

## Lehrerfortbildung „Fit in Gesundheitsfragen“:

### Gesundheitsbewusstsein fördern, Krankheiten vorbeugen am Beispiel Diabetes

Helmholtz Zentrum München, Campus Neuherberg  
10.03.2020, 9:00 – 17:00 Uhr

Herzliche Einladung zur Fortbildung „**Gesundheitsbewusstsein fördern, Krankheiten vorbeugen am Beispiel Diabetes**“. Die Veranstaltung ist Teil des Projekts „Fit in Gesundheitsfragen“. Die Helmholtz Gemeinschaft fördert das Vorhaben mit dem Ziel, die Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern zu stärken.

Die Fortbildung richtet sich schwerpunktmäßig an Lehrkräfte der Sekundarstufe I und II aus den Bereichen Biologie/Naturwissenschaften, Ernährung/Gesundheit, Sozialwesen, Ethik, Sport; geeignet auch für fächerübergreifenden Unterricht und Vertretungsstunden.

Weltweit erkranken immer mehr Menschen an Diabetes, so auch in Deutschland. Auch Lehrkräfte sowie Kinder und Jugendliche sind mit dem Thema konfrontiert. Das Helmholtz Zentrum München hat daher wissenschaftlich fundierte und innovative Unterrichtsmaterialien entwickelt, mit denen Lehrkräfte Wissen zur chronischen Volkskrankheit Diabetes vermitteln können und damit die Gesundheitskompetenz von Schülerinnen und Schülern stärken. Projektpartner ist das Deutsche Krebsforschungszentrum in Heidelberg, welches Materialien rund um das Thema Krebs entwickelt.

Bei der ganztägigen Lehrerfortbildung werden Entstehungsmechanismen von Diabetes, Prävention durch Ernährung, Sport und Bewegung sowie praktische Lerneinheiten vorgestellt. Wissenschaftliche Vorträge zu aktuellen Forschungsergebnissen von Wissenschaftlern des Helmholtz Zentrums München sowie eine Campus- und Laborführung runden das Programm ab.

**Anmeldung:** bis 9. März 2020 über den [bayerischen Bildungsserver FIBS](#) unter der Lehrgangsnummer E916-0/20/2 oder direkt per E-Mail an das Helmholtz Zentrum München ([fit\\_in\\_gesundheitsfragen@helmholtz-muenchen.de](mailto:fit_in_gesundheitsfragen@helmholtz-muenchen.de))

**Programm:** siehe nächste Seite

**Lehrgangsort:** Helmholtz Zentrum München, Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt (GmbH), Ingolstädter Landstraße 1, D-85764 Neuherberg

**Lehrgangsleitung:** Birgit Siepmann, Helmholtz Zentrum München

**Hintergrundinformationen zum Projekt „Fit in Gesundheitsfragen“** unter <https://www.diabinfo.de/schule-und-bildung.html>

## Gesundheitsbewusstsein fördern, Krankheiten vorbeugen am Beispiel Diabetes, Programm

- 9:00 Uhr**      **Begrüßung und Vorstellung Helmholtz Zentrum München**
- 9:15 Uhr**      **Typ-1-Diabetes bei Kindern und Jugendlichen – Grundlagen sowie Neues aus Forschung und Praxis**
- Dr. Sandra Hummel, Helmholtz Zentrum München
- 10:00 Uhr**      **Das Projekt „Fit in Gesundheitsfragen“ – Wie lassen sich die Unterrichtsmaterialien / Inhalte im Unterricht einsetzen?**
- 10:30 Uhr**      **Lerneinheit 1: Diabetes mellitus – Was ist das eigentlich?**
- Gibt einen allgemeinen Überblick über die Krankheit Diabetes und eignet sich insbesondere zum Einstieg. Die Symptome der Erkrankung sind in einer Geschichte so aufbereitet, dass sie an die Lebenswelten der SuS anknüpfen. In einem kurzen Erklär-Video werden die Grundlagen zur Unterscheidung zwischen Typ-1- und Typ-2-Diabetes erläutert.
- 11:15 Uhr**      **Lerneinheit 2: Gesundheitsförderung durch Ernährung – Wie geht das im Alltag?**
- Beschäftigt sich mit der Frage, wie genau sich eine gesunde Ernährung dauerhaft in den persönlichen Alltag integrieren, und so das Risiko an Typ-2-Diabetes zu erkranken reduzieren lässt. Der Zusammenhang von soziologischen Faktoren der Ernährung im Kontext mit genussvollem Essen und Übergewicht werden außerdem diskutiert.
- 12:15 Uhr      Mittagspause
- 13:15 Uhr**      **Campus- und Laborführung**
- 14:00 Uhr**      **Typ-2-Diabetes und Adipositas – Grundlagen, Therapie und Neues aus der Forschung/ Forschung für maßgeschneiderte Therapien**
- PD Dr. Timo Müller, Helmholtz Zentrum München
- 14:45 Uhr**      **Lerneinheit 3: Sport & Bewegung – Was hat das mit Diabetes zu tun?**
- Vermittelt SuS die Bedeutung von Sport und Bewegung als vorbeugende Maßnahme gegen Diabetes und andere Krankheiten. Die Materialien bieten die Möglichkeit, das eigene Verhalten zu reflektieren und geben Motivationsimpulse. Darüber hinaus lernen die SuS, wie sie – auch unter Einsatz digitaler Medien – ihre Gesundheit fördern können.
- 16:00 Uhr**      **Überblick über weitere Lerneinheiten - Wie kann ich diese in den Unterricht integrieren?**
- 16:45 Uhr**      **Abschluss und Verabschiedung**