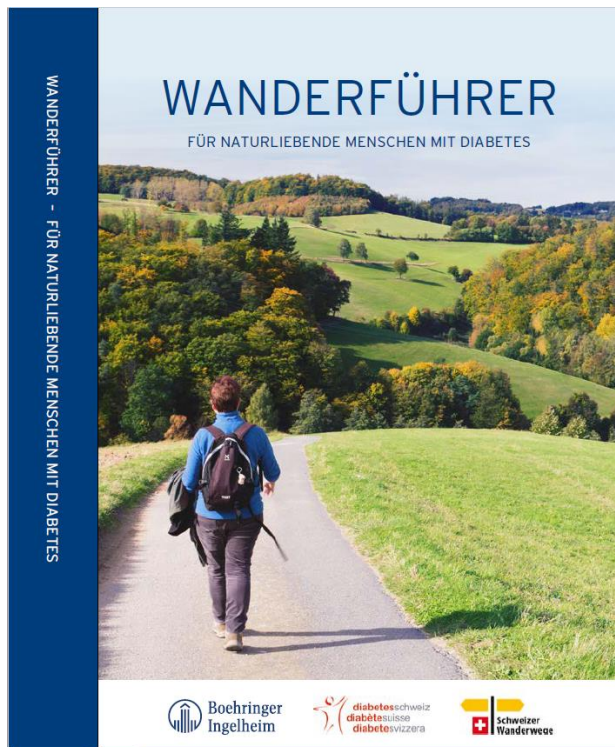


Das Geschenk für Neumitglieder



Herausgeber: Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH zusammen mit diabeteschweiz und Schweizer Wanderwege

1. Auflage 2020

187 Seiten im Format A5

41 sorgfältig ausgewählte Wanderrouten in der Schweiz (1 – 3 Std.)

Viele hilfreiche Tipps von Fachpersonen

WANDERFÜHRER – Für naturliebende Menschen mit Diabetes

In der Schweiz leben fast eine halbe Million Menschen mit einem Diabetes mellitus. Rund 90% aller Betroffenen leiden am Diabetes Typ 2, der oft auch aufgrund eines ungesunden Lebensstils und fehlender körperlicher Aktivität auftritt. Ein Wanderführer, der Diabetesbetroffenen Freude an der Bewegung vermittelt, ist die beste Medizin gegen Diabetes. Körperliche Aktivität ist eine wundervolle und nebenwirkungsfreie Therapie und beeinflusst den Stoffwechsel positiv. Gleichzeitig lassen sich durch moderate Wanderungen auch die Blutdruck- und Blutfettwerte und somit das Risiko für Folgeerkrankungen minimieren. Es geht nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern um moderate Bewegung, um Erlebnisse, um Gemeinschaft und Erholung in der Natur, um Freude und Lebensqualität.

Werden Sie Mitglied!

Helfen Sie mit, die Gemeinschaft an wanderbegeisterten Menschen mit Diabetes zu vergrößern. Werden Sie Mitglied bei Ihrer regionalen Diabetesgesellschaft und erhalten Sie den neuen Wanderführer als Geschenk.

Verschenken Sie den Wanderführer!

Der Wanderführer kann nur durch eine neue Mitgliedschaft erworben werden, die auch Nicht-Diabetiker eingehen können. Zeigen Sie sich solidarisch mit Betroffenen und bezahlen Sie einen Mitgliederbeitrag, so erhalten Sie auf Wunsch den neuen Wanderführer zugestellt.