

aks Gesundheitsbildung in Kooperation mit:  Österreichische
Gesundheitskasse

EINLADUNG

Mobile Diabetes Typ 2 Schulungen 2024

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? Wie kann ich mit der Diagnose Diabetes gut leben?

In fünf interessanten Terminen zu je zwei Stunden lernen Sie, was Ihrem Körper gut tut und wie Sie auf Ihren „Zucker“ positiv einwirken können. Praxisnah und leicht verständlich erhalten Sie viele neue Tipps für den Alltag, die Sie sofort umsetzen können.

Machen Sie mit, wir freuen uns auf Sie!

Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei.

Weitere Informationen finden Sie in beiliegendem Folder.

Starttermine 2024

- **Götzis:** Montag, 22.01.2024 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Satteins:** Freitag, 23.02.2024 von 9.00 – 11.00 Uhr
- **Lauterach:** Dienstag, 27.02.2024 von 18.30 – 20.30 Uhr
- **Höchst:** Dienstag, 16.04.2024 von 18.30 – 20.30 Uhr
- **Dalaas:** Mittwoch, 08.05.2024 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Lustenau:** Montag, 16.09.2024 von 9.00 – 11.00 Uhr
- **Gantschier:** Montag, 16.09.2024 von 18.30 – 20.30 Uhr
- **Egg:** Donnerstag, 19.09.2024 von 18.00 – 20.00 Uhr
- **Bürs:** Montag, 30.09.2024 von 18.30 – 20.30 Uhr

Die kostenfreie Teilnahme ist nur nach Voranmeldung möglich.

Anmeldung und Information

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

Lütfen sayfayı çevirin, Almanca olarak düzenlenen kursların tarihlerini buradan edinebilirsiniz!



aks Gesundheitsbildung ve partnerleri:  sterreichische
Gesundheitskasse

DAVET

Mobil Diyabet Tip 2 Eđitimleri 2024

Diabetes mellitus (Őeker Hastalığı) tanısı ile birçok soru ortaya çıkar: Artık hiç Őeker yiyemeyecek miyim? Beslenmemi nasıl deđiŐtiririm? Egzersizin nasıl bir rolü var? Kan Őekeri ölçme cihazı nasıl çalıŐır? Diyabet tanısı ile nasıl iyi yaŐayabilirim?

2 saatlik beŐ ilgi çekici randevuda, vücudunuza neyin iyi geldiđini ve "Őekeriniz" üzerinde nasıl olumlu bir etki yaratabileceđinizi öğreneceksiniz. Pratik ve anlaşılması kolay, günlük yaŐam için hemen uygulayabileceđiniz birçok yeni ipucu alacaksınız.

Bize katılın, sizi aramızda görmek bizi memnun eder!

Ekli dosyadan daha ayrıntılı bilgi edinebilirsiniz.

Kurs BaŐlangıç tarihleri 2024

- **Bregenz:** Salı, 23.04.2024, 18.00 - 20.00 Uhr
- **Weiler:** Salı, 28.05.2024, 18.00 – 20.00 Uhr
- **Hohenems:** ÇarŐamba, 09.10.2024, 18.00 - 20.00 Uhr
- **Lustenau:** PerŐembe, 24.10.2024, 9.00 -11.00 Uhr
- **Hard:** Salı, 12.11.2024, 19.00 – 21.00 Uhr
- **Bludenz:** Pazartesi, 18.11.2024, 18.00 - 20.00 Uhr

Ücretsiz katılım sadece önceden kayıt yaptırmak suretiyle mümkündür.

Kayıt ve Bilgi

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



Bitte wenden, hier geht es zu den Schulungsterminen in türkischer Sprache!