

aks Gesundheitsbildung in Kooperation mit:



Mobile Diabetes-Schulungen 2019 EINLADUNG

Mit der Diagnose Diabetes mellitus entstehen viele Fragen: Darf ich jetzt keinen Zucker mehr essen? Wie stelle ich meine Ernährung um? Welche Rolle spielt Bewegung? Wie funktioniert das Blutzuckermessgerät? Kurz um stellt sich die Frage, wie kann ich mit der Diagnose Diabetes gut leben?

In fünf interessanten Terminen zu je 2 Stunden lernen Sie, was Ihrem Körper gut tut und wie Sie auf Ihren „Zucker“ positiv einwirken können. Praxisnah und ganz ohne Fachchinesisch zeigen wir Ihnen viele neue Tipps für den Alltag, die Sie sofort umsetzen können. Vom Blutzucker messen, Bewegen und dem Nachmittagskaffee: Wir reden nicht nur darüber, wir probieren es auch gleich aus.

Machen Sie mit, wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen finden Sie in beiliegendem Folder.

Starttermine – 1. Halbjahr 2019

- **Bludenz:** Montag, 21. Jänner 2019 von 17.30 – 19.30 Uhr
- **Bregenz:** Dienstag, 22. Jänner 2019 von 09.00 – 11.00 Uhr
- **Feldkirch:** Montag, 18. Februar 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Hohenems:** Dienstag, 19. Februar 2019 von 17.30 -19.30 Uhr
- **Tschagguns:** Montag, 18. März 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Lustenau:** Dienstag, 19. März 2019 von 17.30 – 19.30 Uhr
- **Götzis:** Montag, 29. April 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Lauterach:** Dienstag, 30. April 2019 von 17.30 – 19.30 Uhr

Teilnahme jeweils nur nach vorheriger Anmeldung.

Anmeldung und Information

Gabi Miller | T 055 74 / 202 – 1056 | gesundheitsbildung@aks.or.at



Bitte umblättern, hier geht's zu „Starttermine - 2. Halbjahr 2019“
und „Anmeldung und Information“

Starttermine – 2. Halbjahr 2019

- **Bezau:** Montag, 9. September 2019 von 9.00 – 11.00 Uhr
- **Höchst:** Dienstag, 10. September 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Satteins:** Freitag, 4. Oktober 2019 von 9.00 – 11.00 Uhr
- **Bludenz:** Montag, 14. Oktober 2019 von 17.30 – 19.30 Uhr
- **Bregenz:** Dienstag, 15. Oktober 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Götzis:** Freitag, 25. Oktober 2019 von 9.00 – 11.00 Uhr
- **Egg:** Donnerstag, 31. Oktober 2019 von 18.00 – 20.00 Uhr

Teilnahme jeweils nur nach vorheriger Anmeldung.

Anmeldung und Information

Gabi Miller | T 055 74 / 202 – 1056 | gesundheitsbildung@aks.or.at

Zusätzlich zu unseren Diabeteschulungen bietet die VGKK Schulungen an. Die Termine finden Sie online auf der VGKK Homepage.

 Therapie Aktiv
DIABETES IM GRIFF

 Vorarlberg
unser Land