

Übersicht – Schulung «Diabetes in der Sozialen Arbeit» (3 Stunden)

Zielgruppen

Sozialpädagogen in Kita/Hort • Jugendarbeit/Jugendhilfe/Kinderheime • Behindertenhilfe

Lernziele

- Wissen: Grundverständnis von Diabetes (Typen, Hypo-/Hyperglykämie), Einflussfaktoren und Risiken im Alltag sozialer Einrichtungen.
- Können: Frühzeichen erkennen, angemessen reagieren, Alltag strukturieren (Mahlzeiten, Aktivität, Ausflüge), Notfallabläufe anstoßen.
- Haltung: Ressourcenorientiert, entstigmatisierend, selbstbestärkend und datenschutzsensibel begleiten.

Agenda (180 Minuten)

Zeit	Thema	Methode
0–10	Begrüßung, Ziele, Erwartungsabfrage	Impuls, Kartenabfrage
10–40	1) Einführung: Was ist Diabetes? Auswirkungen & Herausforderungen	Kurzinput, Bildkarten
40–75	2) Ernährung & Diabetes	Mini-Input, Etiketten-Übung
75–90	3) Verhalten & Diabetes	Fallarbeit/Rollenspiel
90–100	Pause	—
100–135	4) Rolle der Fachpersonen	Gruppenarbeit, Leitfaden
135–160	5) Technische Hilfsmittel	Hands-on-Demo/Stationslernen
160–180	6) Fragerunde & Bedarfserhebung, Transfer	Q&A, Next-steps-Canvas

1) Einführung: Was ist Diabetes? Auswirkungen & Herausforderungen

- Diabetes-Typen (Typ 1, Typ 2, seltenere Formen) – alltagsrelevante Unterschiede für Betreuung/Setting.
- Grundbegriffe: Blutzucker/Glukose, Insulin, HbA1c, Hypo-/Hyperglykämie – typische Anzeichen erkennen.
- Auswirkungen in sozialen Kontexten: Tagesstruktur, Teilhabe, Schule/Betreuung, Ausflüge, Sport, Schlaf.
- Herausforderungen: Stigma, Angst vor Fehlern, Verantwortungsdiffusion, Kommunikationslücken mit Eltern/Ärzt:innen.

Leitfragen:

- Woran erkenne ich eine Unter-/Überzuckerung im Alltag?
- Welche Informationen brauche ich zu Beginn (Notfallplan, Kontaktlisten, Einverständnisse)?

Praxis: Kurztest „Symptome ordnen“, Mini-Poster „Warnzeichen“.

2) Ernährung & Diabetes

- Grundlagen: Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Fette/Proteine – Wirkung auf den Blutzucker.
- Mahlzeitenrhythmus & Snacks in Kita/Jugendeinrichtung; Trinkpausen; Geburtstage/Feste.
- Etiketten lesen (Zucker/Kohlenhydrate), praktische Portionierung, Alternativen bei picky eating.
- Sport/Bewegung: Vorbereitung und Nachsorge (z. B. Zusatz-Snack nach individuellem Plan).

Leitfragen:

- Wie planen wir Alltagsmahlzeiten, ohne zu stigmatisieren?
- Welche Absprachen brauchen Küche, Gruppenleitung und Eltern?

Praxis: Etiketten-Check mit realen Verpackungen, Menüplanung für einen Ausflugstag.

3) Verhalten & Diabetes

- Routinen aufbauen: Messzeiten, Dokumentation, Erinnerungen; Selbstwirksamkeit fördern.
- Umgang mit Widerstand/Stress: niedrigschwellige Interventionen, Coping-Strategien, Peer-Unterstützung.
- Psychosoziale Aspekte: Scham, Mobbing, Körperbild, Übergänge (z. B. Schule → Lehrstelle).

- Ausflüge/Ferienangebote: Risikoanalyse, Material-Check, Verantwortlichkeiten.

Leitfragen:

- Welche Verhaltenssignale deuten auf Hypo/Hyper hin?
- Wie vereinbaren wir Autonomie mit Sicherheit?

Praxis: Rollenspiel „Unterzuckerung in der Gruppe“ mit Debriefing.

