

WANDERUNGEN

Gemeinsam unterwegs

Bei unseren Wanderungen entdecken wir Hannover und die Region aus neuen Perspektiven. Bewegung, Gemeinschaft, Selbsthilfe und interessante Ausflugsziele stehen dabei im Mittelpunkt.

08. August 2026

Landesgartenschau Bad Nenndorf
Ein blühendes Erlebnis vor den Toren Hannovers.

05. September 2026

Maschsee-Rundfahrt

Eine entspannte Entdeckungstour auf Hannovers bekanntestem Gewässer.

10. Oktober 2026

Museum Hameln

Erleben Sie Geschichte und Kultur des Weserberglandes sowie die weltbekannte Sage vom Rattenfänger von Hameln.

07. November 2026

Luftfahrtmuseum Laatzen

Tauchen Sie ein in die faszinierende Geschichte der Luftfahrt.

Hinweis:

Unsere Wanderungen umfassen in der Regel etwa **sechs Kilometer** und sind **barrierearm** gestaltet. Sie eignen sich auch für Teilnehmende, die einen Rollator nutzen. **Änderungen vorbehalten.**

KONTAKT

Selbsthilfegruppe Hannover

Leitung: Mario Bertram

Voltastr. 33 / 30165 Hannover

mail: mario.bertram@diabetiker-nds.de

Telefon: 0511 / 59024043

Stellvertretende Leitung: Verena Schrödter

Mail: verena.schroedter@diabetiker-nds.de

Telefon: 0511 / 21901129

Wandergruppe: Hans-Joachim Manthey

Walsroder Str. 141 / 30853 Langenhagen

Mail: h-j.manthey@diabetiker-nds.de

Telefon: 0511 / 7638075

Selbsthilfegruppe Seelze-Letter

Leitung: Heidi Stempor

30926 Seelze-OT Letter

mail: heidi.stempor@diabetiker-nds.de

Tel: 0511 / 402 796

Homepage der SHG Hannover:

hannover.diabetiker-nds.de

Gefördert durch die GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe
Niedersachsen. Grafische Gestaltung: Melina Naumann



Diabetiker Selbsthilfegruppen

Programm 2. Halbjahr 2026

Hannover | Langenhagen | Seelze



Selbsthilfegruppen
Hannover



HANNOVER

Montag | 28. September 2026 | 19:00 Uhr

Medikamente bei Diabetes – Wirkung und mögliche Nebenwirkungen

Gastreferent: Kai Girwert, City - Apotheke Hannover

Montag | 26. Oktober 2026 | 19:00 Uhr

Ernährung – ein wichtiger Baustein für ein gutes Leben mit Diabetes

Montag | 30. November 2026 | 19:00 Uhr

Jahresabschluss mit Rückblick auf das Jahr 2026

Alle Veranstaltungen finden im Freizeitheim Vahrenwald, Vahrenwalder Str. 92, 30165 Hannover statt. Änderung vorbehalten!

Unsere Gruppentreffen sind offen für alle Interessierten. Neben unseren Mitgliedern sind auch Gäste herzlich willkommen, die sich über Diabetes, Folgeerkrankungen und die Möglichkeiten der Selbsthilfe informieren möchten.

Weitere Veranstaltungen und Online-Vorträge finden Sie auf den Internetseiten des Landesverbandes.



INFOPUNKT LANGENHAGEN

Infopunkt

Fragen und Antworten rund um das Thema Diabetes

Sie möchten mehr über Diabetes und mögliche Folgeerkrankungen erfahren? Dann besuchen Sie unseren Infopunkt in Langenhagen.

Jeden ersten Dienstag im Monat erhalten Sie in der City-Apotheke im CCL kompetente Informationen rund um Diabetes. Darüber hinaus informieren wir über die Angebote der Selbsthilfegruppe Hannover und stehen für persönliche Fragen gerne zur Verfügung.

Ort: City-Apotheke (CCL) Marktplatz 7, 30853 Langenhagen

Ansprechpartner: Hans-Joachim Manthey

Veranstaltungen:

13.–15. November 2026

Schwerbehinderung mit Diabetes – Hürden, Chancen und Herausforderungen

Im Bildungszentrum Wolfenbüttel beschäftigen wir uns im Rahmen einer Fachtagung mit den vielfältigen Fragestellungen rund um das Thema Schwerbehinderung bei Diabetes. Gemeinsam diskutieren wir rechtliche, soziale und praktische Aspekte und entwickeln unsere Beratungsangebote für Betroffene weiter.

12. Dezember 2026

Gemeinsames Weihnachtsessen

Wir lassen das Jahr 2026 in gemütlicher Runde ausklingen.

18.–20. Juni 2027

Landesdiabetestag in Bad Lauterberg/Harz

In Kooperation mit dem Diabeteszentrum Bad Lauterberg und dem Tourismusamt der Stadt findet der Landesdiabetestag 2027 in den Kur- und Erholungsanlagen statt.

SEELZE

Selbsthilfe-Stammtisch

In geselliger Runde tauschen wir Erfahrungen aus, informieren über aktuelle Entwicklungen rund um Diabetes und sprechen über Themen, die Menschen mit Diabetes im Alltag bewegen.

Termine:

Mittwoch, 10. September 2026

Mittwoch, 18. November 2026

Beginn: 18:00 Uhr

Wir treffen uns im griechischen Restaurant „Ikaros II“, Kastanienplatz, 30926 Seelze (OT Letter).

Ansprechpartnerin: Heidi Stempor

Kontakt: 0511/402796

Änderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Gemeinsam aktiv leben

– auch mit Diabetes.

Näheres zu allen Veranstaltungen der hannöverschen Diabetes-Selbsthilfegruppen finden Sie in den Terminen auf der Homepage hannover.diabetiker-nds.de oder scannen Sie einfach diesen QR-Code:

