



**Sachsenhausen**

**Ansprechpartnerin:**

**Ernährungsberatung**

**Elke Weitz**

**Staatl. anerk. Diätassistentin**

**Med. Ernährungsberaterin VDD, Charité**

eweitz@mvzsachsenhausen.de

Tel: 069 / 9043687-0

**MEDIAS 2 BASIS** ist ein Schulungs- und Behandlungsprogramm für Menschen mit einem Typ-2-Diabetes, die ihren Diabetes nicht mit Insulin behandeln.

MEDIAS 2 BASIS will Menschen motivieren, selbst aktiv zu werden. Das Ziel der Schulung besteht darin, Patienten zu einer eigenständigen und angemessenen Behandlung ihres Diabetes im Alltag zu befähigen.

Dabei wird der Ansatz des Selbstmanagements konsequent eingesetzt, so dass Sie folgende Gelegenheiten erhalten:

- über ihre bisherigen Einstellungen und Lebensgewohnheiten nachzudenken
- selbst zu entscheiden, welche Veränderungen möglich und durchführbar sind
- neue Verhaltensweisen in der Behandlung des Diabetes im Alltag zu erproben
- eigene Ziele zum künftigen Umgang mit dem Diabetes zu entwickeln

**Termine für Ihr Medias 2 Basis Schulungsprogramm sind folgende, jeweils von 14:00-17:00 Uhr**

**06.09.2021                    1.+2. Schulungseinheit**

**13.09.2021                    3.+4. Schulungseinheit**

**27.09.2021                    5.+6. Schulungseinheit**

**04.10.2021                    7.+8. Schulungseinheit**

**Treffpunkt: Eingangshalle des MVZ Sachsenhausen, Schifferstr. 59 in 60594 Frankfurt**

Am wertvollsten wird diese Schulung, wenn Sie an allen Terminen dabei sein können.



**Sachsenhausen**