

Diabetes-Check

Präventiver Nutzen

Der Diabetes mellitus Typ 2 ist eine Volkskrankheit, an der mehr als acht Millionen Menschen in Deutschland leiden – Tendenz stark steigend. Früher waren in erster Linie ältere Menschen betroffen. Mittlerweile bestehen die Risikofaktoren starkes Übergewicht und Bewegungsmangel, oft schon im jüngeren Alter, warum auch junge Erwachsene und Kinder zunehmend erkranken. Erkennt man einen Diabetes im frühen Stadium, kann man mit einer Ernährungsumstellung hervorragend entgegenwirken.

Kurzbeschreibung

In einer individuellen Ernährungsberatung können die Teilnehmer eine **Blutzuckermessung** durchführen lassen. Anschließend werden die Ergebnisse besprochen und es können individuelle Fragen zum Thema Ernährung gestellt werden. Ergänzend dazu bekommen die Teilnehmer einen Zugang auf das Habermann Online-Ernährungsportal, um im Nachgang weitere Informationen und ihre individuellen Ernährungsempfehlungen abrufen oder auch eine telefonische Ernährungsberatung in Anspruch nehmen zu können.

Eckdaten

Art des Moduls	Screening mit Beratung
Modul-Dauer	1 Tag = 7,5 Std.
Screening-Dauer	30 Min./TN
Auf-Abbauzeit	je 15 Min.
Platzbedarf	ca. 4-6 qm, mit 1 Tisch und 2 Stühlen
Stromanschluss	1 Stromquelle mit Verlängerung bis zum Tisch



Konzept © Habermann Gesundheitstraining-Ernährung GmbH

