

1/2026

campfire^D

Magazin für junge Menschen mit Diabetes



Sternstunden für mehr Lebensqualität



20 Jahre Camp D
Vielfältig. Bunt. Informativ.



Hindernislauf zu Camp D 2006



Wer Camp D kennt, kennt Christina Maruhn. Seit der ersten Stunde organisiert und betreut sie das Event – mit bewundernswerter Ruhe und vor allem mit Herzblut. Zum Jubiläum gewährt sie Einblicke hinter die Kulissen und erzählt von den teils kuriosen Hürden, die Camp D überwinden musste.



Das Feuer von Camp D wird immer wieder neu entfacht: feierlicher Rahmen mit allen Beteiligten zur Eröffnung eines Zeltcamps.

Camp D – die einzigartige Diabetes-Community

Hürde 1: Ich

Das erste Hindernis war – ich selbst! Als mein Chef mit der Idee für ein Zeltcamp für 1.000 junge Leute mit Typ 1 Diabetes ankam, war ich wenig begeistert. Zum Glück blieb er hartnäckig. Mit der Zeit sprang der Funke über – und das Feuer brennt auch 20 Jahre später noch so hell wie damals.

Hürde 2: Beton

Auf unsere bundesweite Ausschreibung gab es eine einzige Rückmeldung: ein Gelände im Dreiländereck am Bodensee. Die Lage war perfekt, alles schien zu passen: ein Krankenhaus mit Diabetesstation, ein Hotel in der Nähe, Platz für Sport und große Zelte. Wir waren begeistert – bis wir zu dem Platz kamen, der für die Zeltstadt vorgesehen war: ein betoniertes Freigelände mitten im Gewerbegebiet. Hier konnte Camp D nicht stattfinden.

Hürde 3: Cowboys

Wir hatten die Camp-Idee schon fast begraben, als eine Nachricht von einem gewissen Michael Andresen aus Bad Segeberg eintraf: die Rennkoppel. Zusammen mit meiner Kollegin Silvia fuhr ich hin – wir waren begeistert. Doch unser Chef stellte sich quer: „Bad Segeberg? Auf keinen Fall! Da ist irgendetwas mit Cowboys und Winnetou, das brauche ich nicht.“ Jetzt war ich die Hartnäckige. Ich überredete ihn, sich das Gelände anzusehen. Nach der Besichtigung kam er in mein Büro, schloss die Tür und sagte: „Wir machen das Camp!“.

Hürde 4: die Geschäftsführung

Doch zuerst musste die Geschäftsführung zustimmen. Unser Camp-Konzept fiel krachend durch: „So viele junge Leute auf einem Haufen – was da alles passieren kann! Nein. Nein. NEIN!“ Wir packten unsere Unterlagen zusammen, nickten uns vor der Tür zu und wussten: Das war nicht das letzte Wort. Aufgeben ist keine Option. Wir überarbeiteten das Konzept und präsentierten es ein halbes Jahr später erneut. Diesmal: Zustimmung! Camp D konnte starten!

Hürde 5: Bürgerdemo gegen Camp D

Mitten in den Vorbereitungen kam die nächste Überraschung: In Bad Segeberg formierte sich Widerstand gegen Camp D. Die Bad Segeberger fürchteten um die Fledermäuse, die über dem Gelände jagen. Der Kompromiss: kein offenes Feuer beim Camp.

Der Weg zu Camp D war frei!

Camp D ist Europas größtes Informationscamp für junge Menschen zwischen 16 und 25 Jahren, die mit Diabetes leben. An vier Tagen finden sie in lockerer Atmosphäre Freiraum zum Austausch untereinander. Erfahrene Diabetolog:innen, Psycholog:innen und Diabetesberater:innen nehmen sich Zeit für individuelle Gespräche auf Augenhöhe.

