



Friedrich-Ebert-Straße 33  
34613 Schwalmstadt  
**E-Mail:** info@diabetiker-he.de  
**Web:** www.diabetiker-he.de  
**Tel.:** 0 66 91/2 49 57  
**Fax:** 0 66 91/2 49 58  
**Mitglied Deutsche Diabetes  
Föderation e. V.**



## Jede Menge Professionalisierungs-Impulse fürs Ehrenamt

**Die Fortbildung für Aktive der DHE-Selbsthilfegruppen aktualisierte das Wissen über Gruppenarbeit, informierte über den Umgang mit Medien und reflektierte das konkrete Engagement.**

Die Selbsthilfe stärken in einer Zeit des Mitgliederschwunds – wie kann das gelingen? Diese Frage, die das gesamte Netzwerk der deutschen Vereine für gegenseitige Unterstützung bewegt, stand hinter der diesjährigen zweitägigen Fortbildung für die Leitungen und anderen Ehrenamtlichen der DHE-Selbsthilfegruppen (SHG) Ende März im Gutshof Herbörn. Es ging um die Grundlagen der praktischen Arbeit in der SHG, der medialen Unterstützung und öffentlichen Kommunikation. Am zweiten Tag standen Erfahrungsaustausch und Rückblick auf die konkrete Arbeit an der Basis sowie die weitere Jahresplanung im Mittelpunkt. Unterstützt wurde die Tagung durch eine Pauschalförderung der Aktion Mensch.

### Fokus Mitglieder stärken

Als Erstes gab Christiane Leludas wichtige Impulse für Gruppenführung und Gesprächsleitung. Dabei ging die stellvertretende Vorsitzende von Diabetiker Hessen e. V. (DHE) auch auf die Integration neuer Mitglieder in die Gruppe ein und nahm Probleme der Gruppendynamik unter die Lupe. Unter anderem erörterte sie Einfluss-Möglichkeiten der Gruppen-Moderation bei Störungen, Stress und Konflikten, um die **positive Gemeinschaftserfahrung und Stärkung der einzelnen Mitglieder** zu wahren, aber auch Überforderungen zu vermeiden. Organisatorische und administrative Aspekte rundeten Leludas' kompakten und praxisnahen Überblick ab. Er fußte auf ihrer



langjährigen Erfahrung als Diabetesberaterin in Patientenschulungen und ihrer Teilnahme an einer mehrtägigen Schulung im Gustav Stresemann Institut in Bad Bevensen.

### Technik und Recht

Wie Vorträge technisch unterstützt werden können, vermittelte die DHE-Content-Managerin Viola Renno nach der Mittagspause. Zunächst zeigte sie, wie man mit fertigen PowerPoint-Präsentationen das Gesagte in der Gruppe einprägsam hervorhebt. Im zweiten Schritt ging es um das Erstellen eigener Folien mit PowerPoint. Den Rest des Tages bestimmte die Öffentlichkeitsarbeit. Wer sich in unserem Rechtsstaat öffentlich darstellen will, muss einige Dinge beachten, um Rechte anderer nicht zu verletzen. Was **Urheber- und Nutzungsrecht** bedeuten, dass man seine Aussagen mit einer **Quellen-Angabe** nachprüfbar machen muss, wie bei Texten, Fotos und Verlinkungen das Urheber- und das Recht am eigenen Bild gewahrt werden, welche Persönlichkeitsrechte noch beachtet werden müssen und was Marken-

schutz bedeutet, waren die wichtigsten Themen. Daneben versetzten **praktische Hinweise** die Teilnehmenden in die Lage, die Medien des Landesverbands mit den passenden Formaten für Texte und Bilder zu beliefern.

