

IN HET VORIGE NUMMER VAN DIACHTUEEL RIEPEN WE JE OP EEN VERHAAL TE SCHRIJVEN WAARIN JIJ EN GLUCO; JOUW DIABETESVRIEND, SAMEN EEN AVONTUUR BELEVEN. WE ONTVINGEN VEEL SPANNENDE AVONTUREN EN HET WAS NIET MAKKELIJK DE ALLERBESTE TE SELECTEEREN. UITEINDELIJK VIEL ONZE KEUZE OP HET VERHAAL VAN ANNEKE POORTHUIS (10) UIT OLDENZAAL. LEES HIER HAAR AVONTUUR.

Gluco en Anneke

belanden in de snoepjesjungle



vertrekt!!!!', roept Gluco. 'Waar wachten we nog op, hup naar het vliegveld', zegt Anneke.

Eenmaal in het vliegtuig pakt Gluco Anneke. 'Ja', zegt Gluco waterdand. 'Jammer dat we dat niet mogen', zegt Anneke. 'Nou een paar snoepjes mag wel, als het maar niet te veel is.'

Nadat ze genoten hebben van een paar snoepjes stelt Gluco voor om naar het vliegtuig terug te gaan. Daar aangekomen vertrekt net het nieuwe vliegtuig. 'WAAAAAACHT', roepen Anneke en Gluco nog, maar het is te laat.

Naar een paar uur vliegen rommelt er iets in het vliegtuig. Ineens hoort Gluco een stem door de luidspreker: 'Passagiers, doe uw gordels om. Het vliegtuig gaat neerstorten!' Anneke zit muziek te luisteren en hoort niet wat de piloot zegt. 'Anneke, Anneke doe je gordel om want we storten neer', roept Gluco dringend. Anneke doet haar koptelefoon af en doet snel de gordel om. Gluco doet hetzelfde.

Hij ziet een plaatje van een mooi tropisch eiland en zegt: 'Daar wil ik heen... maar niet alleen.' 'Ik wil wel mee', hoort hij achter zich. Hij draait zich om en ziet een meisje. 'Hoi, ik heet Anneke', zegt ze. 'Ik heet Gluco', antwoordt onze diabetesvriend. 'Wanneer vertrekken we?', vraagt Gluco. Alle andere passagiers zeggen dat ze naar huis willen maar Gluco weet dat dat niet kan. 'Kom Anneke laten we een vliegtuig knalt neer. 'Waar zijn we?', vraagt Anneke voorzichtig. 'Ik weet het niet', zegt Gluco terwijl hij probeert op te staan. Anneke trekt Gluco overeind. 'Gaat het?', vraagt ze. 'Ja hoor', antwoordt Anneke. Als ze weer thuis zijn zegt Anneke: 'Ze stapten in de helikopter en vliegen Hoera! We zijn gered', roepen Anneke en van de Mediq Direct Diabètes. 'Hoera! Het gras van drop. Het is een helikopter op de Mediq Direct Diabètes. 'Hoera! We zijn gered', roepen Anneke en Gluco in koor.

Ze stapten in de helikopter en vliegen Hoera! We zijn gered', roepen Anneke en Gluco in koor.

Ze stapten in de helikopter en vliegen Hoera! We zijn gered', roepen Anneke en Gluco in koor.

Jaarlijks concert Diabètes Fonds in Naarden

Dit jaar spelen de vier heren van het New Classic Quartet op het jaarlijkse concert van het Diabètes Fonds op zaterdagavond 24 oktober 2009 in de Grote Kerk te Naarden. Het concert trekt ieder jaar veel vrijwilligers (collecutanten), donateurs van het Diabètes Fonds en veel andere belangstellenden.

Het concert wordt mogelijk gemaakt door de vele adverteerders en giften. Kaarten zijn te koop à € 15,- via www.concertdiabetesfonds.nl. Voor meer informatie kunt u bellen naar (035) 691 40 61.



KORT

Diabetes, een rugzak voor het leven

Dit najaar verschijnt het boek "Diabetes, een rugzak voor het leven" van Jacqueline Putker. Putker is diabetesverpleegkundige en werkt dit jaar 25 jaar in de diabeteszorg. Het boek gaat niet over medicijnen of het controleren van je glucosewaarden, maar over de psychologische problemen waarmee mensen met diabetes kampen. Volgens Putker zijn er maar weinig ziektes waarbij zo veel van de mensen zelf wordt verwacht. Dit boek zal voor veel mensen met diabetes een herkenning en erkenning zijn. Putker is naast diabetesverpleegkundige, auteur en columnist van het tijdschrift Diabètes & Leven. Het boek kost € 16,50 en wordt uitgegeven door Bohn Stafleu van Loghum. Voor meer informatie ga naar: www.bslnl.nl. ISBN 9789031374236



Als afvallen niet lukt



Het boek "Andere gezonde voeding" is geschreven door diëtist en diabetesverpleegkundige Harriet Verkoelen. In haar boek pleit ze voor een andere verhouding tussen de eiwitten, vetten en koolhydraten in onze voeding. Volgens haar kunnen mensen met diabetes type 2 baat hebben bij een koolhydraatbeperkt dieet. Het boek is vooral een hulpmiddel voor mensen met diabetes type 2 die insulineresistent zijn en bij wie het maar niet lukt om af te vallen. In haar boek legt Verkoelen haar theorie uit. Daarnaast bevat het boek talrijke koolhydraatarme recepten en overzichten met dag- en weekmenu's. LET OP: met haar adviezen wijkt Verkoelen af van de op wetenschappelijk onderzoek gebaseerde voedingsrichtlijnen van de Nederlandse Diabètes Federatie (NDF).

Meer informatie over het boek vindt u op www.anderegezondevoeding.nl. Het boek is verkrijgbaar in de boekhandel voor € 19,95. ISBN 978 90 313 6269 1.

UITDAGING VOOR MENSEN MET DIABETES TYPE 2



Met diabetes type 2 de top beklimmen van de 4167 meter hoge Jbel Toukal in het Marokkaanse Atlasgebirge. Dat is het doel van de Atlas Challenge 2010. In navolging van de succesvolle Klimanjaro Challenge 2008 organiseert de Bas van de Goor Foundation in samenwerking met Novo Nordisk deze uitdaging voor mensen met diabetes type 2. Tijdens de beklimming van de hoogste berg van Noord-Afrika begeleidt een team van medische experts de twaalf klimmers met diabetes type 2. Daarnaast voert het begeleidingsteam verschillende wetenschappelijke onderzoeken uit naar de invloed van beweging op het leven van mensen met diabetes type 2.

Meer weten? Neem een kijkje op www.changingdiabetes.nl/atlas