Workshops und ein vielfältiges Sportangebot ermöglichen neue Erfahrungen in geschütztem Rahmen. Camp D wird seit 2006 von Novo Nordisk veranstaltet und fand bereits sechsmal in Bad Segeberg statt, zuletzt im Sommer 2022. Jedes Camp D stand unter einem Motto, das die vielfältigen Aspekte des Lebens mit Typ 1 Diabetes widerspiegelt.

campd.info



- 2006 „Lebe dein Leben!“
- 2008 „My Camp D“
- 2011 „Gemeinsam Diabetes verändern“
- 2014 „Die Zukunft gehört mir!“
- 2018 „Colour your life“
- 2022 „Echt gut!“



Die Teilnehmer:innen bildeten 2008 einen großen Kreis als Symbol für die starke Verbundenheit der Diabetes-Community.



Jedes Camp D zeichnet sich durch eine gemeinsame Aktivität aus, die alle Teilnehmer:innen verbindet, wie z. B. der Fackelstaffellauf, das Holi Powder Event oder der Camp D Flashmob.

400

Bei einem Camp D werden rund 400 Zelte für Teilnehmer:innen und Betreuer:innen zum Übernachten aufgebaut.

Stories, Zahlen und Fakten rund um Camp D

Anmeldung mit Postkarten – und viel Bastelarbeit

2006, beim ersten Camp D, steckte die Digitalisierung noch in den Kinderschuhen. Wer teilnehmen wollte, schickte eine Postkarte. Die Daten mussten anschließend per Hand in Listen übertragen werden. Die Zeltbelegung organisierten wir mit Schere und Klebstoff: Wir schnitten die Namen der Teilnehmenden aus einer Liste aus und schoben sie auf dem Zeltplan hin und her, bis alles passte.

Wir brauchen 1.000 Kondome

Christina Maruhn erinnert sich: „Auf dem Weg nach Bad Segeberg zum ersten Camp D bog mein Chef kurz vor dem Ziel von der Autobahn ab. ‚Ich muss noch schnell in die Apotheke‘, sagte er. Nichtsahnend folgte ich ihm ins Geschäft. Hinter dem Tresen stand eine eher konservativ gekleidete Apothekerin. ‚Ich brauche 1.000 Kondome‘, verkündete mein Chef, als wäre dies das Normalste der Welt. Die Apothekerin wurde blass, ihr Gesicht werde ich nie vergessen. Doch die 1.000 Kondome waren vorrätig. Unser Notarztteam nahm sie in Empfang und gab sie auf Nachfrage aus.“

Beachvolleyball auf einem Dressurplatz

Das Beachvolleyballturnier am Sporttag ist eines der vielen Highlights bei Camp D. Wusstet ihr, dass das Spielfeld normalerweise ein Dressurplatz für Pferde ist, der sogenannter Pagelplatz? Dressurpferde jedoch haben so ihre Ansprüche. Sie geben sich nicht wie die „Wald-und-Wiesen“-Pferde mit einer einfachen Koppel zufrieden.

Für Camp D heißt das: Mit einem Bagger muss der Boden des Pagelplatzes abgetragen und extra gelagert, um nach dem Camp wieder aufgebracht zu werden. Dienstags rollen dann 23 Lkw mit 328 Tonnen dreifach gewaschenem Sand an, der auf dem Pagelplatz verteilt wird – bereit fürs Beachvolleyballturnier!

Nach Camp D muss der Pagelplatz wiederhergestellt werden. Die Abnahme des Pagelplatzes ist höchst anspruchsvoll und findet mithilfe eines Dressurpferdes statt. Es prüft, ob der Untergrund annehmbar ist. Geruch und Beschaffenheit des Bodens müssen dem Dressurpferd zusagen. Erst wenn das Pferd ohne zu scheuen mit allen vier Füßen auf dem wiederhergestellten Dressurplatz steht, haben wir es geschafft. Weil wir nach Camp D keine Verwendung oder Lagermöglichkeit für 328 Tonnen Sand haben, wird er Kindergärten, Spielplätzen und Schulen in und um Bad Segeberg gespendet.



„Mich begeistert immer wieder, wie sich die Situation der Teilnehmer:innen zu Beginn und am Ende eines jeden Camps in Bezug auf Wissen, Selbstwirksamkeit, Sozialisierung und Fröhlichkeit verändert – samt der Traurigkeit am Ende, dass alles so schnell vorbei war!“

Prof. Dr. med. Rüdiger Landgraf, Med. Klinik Innenstadt – Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München, war ab dem ersten Mal als Betreuer, Dozent, Sportbegleiter, Tröster und Teamarbeiter mit dabei.



