Termine

Die Schulungen werden in allen Regionen Vorarlbergs angeboten. Die genauen Orte und Termine erfahren Sie

- per Telefon unter 055 74 / 202 - 0 oder
- im Internet unter www.aks.or.at

Kosten

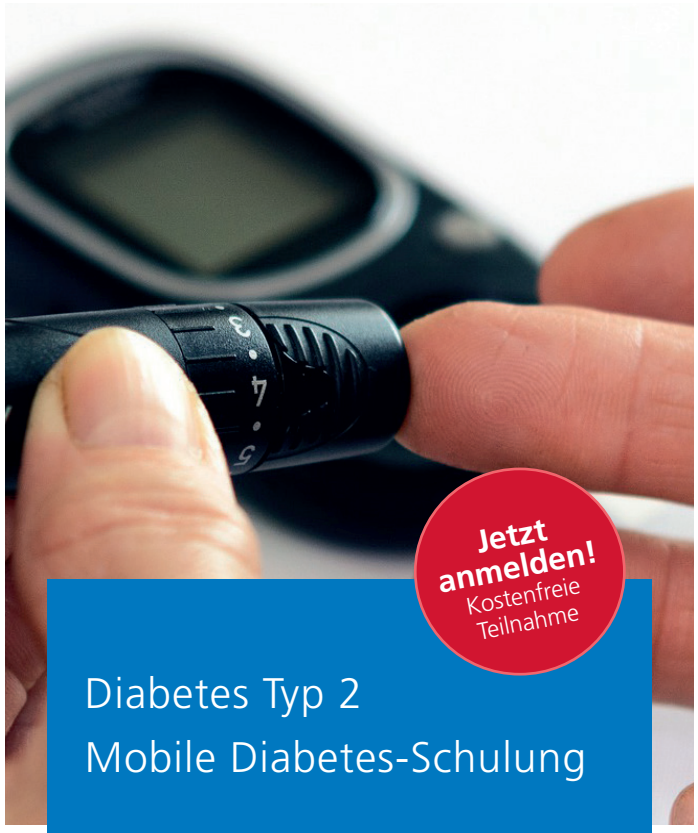
Die Schulungen sind für Sie kostenfrei.

Dauer

Fünf informative Termine à zwei Stunden.

aks gesundheit GmbH
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
T 055 74/202-0
gesundheitsbildung@aks.or.at
www.aks.or.at
Ein Unternehmen der aks Gruppe

aks Gesundheitsbildung in Kooperation mit:



Diabetes Typ 2
Mobile Diabetes-Schulung

Sie haben Diabetes?
Dann ist es höchste Zeit zu handeln.
Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand und lernen Sie, mit Diabetes gut zu leben.
Je mehr Sie über sich, Ihren Körper und seine speziellen Bedürfnisse wissen, umso leichter können Sie darauf einwirken.

Wussten Sie,
- dass es vielen Menschen in Vorarlberg so geht wie Ihnen?
- dass Diabetes nicht gleich Verzicht und Einschränkung heißen muss?
- dass schon ein Spaziergang hilft?
- dass gesunde Küche schmeckt und einfach ist?

Diabetes bedeutet Umdenken und auf sich achten, damit Sie sich im eigenen Körper wohlfühlen.

In fünf abwechslungsreichen Schulungsterminen lernen Sie, was Ihnen und Ihrem Körper gut tut:

- Wir sprechen über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten
- Wir gehen gemeinsam spazieren
- Wir üben das Blutzuckermessen und die Selbstkontrolle
- Wir nehmen Süßes und typische Diabetesprodukte genau unter die Lupe
- Sie erhalten kostenlose Blutzuckermessgeräte und Teststreifen, wenn Sie eine Diabetesschulung absolviert haben

Einfach und unkompliziert werden Sie lernen, auf das Wichtige zu achten und den Blutzuckerspiegel natürlich zu senken.

Der erste Schritt ist immer der Schwerste: Informieren Sie sich über die Termine in Ihrer Nähe.

Unsere Schulungsteams bestehen aus speziell geschulten Fachpersonen aus den drei Bereichen Medizin, Ernährung und Diabetesberatung.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Team der Gesundheitsbildung.