

2/2021

campfire

Zeitung für junge Menschen mit Diabetes


novo nordisk®

Camp D 2022 Bad Segeberg

Ab sofort könnt ihr euch über
unsere Website registrieren und fürs
Camp D vom 7. bis 10. Juli 2022 in
Bad Segeberg anmelden!

www.campd.info

Unser Feuer brennt!

Camp D – echt gut:
vom 7. bis 10. Juli 2022
in Bad Segeberg

Spotlights: Barcamp Diabetes, DEEP Talk, Weltdiabetestag, 100 Jahre Insulin
Kreislauf fürs Klima: Nachhaltigkeit und Klimaschutz bei Novo Nordisk
Interview mit Maik Scharfscheer: Sport hat mich stark gemacht

Alle Daumen hoch!



Liebe CampDler:innen,

Ist es nicht ECHT GUT, dass im Juli 2022 endlich wieder das Camp D-Banner über der Rennkoppel in Bad Segeberg flattern wird?! „Echt gut“ haben wir uns als Motto für unser sechstes Zelt- und Infocamp für junge Leute mit Diabetes ausgesucht – weil es einfach so ist: Bei Camp D erlebst du erstens das Echte, kannst zweitens echt du selbst sein und drittens – das tut einfach nur GUT!

Wir vom Orgateam stecken seit Wochen schon voll in den Vorbereitungen, um ein informatives und inspirierendes Programm auf die Beine zu stellen. Alle, die ich anspreche – als Referent:innen, als Betreuer:innen oder als Helfer:innen – freuen sich auf den Austausch mit euch. Einige Workshops sind bereits in trockenen Tüchern und wir haben viele Ideen für echt gute Aktionen – seid gespannt!

Für alle, die 2022 zum ersten Mal bei Camp D dabei sein wollen: Alle Infos und Eindrücke zu Camp D findet ihr gebündelt auf unserer brandneuen Internetseite auf campd.info. Hier könnt ihr euch auch anmelden. Wir haben Platz für bis zu 500 Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 25 Jahren.

Seit unserem virtuellen Camp D² im Herbst, das einen erfreulich hohen Zuspruch in der Camp D-Community fand, bauen wir unser digitales Angebot unter dem Motto „Stay connected!“ aus, um euch auch außerhalb der Zeltcamps mit Tipps und Infos rund um Diabetes versorgen zu können. Sportvideos, ein Kochworkshop mit Fernsehkoch Ole Plogstedt, Vorträge von unseren Expert:innen, inspirierende Storys von Typ1ern: Dies alles (und in Zukunft noch viel mehr!) könnt ihr auf unserer Plattform campd.info entdecken. Schaut einfach mal rein.

Ich freue mich schon sehr auf eure Nachrichten, eure Fragen und – natürlich – auf eure Anmeldungen!

Wir sehen uns in Bad Segeberg!

Eure Christina



„Camp D ist in der Diabeteswelt eine feste Institution. Alle, mit denen ich spreche, freuen sich schon auf die intensiven Gespräche und die einzigartige Atmosphäre von Camp D.“

Christina Maruhn, Organisation Camp D



Immer up to date mit campd.info: Schaut regelmäßig rein und holt euch Infos zu Camp D 2022 ab...

Echt gut



„Camp D steht seit 15 Jahren für den offenen Austausch zwischen Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Diabetes und den Behandelnden. Diesen Ansatz erweitert unser virtuelles Angebot auf campd.info. So bleiben wir auch zwischen den Infocamps mit der Community verbunden.“

Dr. Birgit Lüthgens, Leiterin Camp D



Campfire Spotlights

Barcamp Diabetes: endlich wieder Community-Austausch!

