



# Turnverein Erkelenz 1860 e.V.

*Ulla Eßer*

*Fachübungsleiterin*

*Diabetessport*

*im TV Erkelenz 1860 e. V.*

*21. Jan. 2014*

*„Ein Gramm Praxis wiegt mehr als eine Tonne Theorie“*

*Dieses Schlagwort eines Diabetologen und Internisten nahm mich direkt gefangen. Die Zielgruppe Diabetes wird aller Ortens mit guten Ratschlägen und Verhaltensmaßregeln überflutet. Wir Fachübungsleiter/innen wissen um die Schwierigkeit, Betroffene zum Sport und zu mehr Bewegung zu motivieren. Doch nach einer gewissen Zeit wächst das Bedürfnis, sich zu bewegen, und das Müssen wird zum Wollen! Gute Blutzuckerwerte bewirken ein positives Wohlbefinden.*

*Über 22 Jahre konnte ich diese Entwicklung verfolgen und es erfüllt mich mit Zufriedenheit, eine fröhliche und bewegungsfreudige Gruppe geschaffen zu haben. Jetzt ist der Zeitpunkt gekommen und ich gebe meine Arbeit in jüngere Hände an Karla Karaskiwiecz ab, da sich für mich eine neue Baustelle im privaten Bereich geöffnet hat.*

*Ich wünsche Karla viel Erfolg!*

*Mit sportlichen Grüßen*

*Ulla Eßer*