



Liebe Patientin!  
Lieber Patient!

## FORSCHUNGSGRUPPE FUNKTIONELLE REHABILITATION UND GRUPPENSCHULUNG - Wien

Univ.-Prof. Dr. med. K. Howorka, DGKS V Zwinz  
DGKS Elsa Perneckzy, Dr. Eleonora Howorka



Wien, 07.2025

**Einladung zum DIABETES FIT-PROGRAMM mit Vorbereitung und Festigung**  
**Termine:** Do-Mo 22.01.2026-26.01.2026; DO 14:00-20:00h, sonst auch jeweils 14:00-20:00

Schulungen finden wieder regulär in Person aber zur Not auch zusätzlich per Zoom statt. Den Link für das Meeting erhalten Sie per Mail, kurz vor der Veranstaltung nach erfolgter Einzahlung. Zoom download unter: <https://zoom.us/download> (Zoom Client für Meetings)

Bei Interesse finden am Wochenende noch die dazugehörige Module; **Schwangerschaftsvorbereitung** und oder **Pumpn Eve** (Pumpentherapie zzgl AID Vorbereitung) und bei Bedarf **Unterzuckerungsmodul** statt, bitte Ihr Interesse bald melden, damit wir alles koordinieren können, Details dazu hier nicht inkludiert.

**Ort:** Seminarraum Schwerpunktpraxis Prof Howorka  
(Ecklokal, gegenüber AKH, Währinger Gürtel 13, 1180 Wien/ U6 Alser Str./)

Danke für Ihre Anmeldung. Bitte nehmen Sie zur Schulung jeweils Ihre BZ-Protokolle, etwaige auswärts erhobene Befunde oder jene über allfällige Spitalsaufenthalte, Hinweise auf Spätkomplikationen und Ihre Minimalausrüstung für Ihre tägliche Diabetesbehandlung mit (sicherheitshalber auch bisherige Insuline, viele Blutzucker-Teststreifen, auch wenn Sie Sensoren verwenden Traubenzucker, Ihr Blutzuckermessgerät, **Ketostix (oder Ersatz Aceton bzw. Harnzucker-Teststreifen)**, und zur Vereinfachung auch unseren letzten Arztbrief. Falls Sie eine Pumpe mit AID (Automated Insulin Delivery) verwenden, bitte schalten Sie den Automodus ab Montag vor der Schulung ab.

**Vor und während** der Schulung empfehlen wir Ihnen, möglichst viele Blutzucker- und Aceton-Selbstkontrollen durchzuführen. Testen Sie bitte während dieses Kurses **wesentlich öfter (nur vor und während des Kurses: etwa zweifach öfter als sonst)**, als Sie dies sonst tun würden. Falls Sie bereits einen Sensor verwenden, umkreisen Sie bitte die wirklich **blutig** gemessenen Blutzuckerwerte, damit wir die Sensor- und BZ-Meter-Werte auseinanderhalten können.

In der Anlage finden Sie ein Blutzuckerprotokoll. Wir bitten Sie, in den kommenden Tagen vor der Schulung Ihre Blutzucker-/Harnzucker-/Aceton-Werte und Ihre Insulindosierung (beginnend einige Tage, am Montag, **vor** der Schulung) darauf einzutragen. Wir bitten Sie, sich einen **schwarzen, dünnen Folienstift** zu besorgen und mit möglichst großen Buchstaben zu schreiben, damit wir dann die Protokolle (Auflicht-Projektion) gemeinsam besprechen können. Dies gilt besonders für die bitte per mail auf:

[diabetesFIT.org@gmail.com](mailto:diabetesFIT.org@gmail.com)

zuzusendenden Protokolle (bitte jeweils bis 13:30) bei zoomenden Personen zu. Unterzuckerungen („H“) und Aceton-/Harnzucker-Selbstkontrollen bitten wir Sie in der Zeile "Bemerkungen" anzuführen.

Die Anleitung zur Protokollführung bitten wir Sie, dem Buch **"Insulinabhängig?... Funktioneller Insulingebrauch..."** (K. Howorka, 9. Auflage, Kirchheim Verlag Mainz) zu entnehmen, Mein Buch "Insulinabhängig?...", 9. Auflage, bleibt die Grundlage, bitte noch vor (spätestens während ☺ der) Schulung durchzusehen, jetzt zunächst zumindest bis zu Seite 40. Sollte es vergriffen sein, helfen wir Ihnen mit elektronischer Kopie während der Veranstaltung.

Die Teilnahme an der Schulung erfordert Großteils Ihre Anwesenheit und Konzentration, sodass Sie während der Schulung durch andere Tätigkeiten nicht sehr belastet werden. Falls Sie mal fehlen müssen, bitte vorher bekanntgeben, und allenfalls beim nächsten Kurs nachholen. Meldung und Protokolle der Zoomer: unter [diabetesFIT.org@gmail.com](mailto:diabetesFIT.org@gmail.com)

Bitte beachten Sie, dass Sie - sollten Sie trotz Anmeldung nicht kommen können - den Ausbildungsplatz blockieren, sodass niemand anderer an Ihrer Stelle teilnehmen kann. Das ruft Kosten hervor...

Der Unkostenbeitrag ist nur in Ausnahmefällen bei Kursbeginn bar zu bezahlen (unnötige Zeitverschwendung für derartige Administration während der Kurszeit..., danke)

Der Unkostenbeitrag für den gesamten Kurs beträgt € 390,- und ist bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn auf das Konto <b>SCHULUNGEN FIT FORSCHUNGSGRUPPE e.V.:</b> <b>Bank Austria (BLZ 12000), IBAN: AT791200000469001705</b> <b>BIC: BKAUATWW</b>
--

**Bei späterer Einzahlung bringen Sie bitte unbedingt den Zahlungsabschnitt mit.** Es erfolgt keine Übernahme der Unterbringungskosten. **Zoomer: bitte zusätzlich 10€/Tag ie 50€ bei gesamter Veranstaltung** berücksichtigen, als auch die Übermittlungszeit für Ihre Protokolle bis 30 min jeweils vor Beginn. Wir bitten Sie um Verständnis, dass, sollte bis kurz vor der Schulung Ihre Einzahlung nicht erfolgen, wir bei zu wenig Teilnehmern gezwungen sein könnten, die Schulung abzusagen bzw. zu verschieben.

Je besser Sie schon vor der Schulung informiert sind, desto angenehmer wird die Schulung dann für die gesamte Gruppe sein. Wir freuen uns schon alle auf Ihr Kommen. Und: Ihr Protokoll ist sehr wichtig! Bitte ab nun Montag bis Donnerstag genau führen, gut? Das hilft!

Mit freundlichen Grüßen

Ihre

Ao.Univ.Prof.DDr. Kinga Howorka, MMSc, MPH, MBA  
Für die Forschungsgruppe  
Funktionelle Rehabilitation und Gruppenschulung e V  
Wien