2.800

Insgesamt rund 2.800 junge Menschen mit Diabetes aus Deutschland, Österreich und der Schweiz haben an unseren 4-tägigen Informationscamps mit Sportprogramm teilgenommen.

750

Rund 750 Betreuer:innen (Diabetesberater:innen, Diabetolog:innen, Pädiater:innen, Psycholog:innen, Lehrer:innen, Erzieher:innen und Mitarbeiter:innen von Novo Nordisk und unseren Sponsoren) haben das Camp unterstützt.

38

Seit 2008 ist die Campfire bereits 38-mal erschienen. Das Bild oben zeigt die Ausgabe, die Camp D 2022 angekündigt hat. Diese und weitere Ausgaben findet ihr hier als PDF zum Herunterladen: campd.info/campfire-archiv.html



Sport spielt von Anfang an eine Hauptrolle

Im ersten Camp D 2006 hatte das medizinische Notfallteam am Sporttag alle Hände voll zu tun. Im Nachgang beschäftigte uns die Frage: Wie können wir Teilnehmende, die wenig Erfahrung mit Sport haben, noch besser vorbereiten? Ulrike Thurm entwickelte daraufhin ein klares Sport-Briefing für Betreuer:innen und Teilnehmer:innen – seitdem läuft's rund am Sporttag!



„Es ist für mich immer wieder aufs Neue berührend, die Freude der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu sehen, sich auszutauschen und Diabetes als komplett normal zu erleben. Diabetesschulung wurde einfach im Camp D Alltag gelebt. Der Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmenden vor Ort ist immer wieder spannend, bereichernd und inspirierend. Mit einem guten Team kann man ALLES schaffen!“

Ulrike Thurm, Diabetesberaterin DDG und Camp-Legende. Ulrike war bei allen Camps dabei – als Workshopreferentin und Spielerin/Betreuerin beim Fußballturnier. Sie betreut beim Hasso-Plattner-Institut in Potsdam Profisportler:innen mit Typ 1 Diabetes und hat die IDAA Deutschland – Vereinigung diabetischer Sportler gegründet.

Die Revolution am Arm – wie Technik (auch) Camp D verändert hat

Wahnsinn, wie sich die Diabetestherapie seit dem ersten Camp D gewandelt hat! Nicht nur moderne Insuline, die dem körpereigenen Insulin immer ähnlicher werden, sondern vor allem die technischen Innovationen haben die Lebensqualität spürbar verbessert. Ulrike Thurm und Anja Renfordt waren beide bei allen sechs Camp D in Bad Segeberg dabei und erinnern sich, was sich seither in Therapie und Management ihres Diabetes verändert hat.

„Bei den ersten Camp D gab es weder CGM-Systeme noch Blutketon-Messgeräte – oder sie waren Raritäten; die Teilnehmer:innen haben alle noch blutig gemessen“, erinnert sich Ulrike Thurm. Etwa ab dem dritten Camp D (2011) kamen die ersten Glucosesensoren ins Spiel. „Vor allem für uns Sportler:innen mit Typ 1 Diabetes waren CGM-Systeme eine Revolution“, erzählt Anja Renfordt und Ulrike ergänzt: „Weil das System auch die Glucosetendenz vorhersagt, gewinnen wir Typ 1er enorm an Freiheit zurück – nicht nur im Sport.“

CGM-Systeme warnen vor einer Hypoglykämie, bevor sie eintritt. Gerade beim Sport, wo der Glucosewert selbst bei trainierten Athlet:innen schnell abfallen kann, ist das ein entscheidender Vorteil.

„Für viele Teilnehmer:innen bedeutet allein das Campleben eine gewaltige Umstellung“, erklärt Ulrike Thurm. „Sie sind den ganzen Tag draußen und bewegen sich viel mehr. Schon die Wege zu den Sanitäranlagen, zum Hauptzelt für die Mahlzeiten, wieder zurück ins Zelt, rüber ins Hotel zu einem Workshop und wieder quer über das Gelände... das summiert sich zu einigen Kilometern am Tag.“

Dazu kommen emotionale Faktoren: Wiedersehensfreude, Neugier, aber auch mitgebrachte Sorgen. All das beeinflusst den Blutzuckerlauf. Die neuen Systeme erleichtern es, extreme Glucoseschwankungen abzufangen. Auch bei Camp D zeigt sich der technische Fortschritt im Diabetesmanagement. „Beim letzten Camp D 2022 gab es kaum Teilnehmer:innen ohne Sensor“, erinnern sich Ulrike Thurm und Anja Renfordt.