4) Rolle der Fachpersonen

- Aufgaben & Grenzen: Sorgfaltspflicht, Delegationsregeln, Einwilligungen, Datenschutz (Gesundheitsdaten).
- Zusammenarbeit: Eltern/Erziehungsberechtigte, Ärzt:innen/Diabetesberatung, Schule, Spitex/Heilpädagogik.
- Notfallmanagement: Zuständigkeiten, Erreichbarkeit, Dokumentation, Nachsorgegespräch.
- Inklusion & Teilhabe: angemessene Vorkehrungen, individuelle Pläne, barrierearme Kommunikation.

Leitfragen:

- Welche Aufgaben darf/soll ich übernehmen – was braucht ärztliche Anordnung/Schulung?
- Wie sichern wir Qualität (Checklisten, Doppelsignatur, Übergaben)?

Praxis: Erstellen eines Einrichtungs-Leitfadens (1-Seiter) für den eigenen Standort.

5) Technische Hilfsmittel

- Messgeräte: Blutzuckermessgerät, Sensor/CGM, typische Alarme und was sie bedeuten.
- Insulin: Pens, Patch-/Pumpensysteme (Überblick, Handhabung im Alltag, Verantwortungsfragen).
- Hypo-Set/Notfallbox: Traubenzucker/Glukosegel, Glukagon (nasal/Injection) – gemäß individuellem Notfallplan.
- Logistik: Ersatzmaterial, Batterien/Ladung, Entsorgung von Nadeln (Sharps-Box).

Praxis:

Stationslernen mit Demo-Geräten/Mock-ups; Alarm-Szenarien durchspielen.

6) Fragerunde & Bedarfserhebung

- Sammeln praktischer Fragen aus Kita/Jugend/Behindertenhilfe.
- Bedarfsklärung für Einrichtung: Wer braucht welche Schulung/Ermächtigung? Welche Standards fehlen?
- Next Steps: Verantwortlichkeiten, Terminplanung, Materialliste.

Tool: Kurz-Canvas „Nächste Schritte“ (1 Seite).

Zielgruppenspezifische Adaptionen

Kita/Kindergarten

- Visuelle Unterstützung, Rituale, frühe Zeichen (Auffälligkeit/Schläfrigkeit), Snack-Management, Elternkommunikation.
- Einverständnisse/Notfallplan gut sichtbar (zugangsbeschränkt), Vertretungsregelungen.

Jugendarbeit/Jugendhilfe/Kinderheime

- Selbstständigkeit und Datenschutz balancieren, Ausgeh-/Sport-Situationen, Übernachtungen, digitale Geräte/Alarmer.
- Sensible Themen: Partys/Alkohol, Schichtdienst-Übergaben, Peer-Education.

Behindertenhilfe

- Leichte Sprache/Bildkarten, Schritt-für-Schritt-Pläne, feste Zuständigkeiten, Schulung des Teams.
- Zusammenarbeit mit Pflege/Fachärzt:innen, Beistandschaft/Angehörige einbeziehen.

Notfallablauf – Unterzuckerung (Kurzposter)

- Warnzeichen prüfen (z. B. Zittern, Schwitzen, Verwirrtheit, plötzliche Müdigkeit).
- Wenn möglich messen; bei Verdacht und Ansprechbarkeit: schnell wirksame Kohlenhydrate gemäß individuellem Plan geben; nach ~15 Min prüfen.
- Bei Bewusstlosigkeit/Krämpfen: stabile Seitenlage, Notruf 144 (CH), nach Plan Glukagon anwenden (nur wenn geschult), auf Rettung warten.
- Dokumentieren und Eltern/Angehörige/ärztliches Team informieren; Nachbesprechung im Team.

Hinweis: Schulung ersetzt keine medizinische Beratung; individuelle Therapiepläne haben Vorrang.

Materialien & Vorlagen (im Paket enthalten)

- 1-Seiter Warnzeichen Hypo/Hyper (Aushang)
- Checkliste Ausflug/Camp (Material & Verantwortlichkeiten)
- Leitfaden „Rolle der Fachpersonen“ (Delegation/Dokumentation)
- Next-steps-Canvas für Bedarfserhebung (Q&A)

Evaluation & Transfer

- Vorher/Nachher-Selbstcheck (5 Items Wissen/Kompetenz/Zuversicht).
- 90-Tage-Check: Umsetzung von 3 vereinbarten Maßnahmen (optional).

Stand: 12.11.2025 – Anpassungen für Ihre Einrichtung möglich.