

# Besser Leben mit Diabetes – *Was kann ich dafür tun?*



Ein Kurs für Menschen mit Diabetes, die sich Ziele setzen, Neues an sich entdecken und besser mit der Erkrankung umgehen möchten. Kurz – die sich selber etwas Gutes tun wollen.

## Was Sie erwartet:

- Andere Betroffene treffen
- Realistische Ziele setzen lernen
- Hilfe durch erfahrenen Verhaltenstrainer erhalten
- Durchhaltevermögen und Selbstmotivation lernen

## Kursleitung:

Dr. Thomas Zimmermann, UKE

## 7 Termine:

an folgenden Dienstagen  
23.04.

28.05. & 25.06.

27.08. & 24.09.

29.10. & 26.11.

Uhrzeit: 14:30 – 16:00 Uhr

Kostenlos für Versicherte  
aller Krankenkassen

## Information und Anmeldung

### Gesundheitskiosk

Möllner Landstraße 18

22111 Hamburg

Tel.: 040-41493110

[info@gesundheitskiosk.de](mailto:info@gesundheitskiosk.de)

Ein Angebot für Menschen mit Diagnose Diabetes