Wie Diabetiker zum Sport kommen“ vermittelt. Daran soll „Bewegt geschult – Übungen für die Diabetesschulung“ anknüpfen und Ihnen spezielle Übungen im Rahmen der Diabetes-schulung vermitteln. Zu diesem Zweck wurden Karten entwickelt, die als Bewegungspausen während der Schulungen eingesetzt werden können. Langfristig sollen damit Diabetes-Patient:innen zu mehr Aktivität in Alltag und Freizeit motiviert werden.

Die Fortbildung verläuft zweistufig;  
in einem Elearning Modul werden Grundlagen der Bewegung vermittelt (freigeschaltet ab dem 19.2.2024), die Umsetzung bzw. Anwendung der Karten erfolgt in Präsenz  
am 13.3.2024 um 15 bis 18.30 Uhr  
an der DSHS Köln.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung;  
Sportkleidung ist aber nicht erforderlich.

Melden Sie sich gerne hier an:  
Geschäftsstelle des  
Sportärztebundes Nordrhein e.V.  
Info@sportaerztebund.de / Tel.: 0221 493785

Wir freuen uns über Ihr Interesse!  
Ihre  
Dr. med. Ulrike Becker,  
Prof. Dr. med. Dr. Sportwiss. Christine Joisten  
und Annalena Philipp