Digital verbunden

Die zweite große technische Revolution ist die Digitalisierung. Wer kann sich heute noch ein Leben ohne Smartphone, Internet und WhatsApp vorstellen? Beim ersten Camp D 2006 steckten die sozialen Medien noch in den Kinderschuhen. Das erste echte Smartphone sollte erst ein Jahr später unsere Kommunikation revolutionieren. „Jugendliche mit Typ 1 Diabetes kannten damals kaum Gleichaltrige in derselben Situation. Für viele war Camp D die erste Gelegenheit, andere Typ 1er zu treffen und in einer großen Gemeinschaft Normalität zu erleben“, erklärt Ulrike Thurm.

Damals tauschte man Adressen und Telefonnummern aus und verabedete sich zu Wochenenden. „Heute ist es viel einfacher, über Messengerdienste und Social Media in Kontakt zu bleiben“, meint Anja Renfordt. Diese Plattformen schaffen eine neue Verbundenheit. „Es gibt inzwischen eine große Online-Community, die jungen Menschen mit Typ 1 Diabetes den Austausch erleichtert. Sie können Fragen stellen und Angebote wie Familienfreizeiten oder spezielle Diabetesreisen im Internet finden“.

Sind Veranstaltungen wie Camp D deshalb überflüssig geworden? „Auf keinen Fall“, betont Ulrike Thurm. „Die Begegnung im echten Leben kann durch kein noch so schickes Onlineangebot ersetzt werden.“

Darauf kommt es an beim Sport

Messen, messen, messen – lieber einmal zu viel als zu wenig. Spitzensportler:innen prüfen ihre Werte sieben- bis achtmal täglich, in Wettkampfzeiten sogar noch häufiger. Mit dem CGM geht das inzwischen viel einfacher: Es liefert euch 288 Messungen pro Tag inklusive einer Prognose über den Verlauf des Blutzuckerspiegels.

Riki Breitschwerdt führte für uns die Interviews mit Ulrike Thurm und Anja Renfordt.

Dirk übernimmt jedes Mal die Leitung beim Beachvolleyballturnier und hat großen Spaß am Geschehen auf dem Sandplatz, das er bis ins Finale mit Megafon, Stoppuhr und Ergebnistafel begleitet.





„Camp D hat mich jedes Mal ermutigt, weiterzumachen: jungen Menschen mit Diabetes meine Geschichte zu erzählen, sie zu motivieren, ihre Ängste zu nehmen und ihnen neue Hoffnung zu geben.“

Anja Renfordt ist ehemalige Leistungssportlerin und mehrfache Europa- und Weltmeisterin im Kickboxen. Anja ist bei Camp D eine feste Größe und hat beim Kickboxen schon mehrfach für Muskelkater gesorgt.



Unsere Vorbilder: Sportler:innen mit Diabetes

Camp D bringt euch mit Profi- und Leistungssportler:innen zusammen, die mit Diabetes Höchstleistungen erbringen. Ihr habt viel Gelegenheit zum Nachfragen, wie sie ihren Diabetes regeln und gleichzeitig bei Wettkämpfen ihr Bestes geben.

Das inspiriert, eigene Ziele zu setzen und dranzubleiben. Die Liste der Leistungssportler ist lang, die in den vergangenen 20 Jahren bei Camp D ihre Erfahrungen geteilt und am Sporttag die Teilnehmenden für ihre Sportart begeistert haben. Einige wollten auch einfach nur als Gast vorbeischaun und sich mit den Teilnehmer:innen austauschen.

Über 20 verschiedene Sportarten

Bei Camp D standen bisher über 20 verschiedene Sportarten auf dem Programm. Dazu zählen unsere beliebten Klassiker, die bei jedem Camp D schnell ausgebucht waren, wie das Fußball- und Beachvolleyballturnier, das Kickboxen und das Radfahren.

