

Karlsruhe bewegt sich am Weltdiabetestag

„Bewegte Apotheke“ lädt zur gemeinsamen Bewegungsstunde ein

Karlsruhe, 03.11.2015 – Der Arbeitskreis „Diabetes in Aktion – Medikament Bewegung“ lädt am Weltdiabetestag am 14. November 2015 zu einer Bewegungsstunde für Diabetiker ein. Gemeinsam mit den Apotheken bietet die Vereinsinitiative Gesundheitssport zusammen mit den Bewegungsfachkräften der AOK Mittlerer Oberrhein unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Klaus Stapf geführte Spaziergänge an. „Gerne unterstütze ich als Gesundheitsdezernent der Stadt Karlsruhe den Arbeitskreis ‚Diabetes in Aktion – Medikament Bewegung‘, um an Diabetes erkrankten Menschen ein Sport und Bewegungsangebot zu ermöglichen“, berichtet Klaus Stapf, Bürgermeister der Stadt Karlsruhe. Mit der Aktion „Bewegte Apotheke“ wollen die Beteiligten ältere Menschen und gerade auch Diabetiker zu mehr Bewegung im Alltag motivieren.

Die geführten Spaziergänge beginnen um 10 Uhr an insgesamt sieben Apotheken in der Region Karlsruhe. „In der Apotheke kann sich der Kunde einfach und serviceorientiert über Fragen zu seiner Gesundheit informieren“, sagt Conny Rösner von den „Rundum gesund“-

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4 Millionen Menschen im Land und zahlt mehr als 14 Milliarden Euro pro Jahr an Leistungen in der Kranken- und Pflegeversicherung.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter: www.aok-bw.de

**AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Mittlerer Oberrhein
Pressestelle**
Kriegsstr.41
76133 Karlsruhe
Telefon 0721/3711-110
Telefax 0721/3711-109
Email: bjoern.kalteisen@bw.aok.de
www.aok-bw.de/mor

Apotheken in Karlsruhe. Auf Wunsch wird vor dem Spaziergang kostenlos der Blutzucker gemessen. Danach startet der Spaziergang unter Anleitung von Bewegungsfachkräften der Karlsruher Sportvereine und der AOK Mittlerer Oberrhein. „Die INI-Vereine bieten qualifizierten Gesundheitssport und wollen mit der Aktion Spaß an der Bewegung sowie einen Anstoß zu einer Lebensstilveränderung hin zu mehr Aktivität geben“, so Stefan Ratzel, 1. Vorsitzender der Vereinsinitiative Gesundheitssport e.V. Die Bewegungseinheiten werden vor Ort an die Leistungsfähigkeit der einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmer angepasst. Im Anschluss an den Rundgang kann erneut der Blutzucker gemessen werden. „Gerade bei Menschen mit Diabetes wirkt Bewegung wie ein Medikament, welches man sich selbst nebenwirkungsfrei verschreiben kann. Deswegen unterstützen wir aktiv die Bemühungen der Karlsruher Sportvereine, adäquate, vielfältige und spezifische Bewegungsangebote zu unterbreiten und motivieren alle Betroffenen zur Wahrnehmung dieser Angebote“, ergänzt Dr. Alexander Hemmann, Landesvorsitzender Deutscher Diabetiker Bund Baden-Württemberg.

Diabetes ist auch in Karlsruhe weiter auf dem Vormarsch. Allein im Jahr 2014 waren 7.766 AOK-Versicherte wegen Diabetes-Typ-II in ärztlicher Behandlung. Das ist eine Steigerung um rund 11 Prozent gegenüber dem Jahr 2011. „Bei Diabetes handelt es sich um eine chronische Erkrankung, die auch in Karlsruhe immer mehr Menschen betrifft. Deshalb engagieren wir uns, um Diabetikern auch mit

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4 Millionen Menschen im Land und zahlt mehr als 14 Milliarden Euro pro Jahr an Leistungen in der Kranken- und Pflegeversicherung.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter: www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Mittlerer Oberrhein
Pressestelle
Kriegsstr.41
76133 Karlsruhe
Telefon 0721/3711-110
Telefax 0721/3711-109
Email: bjoern.kalteisen@bw.aok.de
www.aok-bw.de/mor

niederschwelligem Angeboten zu mehr Lebensqualität zu verhelfen“, so Harald Röcker, Geschäftsführer der AOK Mittlerer Oberrhein.

Und von hier aus wird gestartet:

Helena Apotheke, Elbinger Str. 16b, 76139 Karlsruhe

Oberreut-Apotheke, Eugen-Geck-Str. 4b, 76189 Karlsruhe

Auerhahn-Apotheke, Leußlerstr. 4, 76227 Karlsruhe

Hauptpost-Apotheke, Kaiserstr. 156, 76133 Karlsruhe

Apotheke am Stadtgarten, Thiebauthstr. 6, 76275 Ettlingen

Stefanie Apotheke, Landauer Str. 2, 76185 Karlsruhe

Eisbär-Apotheke, An der RaumFabrik 6, 76227 Karlsruhe

Weitere Informationen zu den Startpunkten gibt es im Internet unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de

Die AOK Baden-Württemberg versichert rund 4 Millionen Menschen im Land und zahlt mehr als 14 Milliarden Euro pro Jahr an Leistungen in der Kranken- und Pflegeversicherung.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter: www.aok-bw.de

**AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Mittlerer Oberrhein
Pressestelle**
Kriegsstr.41
76133 Karlsruhe
Telefon 0721/3711-110
Telefax 0721/3711-109
Email: [bjoern.kalteisen@
bw.aok.de](mailto:bjoern.kalteisen@bw.aok.de)
www.aok-bw.de/mor