

# DIABETES EINFACH ADIPOSITAS ERKLÄRT SCHULUNG



**Barbara`s Schaltungsschatzkiste geht auf!**

**Schulungsthema: Otto – der Mann für alle Fälle**

Otto ist mehr als nur eine Schulungsfigur – er ist ein treuer Begleiter auf dem Weg durch die Welt des Diabetes. Mit ihm wird Lernen greifbar, verständlich und manchmal sogar ein bisschen leichter.

Er zeigt uns, was im Körper passiert, wo wichtige Organe liegen und wie alles miteinander zusammenhängt. Mit Otto sehen wir, wie die Verdauung funktioniert, wo Medikamente wirken und warum der Blutzucker manchmal aus dem Gleichgewicht gerät.

Doch Otto kann noch mehr:

Er hilft uns, unseren eigenen Körper besser zu verstehen. Er macht sichtbar, was sonst verborgen bleibt – und nimmt damit ein Stück Unsicherheit und Angst.

Otto ist geduldig, ehrlich und immer an unserer Seite.

Ein „Mann für alle Fälle“, der uns zeigt:

Wissen gibt Sicherheit.

Verstehen gibt Kraft.

Und jeder Schritt zählt.

Mit Otto lernen wir nicht nur den Körper kennen – sondern auch, besser auf uns selbst zu achten.

## 1. Organe & Funktionen

Otto zeigt anschaulich, wo die wichtigsten Organe im Körper liegen und welche Aufgaben sie haben. So wird verständlich, wie Herz, Leber, Magen und Bauchspeicheldrüse zusammenarbeiten.

## 2. Wirkung von Blutzuckermedikamenten

Anhand von Otto wird sichtbar, an welchen Stellen im Körper Medikamente wirken und wie sie den Blutzucker beeinflussen können.

## 3. Verdauung

Otto erklärt den Weg der Nahrung durch den Körper – vom Mund bis zum Darm – und zeigt, wie daraus Energie entsteht und der Blutzucker ansteigt.



**EINFACH ERKLÄRT**



YouTube

**DIABETES EINFACH ERKLÄRT**



Spotify



Podigee

**ADIPOSITAS EINFACH ERKLÄRT**



Spotify



Podigee

Alles auf einen Blick: [diabetes-adipositas-einfach-erklaert.de](https://diabetes-adipositas-einfach-erklaert.de)

# DIABETES EINFACH ADIPOSITAS ERKLÄRT SCHULUNG

## 4. Folgeerkrankungen bei Diabetes

Mit Otto wird deutlich, wo im Körper langfristige Schäden entstehen können, wenn der Blutzucker nicht gut eingestellt ist.

### Lernziel

Die Teilnehmenden:

- verstehen den Aufbau und die Funktion wichtiger Organe
- erkennen Zusammenhänge zwischen Verdauung, Blutzucker und Medikamenten
- entwickeln ein Bewusstsein für mögliche Folgeerkrankungen
- stärken ihre Eigenverantwortung im Umgang mit Diabetes

### Material

- Schulungsfigur „Otto“ filz
- ggf. Organe- Filz-Kärtchen / Beschriftungen
- Flipchart oder Tafel
- ggf. Marker / Klebepunkte, Magnete



### Anwendung

- Vorstellung der Figur „Otto“ in der Gruppe
- Gemeinsames Erarbeiten der Organe (zeigen, benennen, erklären)
- Interaktive Fragen an die Teilnehmenden („Wo wirkt das Medikament?“)
- Visualisierung der Verdauung am Modell
- Austausch zu eigenen Erfahrungen der Teilnehmenden
- Abschluss mit Zusammenfassung und Rückfragen



EINFACH ERKLÄRT



YouTube

DIABETES EINFACH ERKLÄRT



Spotify



Podigee

ADIPOSITAS EINFACH ERKLÄRT



Spotify



Podigee

Alles auf einen Blick: [diabetes-adipositas-einfach-erklart.de](https://diabetes-adipositas-einfach-erklart.de)