

# Wanderungen

- Sa.04.07. Ausflug nach Wernigerode und zum Brocken
- Sa.01.08. Wanderung zu den Koldinger Kiesteichen
- Sa.05.09. Ausflug nach Schneverdingen in den Heidegarten
- Sa.03.10. Wanderung von dem Bordenauer See nach Neustadt am Rübenberge

Weitere Einzelheiten zu den Wanderungen erfahren Sie bei der Anmeldung bzw. auf den Gruppentreffen und unter [www.ddb-niedersachsen.de](http://www.ddb-niedersachsen.de) im Internet.  
**Die Wandertouren sind ca. 6 bis 7 km lang.**  
**Die anfallenden Kosten muss jeder selbst tragen!**  
Die anteiligen Kosten für das Niedersachsen-Ticket sind im Zug beim Wanderführer zu entrichten.

## Weitere Veranstaltungen und Termine

Grünkohlessen mit anschließender Wanderung im November.  
Advent-/Weihnachtsfeier im Dezember  
Die Termine und Ort werden auf den Gruppentreffen bekannt gegeben.  
Anmeldungen sind nur auf den Gruppentreffen möglich.

## Änderungen vorbehalten!

# Kontakt

**Bezirksvorsitzender**  
und Gruppenleiter SHG Hannover,  
Laatzen und Wandergruppe,  
Diabetes-Lotse  
Hans-Joachim Manthey  
Walsroder Str. 141  
30853 Langenhagen  
Tel.: (0511) 7638075  
E-Mail: [h-j.manthey@t-online.de](mailto:h-j.manthey@t-online.de)

**Stellvertretender Bezirksvorsitzender**  
Fritz Brüggemann  
Ferdinand-Wallbrecht-Str. 50;  
30163 Hannover  
Tel.: (0511) 39 41 678  
Fax: (0511) 26 24 712

**Ansprechpartnerin der SHG Seelze-Letter**  
Heidi Stempor  
Diabetes-Lotse  
Berliner Str. 7  
30926 Seelze OT Letter  
Tel.: 0511 400 87 30  
E-Mail: [heidi.stempor@t-online.de](mailto:heidi.stempor@t-online.de)

**Internet:** [www.ddb-niedersachsen.de](http://www.ddb-niedersachsen.de)

Gefördert durch die  
GKV-Gemeinschaftsförderung  
Selbsthilfe Niedersachsen



*Landesverband Niedersachsen e.V.  
Bezirksverband Hannover*

DEUTSCHER DIABETIKER BUND

Programm

2. Halbjahr 2015

für

Hannover

Laatzen

Langenhagen

Seelze

## SHG Hannover:

- Mo.28.09. Orthopädische Schuhversorgung  
Referent: Peter Schiewink  
Orthopädienschuhtechnik Schiewink GmbH  
Hannover
- Mo.26.10. Hypos – Hypowahrnehmung kann man  
erlernen?  
Referentin: Frau Stephan, Diabetesberaterin,  
Diabetes-Zentrum Hannover-Nord
- Mo.23.11. Vorstellung Programm 1. Halbjahr 2016 und  
Video-Clips zum Thema Diabetes mit  
anschließenden Erfahrungsaustausch zu den  
gezeigten Video-Clips.

Änderungen vorbehalten!

**Die Treffen finden jeden 4. Montag  
im Monat um 19.00 Uhr**

**im Freizeitheim Vahrenwald,**

Vahrenwalder Str.92, 30165 Hannover, statt.

Ansprechpartner: Hans-Joachim Manthey

## SHG Laatzen:

- Di.15.09. Margen-Darm-Probleme bei Diabetes  
Referent: Dr. med. Tilman Matzat: Facharzt  
für Innere Medizin, Schwerpunkt:  
Gastroenterologie / Proktologie  
Internistische Schwerpunktpraxis; Am  
Agnes-Karll-Krankenhaus Laatzen
- Di.20.10. Was ist Typ 2 Diabetes?  
Referentin: Frigga Sprenger, Barsinghausen  
Diabetes Lotsin DDB, Gruppenleiterin
- Di.17.11. Vorstellung Programm 1. Halbjahr 2016 und  
Video-Clips zum Thema Diabetes mit  
anschließenden Erfahrungsaustausch zu den  
gezeigten Video-Clips

Änderungen vorbehalten!

**Die Treffen finden jeden 3. Dienstag  
im Monat um 18:30 Uhr**

**in der Victor 's Residenz**

**(Margarethenhof) 2. Etage Raum 6,**

Mergenthalerstr. 3, 30880 Laatzen statt.

Ansprechpartner: Hans-Joachim Manthey

## SHG Seelze-Letter

- Mi.08.07. Stammtisch im Ikarus II Letter,  
(Bei schönen Wetter im Biergarten)  
Lange-Feld-Str.  
um 18:30 Uhr
- Mi.26.08. (Bitte Terminverlegung beachten)  
Erfahrungsaustausch rund  
um die Hausapotheke und  
Reiseapotheke  
Moderator: Alexander Rupp, Löns-  
Apotheke, Letter  
Kursana Domizil, Brandenburger Str.  
um 18:30 Uhr
- Mi.09.09. Stammtisch im Ikarus II Letter  
Lange-Feld-Str.  
um 18:30 Uhr
- Sa.10.10. Freiwilligentag  
wir sind mit einer Aktion dabei.
- Mi.11.11. Stammtisch im Ikarus II  
Lange-Feld-Str.  
um 18:30 Uhr

Änderungen vorbehalten!

**Info-Punkt Langenhagen  
für Menschen mit Diabetes**

Jeden 1. Dienstag im Monat,  
10:00 bis 12:00 Uhr in der City-Apotheke(CCL)  
Marktplatz 5\*30853 Langenhagen