Außerdem haben wir bei jedem Camp neue Sportarten ausprobiert, wie Bossaball, Breakdance, Feldhockey, Fußball, Geo-Caching, Hip-Hop-Dance, Jumping-Fitness, Klettern, Parkour, Selbstverteidigung, Slacklining, Speedminton, Stand-up-Paddling, Tricking, Ultimate Frisbee, Yoga und Zorbing.



Kochprofi Ole Plogstedt war schon oft bei Camp D und verrät den engagierten Hobbyköch:innen jedes Mal seine besten Geheimrezepte für eine gesunde und leckere Ernährung.



„Camp D – da denke ich sofort an die große Wiese, die vielen Teilnehmenden und die Zelte. Ein beeindruckendes Bild. Ich hatte vorher noch nie einen Hockeyworkshop auf einer Pferdekoppel gegeben, und das auch noch auf Sand. Die Bedingungen waren alles andere als ideal, aber wir haben gemeinsam einen großartigen Workshop auf die Beine gestellt. Zusammen macht alles mehr Spaß und wird einfacher! Bis heute habe ich Kontakt zu Leuten, die ich bei Camp D 2018 kennengelernt habe.“

Timur Oruz, Sportler mit Typ 1 Diabetes, spielte in der deutschen Hockeynationalmannschaft auf höchstem Niveau und errang die Bronzemedaille bei den Olympischen Spielen 2016 und den Weltmeistertitel 2023.



Mit dem Klapprad im Einsatz: Dr. Fendler (Mitte) leitete bei allen Camp D das medizinische Notfallteam, war immer schnell zur Stelle und traf auch in schwierigen Situationen die richtigen Entscheidungen.

200% Zusammenhalt

Krisenalarm bei Camp D 2011 am Ende des Sporttags: Übelkeit und Erbrechen breiten sich am Abend rasch aus. Über 100 Teilnehmer:innen erkranken. Das ganze Camp steht zusammen. Noch in der Nacht organisiert das Orga- und Notfallteam die Versorgung der Betroffenen. Am Morgen helfen alle mit, die Rucksäcke der Erkrankten zu packen. Wenige Tage später klärt das Gesundheitsamt die Ursache: Norovirus. Glücklicherweise gab es keine schweren Krankheitsverläufe, fast alle Teilnehmenden konnten rasch zurück nach Hause.

Camp D hat mein Leben verändert!



„Ich war der zweite Noro-Patient im Camp. Erst im Nachhinein wird mir bewusst, was das Orgateam da geleistet hat. Für uns Kranke war immer jemand da, wir haben alles bekommen, was wir brauchten. Jeder hat angepackt und sich um die anderen gekümmert. Einen solchen Zusammenhalt habe ich nie wieder so erlebt.“

Benjamin Schulze hat Typ 1 Diabetes und war 2011 als Teilnehmer bei Camp D. Er arbeitet mittlerweile bei Novo Nordisk im Außendienst.

Benjamin, du warst bei den ersten drei Camp D dabei, das erste Mal mit sechzehn. Was hat das mit dir gemacht?

Camp D hat mein Leben verändert. Mit 12 bekam ich die Diagnose. Das war ein Schock. Ich kannte niemanden mit Typ 1 Diabetes und wurde in der Schule oft ausgegrenzt. Bei Camp D spürte ich zum ersten Mal: „Ich bin nicht allein mit meinen Problemen.“ Dieses Gefühl wirkt bis heute nach.

Kannst du das genauer beschreiben?

Bei Camp D habe ich mich sicher gefühlt. Als Kind hatte ich große Angst vor Unterzuckerungen. Hier waren immer Ärzt:innen und medizinisches Fachpersonal in meiner Nähe. Sie erkannten sofort, wenn sich eine Hypo anbahnte, und wussten, was zu tun war.