### Rückblick und Planung

Nach diesem Input moderierte die DHE-Vorstandsvorsitzende Christa Andreas am Sonntag den Erfahrungsaustausch, die Frage, was die Anstrengungen in der Öffentlichkeitsarbeit 2023 gebracht haben, und die Diskussion der aktuellen Planungen. Gemäß dem Grundsatz der Selbsthilfe, die Gruppenarbeit gemeinsam zu bestimmen, wechseln **die örtlichen Treffen** zwischen reinen Gesprächskreisen, regelmäßigen Fachvorträgen und Mischformen. In der **Öffentlichkeitsarbeit** fokussierten einige Gruppen sich auf die Selbstdarstellung an Selbsthilfetagen von Selbsthilfe-Kontaktstellen, andere erstellten mit Unterstützung des Landesverbands **eigene Flyer und Rollup-Banner**, die sie einsetzen. Beide Wege erhöhten den Bekanntheitsgrad und die Teilnahme an regelmäßigen Gruppentreffen. Was das Zusenden von Informationen in alle hessischen diabetologischen Schwerpunktpraxen und Diabeteskliniken gebracht hat, werden Ehrenamtliche im Laufe des Jahres jeweils konkret vor Ort ermitteln.

Die ersten **Termine** haben die Gruppen geplant. **Der Vorstand weist darauf hin, dass die SHGs wie 2023 bei Bedarf personelle und materielle Unterstützung untereinander und beim Landesverband anfordern können.**

## Austauschen, informieren und einander stärken

Treffen der DHE-Selbsthilfegruppen und kooperierender Initiativen im Juni 2024

### SHG Bad Homburg

🕒 05.06.2024 um 19.30 Uhr (regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat)

👤 Leiterin: Michaela Allert  
Tel.: 0 61 75/79 76 06  
mobil: 0170/74 54170  
Kontakt: Lothar Brand  
Tel.: 0 60 07/93 84 31

🏠 Vereinshaus Gonzenheim,  
Am Kitzenhof 4, Bad Homburg  
🗨️ Diabetesberaterin **Barbara Müller**  
informiert über die **Diabetestherapie im Alter**

### SHG Büdingen

🕒 10.06.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 2. Montag im Monat)

👤 Leiterin: Sabine Smilgeit-Gurski  
Tel.: 0 60 47/18 78  
🏠 Pizzeria da Michele, Rohrwiesenstraße 2, Büdingen-Rohrbach

### DiabetikerSelbsthilfe Bürstadt

🕒 26.06.2024 um 19.15 Uhr (regelmäßig am letzten Mittwoch im Monat)

👤 Leiter: Stephan Thomas  
mobil: 0173/313 59 52  
Gruppenbegleiter: Werner Schäfer  
Tel.: 0174/8 09 45 17  
E-Mail: info@dsh-buerstadt.de  
🏠 Evangelische Kirchengemeinde,  
Heinrichstraße 22, Bürstadt  
🗨️ Rechtsanwältin und Notarin **Brigitte Daiker-Neumann** aus Bürstadt gibt Tipps, **wie man sein Testament richtig verfasst**

### SHG Dietzenbach

🕒 04.06.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 1. Dienstag im Monat)

👤 Leiterin: Doris Seegers  
Tel.: 0 61 73/9 89 58 39  
Stv. Leiterin: Lore Steinborn  
Tel.: 0 60 74/81 24 44  
E-Mail: lores@web.de  
🏠 Gemeindehaus von St. Martin,  
Offenbacher Straße 5, Dietzenbach

### SHG Frankfurt-Niederrad

🕒 12.06.2024 von 18 bis 20 Uhr

👤 Leiter: Ulrich Marks  
Tel.: 0 69/67 86 53 46,  
mobil: 0177/3 29 84 14  
🏠 Im Mainfeld 16, Gemeinschaftsraum (EG), Frankfurt-Niederrad (Bushaltestelle Kelsterbachstraße)

### SHG „Süße Nordstadt“ Gießen

🕒 12.06.2024 um 18 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat nach telefonischer Anmeldung)

👤 Leiter: Udo Groß  
Tel.: 06 41/34 0117 36  
mobil: 0176/86 69 33 61  
E-Mail: udogross24@gmail.com

🏠 Nordstadtzentrum Gießen,  
Reichenberger Straße 9, Gießen

### SHG Groß-Gerau

🕒 **Diabetiker auf Reisen** (nähere Infos unter [www.diabetiker-gg.de](http://www.diabetiker-gg.de) und in der Tagespresse)

