Therapie Aktiv
DIABETES IM GRIFF

Gut betreut

bei Diabetes mellitus Typ 2



Jetzt anmelden

Mehr Wissen über Diabetes
dank Diabetes-Schulung

Weitere kostenlose Angebote:
Leichter leben, Jackpot.fit, Nikotinfrei leben ...

Therapie Aktiv – Diabetes im Griff

Besser betreut bei Diabetes mellitus Typ 2

Typ-2-Diabetes ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die eine ganzheitliche und langfristige Betreuung erfordert. In Österreich leben rund 800.000 Menschen mit Diabetes, viele davon mit Diabetes mellitus Typ 2. Deshalb wurde das Betreuungs- und Therapieprogramm „Therapie Aktiv“ entwickelt: Es unterstützt Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 dabei, ihre Lebensqualität zu verbessern und Folgeerkrankungen vorzubeugen. Das Programm ist individuell abgestimmt und ganzheitlich gedacht. Es bietet Unterstützung im Alltag, erleichtert das Selbstmanagement der Erkrankung und trägt dazu bei, die langfristige Gesundheit nachhaltig zu stabilisieren.

Ihre Vorteile

Mit Ihrer Programmteilnahme haben Sie die Sicherheit einer regelmäßigen ärztlichen Betreuung:

- Jahreskontrollen und Untersuchungen auf Begleit- und Folgeerkrankungen
- Quartals-Checks und motivierende Gespräche
- Planung von Therapie- und Präventionsmaßnahmen
- Zielvereinbarung auf Basis der Untersuchungsergebnisse
- Infomaterial, Newsletter und Diabetes-Schulungen

Voraussetzungen für die Teilnahme

Wenn bei Ihnen Diabetes mellitus Typ 2 ärztlich diagnostiziert wurde, können Sie sich bei einer Therapie Aktiv Ärztin oder einem Therapie Aktiv Arzt anmelden. Teilnehmende Ordinationen in Ihrer Nähe finden Sie auf unserer Website.

Therapie Aktiv online besuchen

Auf unserer Website finden Sie neben Informationen rund um Diabetes und Therapie, auch Veranstaltungshinweise, Schulungstermine, Informationsvideos, teilnehmende Ärzt*innen sowie unser Bestellservice für Infomaterialien und das Diabetes-Handbuch. Folgen Sie uns auch auf Facebook für noch mehr Infos.



Weitere Informationen

Telefon: 05 0766 – 15 1785
E-Mail: office@therapie-aktiv.at

www.therapie-aktiv.at

Facebook

Mehr Wissen über die eigene Erkrankung

An Diabetes-Schulungen kostenlos teilnehmen

Die Diabetes-Schulung richtet sich an Menschen mit Typ-2-Diabetes und wird in kleinen Gruppen durchgeführt. In der Schulung erhalten die Teilnehmenden fundiertes Wissen zu Diabetes, Ernährung, Bewegung, Blutzuckermessung sowie zu Folge- und Spätkomplikationen. Ziel ist es, das Krankheitsverständnis und die Gesundheitskompetenz zu fördern, die Motivation zur aktiven Mitwirkung zu stärken und Sicherheit im selbstständigen Umgang mit der Erkrankung zu vermitteln. Ihre persönlichen Fragen haben hier ausreichend Platz.





Präsenz-Diabetes-Schulungen

In mehreren Gruppentreffen (Kleingruppen) werden vielfältige Inhalte rund um Diabetes mellitus Typ 2 vermittelt. Der Kurs erstreckt sich über mehrere Wochen und wird durch abgestimmte Schulungsunterlagen begleitet. Die Teilnahme ist kostenlos. Nach Abschluss der Schulung erhalten Sie ein **Schulungszertifikat**.

Kontakt

Telefon: 05 0766 – 15 1895
E-Mail: office@therapie-aktiv.at

Online-Diabetes-Schulungen

In drei Online-Gruppentreffen (à 90 Minuten) in Kleingruppen werden vielfältige Inhalte rund um Diabetes mellitus Typ 2 (ohne Insulintherapie) vermittelt. Der Kurs erstreckt sich über acht Wochen und wird durch wöchentliche E-Mails rund um das Thema Diabetes und Schulungsunterlagen begleitet. Die Teilnahme ist kostenlos. Nach Abschluss der Schulung erhalten Sie ein **Schulungszertifikat**.

Kontakt

Telefon: 05 0766 – 15 1895
E-Mail: schulung@therapie-aktiv.at

Schulungstermine und Veranstaltungen

Einfach online anmelden

Weitere hilfreiche **Angebote** und Informationen



ÖGK-Angebot Ernährungsberatung

Ein ausgewogenes Ess- und Trinkverhalten sind wichtige Voraussetzungen für die eigene Gesundheit. Ernährungsabhängige Erkrankungen und deren Verlauf können positiv beeinflusst oder sogar vermieden werden.
www.oegk.at/ernaehrung



ÖGK-Angebot Mentale Gesundheit

Gönnen Sie sich Glücksmomente. Atmen Sie durch. Fördern Sie Ihre Widerstandskraft. Gehen Sie gestärkt in den Tag. Wie das geht, zeigt Ihnen die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) und unterstützt Sie mit hilfreichen Tipps, Vorträgen, Videos, Broschüren und kostenlosen Webinaren.
www.oegk.at/mentalgesund



ÖGK-Angebot „Leichter leben“

„Leichter leben“ richtet sich an ÖGK-Versicherte mit Übergewicht, die abnehmen und erhöhte Zucker-, Blutdruck- oder Blutfettwerte verbessern möchten. Das Programm hilft, bewusster zu essen, aktiver zu leben und Gewohnheiten zu verändern.
www.oegk.at/leichterleben

Mehr bewegen mit Jackpot.fit

Jackpot.fit ist für Sportanfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen im Alter von 35 bis 65 Jahren, die sich mehr bewegen möchten. Die Einheiten dauern mindestens 60 Minuten und beinhalten Kraft-, Ausdauer- und Motivationstraining. Das erste Semester ist kostenlos besuchbar.
www.jackpot.fit



Nikotinfrei leben

Sie sind unzufrieden mit Ihrem Rauchverhalten? Sie möchten nikotinfrei werden? Nehmen Sie es selbst in die Hand und starten in ein nikotinfreies Leben! Mit Hilfe gelingt es leichter. Werden Sie aktiv und wählen Sie aus unseren Angeboten.
www.oegk.at/nikotinfrei

Therapie Aktiv
DIABETES IM GRIFF

Für wen ist das Programm?

„Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ ist ein Betreuungsprogramm für Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2.

Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Kontakt

office@therapie-aktiv.at
www.therapie-aktiv.at

Meine ÖGK-App

QR-Code scannen und
Meine ÖGK-App herunterladen

IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:
Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), Wienerbergstraße 15 – 19, 1100 Wien
www.oegk.at/impressum

Redaktion: ÖGK Landesstelle Steiermark, Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz

Titelfoto: © Elena Yakobchuk – Shutterstock
Fotos: © Stock-Asso, fizkes, Africa Studio – Shutterstock; Rawpixel.com – AdobeStock; Lukas Müller, ÖGK

Hersteller: VENDO Kommunikation + Druck GmbH | vendo.at

Druck 2026