Am wichtigsten war für mich aber die Gemeinschaft. Alle müssen mit den gleichen Herausforderungen umgehen und das schafft eine wohlthuende Normalität. Ein Beispiel: Jemand fragte, ob ich Volleyball spielen möchte, während ich im Unterzucker war. Statt genervt zu reagieren, fragte er, ob alles ok sei und bot mir Traubenzucker oder Saft an. In der Schule hätte es geheißen: „Jetzt guckt er wieder so komisch.“

Eine prägende Erfahrung war auch, zum ersten Mal eine Hypo von außen zu sehen. Dadurch konnte ich besser verstehen, wie sich meine Eltern fühlen, wenn sie mich in so einer Situation erleben. Dazu kam der intensive Austausch mit Typ1ern in meinem Alter. Wir sprachen über alles, was uns beschäftigte. Ich erfuhr, wie andere mit bestimmten Situationen umgehen und hörte von Themen, die ich damals nicht auf dem Schirm hatte.



In den Workshops kann frei, ungehemmt und ohne jegliche Tabus über alle Themen geredet werden, die das Leben mit Diabetes betreffen.



Welche Themen waren das?

Sexualität zum Beispiel. Für einen 16-jährigen Typ 1er ein riesiges Thema mit vielen Fragen. Schon die Insulinpumpe wirft Fragen auf: Was mache ich damit? Ablegen oder dranlassen? Mit dem Arzt oder der Diabetesberaterin spricht man darüber nicht unbedingt – ich jedenfalls nicht. Bei Camp D gab es dazu einen Workshop. Unvergesslich bleibt für mich der Spruch des Workshopleiters: „Ihr habt einen Vorteil mit den Insulinpumpen – sie haben „Vibrationsalarm“. Alle lachten, die Stimmung war locker und wir konnten offen über doch intime Fragen sprechen.

Du bist heute Diabetesberater. Hatte Camp D auch deinen Berufsweg beeinflusst?

Ja, definitiv. Nach meinem zweiten Camp D wusste ich, dass ich einen medizinischen Beruf ergreifen möchte. Ich habe dort gemerkt, dass mich andere um Rat fragen und ich medizinische Dinge gut erklären kann. Schon vorher interessierte mich alles, was mit Diabetes zusammenhängt. Als Typ 1er hat man eine besondere Verbindung zu den Patient:innen und versteht besser, wenn der Alltag mit Diabetes nicht immer nach Lehrbuch läuft.

Inzwischen arbeite ich bei Novo Nordisk im Außendienst – auch das verdanke ich Camp D. Es bedeutet mir viel, dem Unternehmen etwas zurückzugeben, für das was ich bei den Camps für mich gewonnen habe: Selbstvertrauen und neue Lebensqualität.

Übrigens: Nach eurer Anfrage habe ich einen alten Camp D Kontakt angeschrieben. Die Antwort kam sofort: „Komm, lass uns treffen!“

Riki Breitschwerdt führte das Interview mit Benjamin.



Bei Camp D 2018 haben wir erstmals einzelne Workshops per Livestream übertragen. Das Datenvolumen von 81 Gigabyte entspricht rund 90 Stunden abgerufener Vortragszeit.

Über 8.000 Minuten geballtes Workshopwissen

Expert:innen aus Medizin und Psychologie teilten ihr Fachwissen mit den Teilnehmer:innen und beantworteten viele Fragen in persönlichen Gesprächen während des Camps. Zu den Themen gehörten: Sport, Beruf, Reisen, Sexualität, Kinderwunsch und Familienplanung, Schwangerschaft, Selbstmotivation, Diabetes digital, Diabetes und Feiern, Rechtsfragen, Infos und Tipps zum Behindertenausweis oder zu Diabeteshunden und vieles mehr!



Camp D ist gelebter Austausch. Ob in unseren Workshops, bei den Aktivitäten am Sporttag oder am Abend in der Zeltgruppe in entspannter Atmosphäre.



Jedes Camp D bereitet allen Beteiligten viel Freude, bildet Freundschaften, bereichert ihr Leben und bietet wertvolle Impulse für Alltag, Beruf und den persönlichen Lebensweg.



„In der Praxis bleibt oft keine Zeit für soziale Themen. Pro Patient:in habe ich im Quartal 15 Minuten, in denen es vor allem um Werte geht. Bei Camp D konnte ich mit den Teilnehmenden auf Augenhöhe sprechen. Dabei habe ich gelernt, dass es im Leben mit Diabetes um weit mehr geht als HbA_{1c}, Hypoglykämien oder BE-Berechnungen. Diese Erfahrung hat meine Arbeit als Diabetologe nachhaltig geprägt.“

Dr. med. Björn Paschen, Diabetologe aus Hamburg, war bei fast allen Camp D als Betreuer und Workshopreferent dabei

Camp D verbindet – ein Leben lang!

