



Programm der Diabetes-Sommertour 2024

Moderation: Andrea Ballschuh (TV-Moderatorin) und Dr. Jens Kröger (Vorstandsvorsitzender diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe)

AUF DER BÜHNE

ca. 11.00 – 12.00 Uhr

- Eröffnung der Veranstaltung und Videobotschaft des Ministerpräsidenten Daniel Günther
- Harry Wijngoord und die große Tombola, Gewinn: ein E-Bike und viele weitere Preise
- Annie Heger berichtet über ihre Erfahrungen mit Diabetes
- Prof. Dr. Erhard Siegel aus Heidelberg hält einen Vortrag: „Anzeichen von Diabetes erkennen - was sind die Symptome?“

ca. 12.00 – 13.00 Uhr

- Autorin Heide Fuhljahn zum Thema Adipositas: „Früher war alles leichter – zum Beispiel ich!“
- Sport-Journalistin Monica Lierhaus erzählt uns ihre Geschichte und kommentiert anschließend das Torwandschießen auf der Wiese mit Thomas Helmer, Richard Golz und Sandra Starke
- Ernährungsexpertin und Journalistin Kirsten Metternich von Wolff gibt Tipps für eine gute Ernährung

ca. 13.00 – 13.30 Uhr

- Dr. Pia Roser vom Universitätsklinikum Eppendorf klärt auf „Dick und selbst schuld? Von wegen!“

ca. 13.30 – 14.30 Uhr

- Eine Stunde zum Schunkeln: Shanty-Chor „Möwenschiet“ aus Lübeck

ca. 14.30 – 15.00 Uhr

- Begrüßung zum 2. Teil am Nachmittag mit Video-Botschaft des Ministerpräsidenten Daniel Günther
- Prof. Dr. Erhard Siegel referiert zum Thema „Ein Diabetes kommt selten allein – welche Folgeerkrankungen gibt es?“ Lassen Sie sich testen mit dem Deutschen Diabetes-Risiko-Test®

Weiter zur Seite 2 des Programms



ca. 15.00 – 16.00 Uhr

- Sie fragen zum Thema Ernährung – Ernährungsexpertin und Journalistin Kirsten Metternich von Wolff antwortet. Schreiben Sie Ihre Fragen einfach auf unserer Karten.
- Music-Act: Annie Heger heizt ein mit plattdeutschen Songs
- Harry Wijnvoord und die große Tombola, Gewinn: ein E-Bike und viele weitere Preise

ca. 16.00 – 17.00 Uhr

- Dr. Pia Roser vom Universitätsklinikum Eppendorf fragt und beantwortet: „Diabetes und Übergewicht, (k)ein Problem mit der "Abnehmspritze"?
- Tombola: Verkündung Gewinner*in: wer hat das E-Bike und die anderen Preise gewonnen?
- Abschlußworte und Verabschiedung

NEBEN DER BÜHNE

Ganztägig

- Partnerausstellung, hier kommen Sie mit der Industrie ins Gespräch und bekommen tolle Angebote

Ganztägig

- Torwandschießen auf der Wiese für alle Interessierten

ca. 13.00 – 13.30 Uhr

- Torwandschießen mit Thomas Helmer, Richard Golz und evtl. Sandra Starke, Sport-Journalistin Monica Lierhaus kommentiert

ca. 13.30 – 17.00 Uhr

- Bewegungsangebote unter Anleitung von You-Tuberin Gabi Fastner:
- Herzkreislauftraining
- Beweglich und stabil
- Faszien bewegen
- Wirbelsäulengymnastik
- Entspannter Rücken