👤 Leiter: Gerhard Schäfer  
Tel.: 0 61 52/8 64 59

### SHG Kronberg und Umgebung

🕒 26.06.2024 um 19.30 Uhr (regelmäßig am 4. Mittwoch im Monat)

👤 Leiterin: Sylvia Jakobitz  
Tel.: 0 61 73/6 62 24  
E-Mail: diabetiker.kronberg@gmail.com  
🏠 Hartmut Saal im Ev. Gemeindezentrum, Heinrich-Winter-Straße 2a, Kronberg (Eingang über die Katharinenstraße)

🗨️ **Dr. Margarete Ruppert**, Internistin in der Praxis Hohemark in Oberursel, informiert über **Bewegung und Ernährung bei Diabetes**

### Diabetiker-Treff Limburg

🕒 20.06.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 3. Donnerstag im Monat)

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13  
🏠 DRK – Haus 3, Senefelderstraße 1, Limburg

### SHG Pumpenträger Kreis Offenbach

Gesprächskreis für Typ-1- und Typ-2-Diabetiker mit Pumpe

🕒 12.06.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat)

👤 Leiter: Karl-Heinz Stieber  
Tel.: 0 61 03/20 18 90  
E-Mail: ka-stieber@t-online.de  
Werner Stang  
Tel.: 0 60 74/2 81 13  
🏠 Ort auf Anfrage

### SHG Reinheim

🕒 10.06.2024 um 15 Uhr

👤 Leiter: Erich Hennig  
Tel.: 0 61 54/8 22 67  
E-Mail: dias@ehennig.de  
und Friedel Engel  
Tel.: 0 61 62/56 42

🏠 Heinrich-Klein-Saal im Hofgut, Kirchstraße 24, Reinheim  
🗨️ **Gesprächskreis mit gemeinsamem Kaffeetrinken**

### SHG Schwalmstadt

🕒 05.06.2024 um 17 Uhr (ansonsten regelmäßig am 1. Mittwoch im Monat)

👤 Leiterinnen: Birgit Heuser,



DHE

Doris Schwalm, Ute Textor  
Tel.: 0 66 91/2 49 57

🏠 Geschäftsstelle Diabetiker Hessen e. V.,  
Friedrich-Ebert-Straße 33, Schwalmstadt

### Diabetiker-Treff Weilburg

🕒 12.06.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Mittwoch im Monat)

👤 Leiter: Frank Scherer  
Tel.: 0 64 76/24 13  
🏠 Pfarrsaal unter der Heilig-Kreuz-Kirche, Frankfurter Straße 8, Weilburg

### BUNDESWEIT: Online-SHG Diabetes-Sonderformen

🕒 30.06.2024 um 10 Uhr (regelmäßig am letzten Sonntag im Monat)

👤 Leiterin: Sabine Held-Müller  
Tel.: 0 62 58/29 15,  
E-Mail: heldsabine@freenet.de,  
Homepage: [ratloosediabetiker.de](http://ratloosediabetiker.de)  
🏠 zu Hause am Bildschirm; der Link zum virtuellen Treff wird nach Voranmeldung zugesandt

### Billabong Family Frankfurt

🕒 Mittwoch, 10.07.2024 von 18 bis 19.30 Uhr

👤 Offener Treff für Familien von Kindern mit Diabetes mellitus  
👤 Leiterin: Carola Hecking  
Anmeldung:  
[info@billabong-family.de](mailto:info@billabong-family.de)

🏠 Billabong – Familienzentrum Riedberg e. V., Graf-von-Stauffenberg-Allee 46b, Frankfurt

### SHG Rodgau

🕒 10.06.2024 um 19 Uhr (regelmäßig am 2. Montag im Monat)

👤 Leiter: Frank Ulrich  
Tel.: 0 61 03/4 04 90 95  
E-Mail: [frank.ulrich@ingbuero-ulrich.de](mailto:frank.ulrich@ingbuero-ulrich.de)

🏠 Sozialstation auf dem Puisseaux-Platz, Rodgau/Nieder-Roden  
🗨️ Apotheker **Dr. Bruno Oertel** aus Rodgau/Jügesheim informiert über **Reise- und Hausapotheke – was gehört hinein und was muss beachtet werden?**