Andreas Bolliger, viermaliger Teilnehmer und zweimaliger Betreuer

„Wenn ich an Camp D denke, spüre ich sofort dieses Verbundenheitsgefühl, nicht alleine zu sein mit den Problemen durch den Diabetes. Es ist immer wieder fantastisch, andere Herangehensweisen an diese Probleme miteinander auszutauschen, Geschichten des Zuckerlebens zu hören und selber zu erzählen – ohne Vorurteile oder große Erklärungen. Es ist so toll, nichts Besonderes zu sein damit, sondern zu erfahren, wie es ist, wenn es das Normalste auf der Welt wäre, mit Diabetes zu leben und zu überleben.“

Richard Schlomann, zweimaliger Teilnehmer und Betreuer

„Aktiv werden hilft gegen Diabetes-Frust – das war mir schon als Teenager klar. Mit 17 gründete ich 2005 mit vier anderen jungen Typ 1ern das erste Internetportal für Diabetes-Teens, organisierte Diabetescamps und engagierte mich darüber hinaus in weiteren Diabetesinitiativen. Camp D war für mich eine super Gelegenheit, Menschen zu treffen, die ähnliche Sorgen, Gedanken und so vieles mehr mit mir teilen. Ich habe erfahren, dass ich nicht für den Diabetes lebe, sondern mit dem Diabetes.“

Wiebke Heicke, viermalige Teilnehmerin und zweimalige Betreuerin

„2005 entdeckte ich bei einem Termin beim Diabetologen einen Flyer für Camp D. Meine Abschlussfeier fiel auf dasselbe Wochenende wie das erste Camp D – doch ich habe bis heute nicht bereut, mich für das Camp und gegen die Feier entschieden zu haben. Dort fand ich nicht nur wertvolle Freunde, sondern auch eine Art Zuhause bei all den späteren Camp D Treffen. Die Mischung aus Austausch, Workshops, Vorträgen und dem Erleben von Diabetes im Sport ist die beste Möglichkeit, sich mit dieser chronischen Erkrankung und dem Leben in all seinen Facetten auseinanderzusetzen – besser als jede ‚staubige‘ Schulung in einer Praxis –, auch wenn ich solche Schulungen inzwischen selbst als Diabetesberaterin anbiete.“

Benjamin Schulze, dreimaliger Teilnehmer

„Auf einer DDG-Tagung treffe ich zufällig Matthias Steiner, den früheren Europa- und Weltmeister sowie Olympiasieger im Gewichtheben. Er hatte bei Camp D 2014 einen Workshop angeboten. Ich spreche ihn an: ‚Wir haben schon mal zusammen Volleyball gespielt.‘ Er reagiert sofort: ‚Ja, bei Camp D!‘ Es begeistert mich, dass Camp D Begegnungen mit prominenten Vorbildern wie Matthias Steiner ermöglicht und den Austausch auf Augenhöhe schafft!“



Jörg und Sven: seit 2006 mit dem Elektromobil unterwegs und immer gleich zur Stelle, wenn es auf dem 111.000 m² großen Campgelände irgendwo brennt...

Wer ist hier eigentlich Camp D müde? Wir von der Orga sind jedenfalls bereit für unser nächstes große Camp-Erlebnis.



Das Orgateam: Wir schaffen das!

Herzblut und Improvisationstalent sind das Markenzeichen des Orgateams. Ob es darum geht, Kisten zu packen, Listen zu checken, Fundsachen zu horten, Fragen zu beantworten oder Probleme zu lösen: Das Orgateam hält im Hintergrund die Fäden zusammen und steht rund um die Uhr mit Rat und Tat für jedes Anliegen parat – immer nach dem Motto: Keine Herausforderung ist zu groß, wenn wir sie gemeinsam stemmen.



Werte – mehr als Zahlen und Algorithmen

Bei Camp D nehmen nicht nur die Teilnehmer:innen wertvolle neue Erfahrungen und wichtige Erkenntnisse fürs Leben mit. Auch die medizinischen Expert:innen profitieren vom Austausch mit den Teilnehmer:innen und gewinnen neue Perspektiven.

Danke!



Jedes Camp ist einzigartig, begeistert immer wieder Menschen und hat in 20 Jahren ganz viel bewegt und verändert. Mit euren Ideen und eurem Einsatz tragt ihr immer wieder dazu bei, tolle Momente zu schaffen. Wir sagen einfach: DANKE für eure Unterstützung!

Sportler:innen mit Diabetes

Alexander Piel, Andreas Koch, Andreas May, Anja Renfordt, Bastian Hauck, Dagmar Fuhrmann-Jost, Dieter Möhler, Dominik Richter, Felix Petermann, Herbert Hausmann, Johnny Diesendorf, Kathi Korn, Larissa Brauns, Matthias Steiner, Matthias und Florian Firnkorn, Mira Stübing, Oliver Behring, Peter Hornig, Peter Riemer, Ralf Dornath, Sandra Starke, Simon Strobel, Steffi Blockus, Thomas Raeymaekers, Timur Oruz, Tobias Beßler, Ulrike Thurm

Referent:innen

Sabine Carstensen, Prof. Dr. Thomas Danne, Dr. Katharina Gaede, Dr. Jennifer Grammes, Bastian Hauck, Celia Hegeler, Dr. Gregor Hess, Dr. Dörte Hilgard, Elke Kerth, Dr. Andreas Klinge, Kathi Korn, Beate Krone, Prof. Dr. Bernhard Kulzer, Prof. Dr. Rüdiger Landgraf, Prof. Dr. Karin Lange, Dr. Andreas Liebl, Rosalie Lohr, Sarah Lozina, Dr. Frank Merfort, Dr. Michael Meusers, Matthias Meyer, Prof. Dr. Sebastian Meyhöfer, Dr. Karsten Milek, Dieter Möhler, Prof. Dr. Othmar Moser, Dr. Björn Paschen, Felix Petermann, Ulla Piotrowska, Dipl.-Psych. Andreas Podeswik, Oliver Proppe, Lea Raak, Anja Renfordt, Dr. Rolf Renner†, Ivo Rettig, Kevin Röhl, Dipl.-Psych. Klaus-Martin Röhlver, Lisa Schütte, Dr. Simone von Sengbusch, Hansruedi Stahel, Ramona Stanek, Sandra Starke, Charlize Steinbrink, Karima Stockmann, Ulrike Thurm, Dr. Martin Wannack, Lesley-Ann Weitzel, Dr. Jolanta Wittek-Pakulo, Dr. Ralph Ziegler

Sponsoren

Bayer HealthCare, Dexcom, Roche Diabetes Care

Unterstützer

Abbott, Blood Sugar Lounge, #dedoc – Diabetes Online Community, Deutsche Diabetes Hilfe, Deutscher Diabetiker Bund, diabetesDE, Medtronic, Menschen mit Diabetes DDH-M, Ypsomed

Dienstleister

cup & more – Mehrweglogistik, m.eins GmbH & Co. KG, Kaleidomania Bildproduktion, Döbele Werbeagentur GmbH

Und die Stadt Bad Segeberg, das örtliche DRK und die Kreisjugendfeuerwehr Segeberg!



„Möge das Campfeuer für immer weiterbrennen!“

Benjamin Schulze war bei den ersten drei Camp D als Teilnehmer dabei. Benjamin ist ausgebildeter Diabetesberater und arbeitet heute bei Novo Nordisk im Außendienst.

Das Sternenzelt: von morgens bis spätabends beliebter Treffpunkt und Kommunikationsort im Zentrum des Campgeländes

Impressum

Herausgeber: Novo Nordisk Pharma GmbH, Mainz, Tel. 06131 903-0, www.novonordisk.de · Redaktion: Christina Maruhn
Konzeption, Text, Gestaltung: Döbele Werbeagentur GmbH · Bilder: Novo Nordisk, Kaleidomania Bildproduktion · Druck: pppp Service & Verlag
© 2026 Novo Nordisk Pharma GmbH