Am 25. September hatte die Blood-Sugar-Lounge zusammen mit Novo Nordisk zu einem virtuellen Barcamp Diabetes zum Oberthema „100 Jahre Insulin“ eingeladen. Rund 50 Leute aus ganz Deutschland wählten sich zum virtuellen Austausch ein. Die Themen der insgesamt neun Sessions brachten sie selbst mit. Darunter: „Digital Health & Datenschutz“, „Zu viel Perfektionismus in der Therapie oder Motivationsloch – was hilft euch?“

Daniela Rimpf und Michaela Frank von Novo Nordisk hatten das Thema „Ökologische Verantwortung von Unternehmen“ auf die Spontan-Agenda gesetzt. Elf Teilnehmer:innen diskutierten mit und wünschten sich von allen Akteuren im Gesundheitswesen ein stärkeres ökologisches Bewusstsein. Denn: Als Patient:in hat man im Grunde keine Möglichkeit, ressourcenschonende Therapieoptionen zu wählen.

Was Novo Nordisk tut, um den ökologischen Fußabdruck bei der Herstellung und dem Transport von Medikamenten so klein wie möglich zu halten, könnt ihr auch in dieser Campfire erfahren (Seite 6 und 7).

#100jahreinsulin, #Diabetesbarcamp, #BSLounge, #100JIB

Daumen hoch fürs Barcamp Diabetes: Die Community treffen tut auch virtuell gut.



Mit strengem Sicherheitskonzept möglich: Videoproduktion mit Rosemarie und Bastian in Zeiten der Pandemie.

Bastian trifft Rosemarie – zwei Generationen mit Typ 1 Diabetes

Wie war das früher mit Diabetes, als es noch keine Pumpe, kein CGM und keine schnellwirkenden Insuline gab? Darüber haben sich Dia-Blogger Bastian Niemeier (Diabetes ohne Grenzen) und die 76-jährige Rosemarie Schnatterer unterhalten. Beide leben mit Typ 1 Diabetes: Bastian seit sieben, Rosemarie seit siebenzig Jahren. Ein Interview mit den beiden könnt ihr in der letzten Campfire-Ausgabe lesen. Jetzt gibt es die Begegnung der Generationen auch als Video. Absolut sehenswert!

www.hundertjahreinsulin.de/patientenvideos/



Bastian Hauck war bereits mehrfach bei Camp D dabei: als Sportbetreuer beim Stand-up-Paddling und als Workshopreferent.

„Diabetes muss in mein Leben passen – nicht umgekehrt. Aber es ist nun mal ein Fulltimejob. Und wir haben das Recht, selbst herauszufinden, wie wir damit umgehen.“

Bastian Hauck, Gründer der #dedoc°-Community, lebt mit Typ 1 Diabetes.

DEEP Talk: Was bedeutet es, mit Typ 1 Diabetes zu leben?

Das Leben mit Typ 1 Diabetes ist allen Innovationen zum Trotz noch immer eine Herausforderung. Einblicke in den „ganz normalen Wahnsinn“ im Typ 1-Alltag geben Antje Thiel und Bastian Hauck im ersten deutschen DEEP Talk von Novo Nordisk. DEEP steht für Disease Experience Expert People und ist das Patienten:innen-Netzwerk von Novo Nordisk. Antje und Bastian sind beide Teil dieses Netzwerks. In ihren unterhaltsamen und kurzweiligen rund 15-minütigen Webcast-Vorträgen im Stil der bekannten TED Talks nehmen sie ihr Publikum mit auf eine Reise in ihren Alltag mit Diabetes. Jetzt reinschauen und Reinhören!

www.hundertjahreinsulin.de/deeptalk-bastian-hauck/



Immer engagiert in Sachen Diabetes: Timur (l.) begleitete auch den Hockeyworkshop bei Camp D 2018.

Weltdiabetestag 2021: Wer schlägt Timur Oruz?

Radeln für einen guten Zweck beim Weltdiabetestag am 14. November: Bei einer Spenden-Challenge der Deutschen Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes Landesverband Nordrhein-Westfalen konnten Interessierte gegen zwei echte Profis mit Typ 1 Diabetes antreten: Jeder konnte auf dem Ergometer mit Triathlet Andreas Petz vom Team Novo Nordisk und Hockeyprofi Timur Oruz um die Wette radeln. Und jeder gefahrene Kilometer kam der Deutschen Diabetes-Hilfe für die Arbeit für Kinder mit Typ 1 Diabetes zugute.

www.hundertjahreinsulin.de/veranstaltungen/



Kreislauf fürs Klima

Jedes Jahr werden riesige Mengen an Energie und Ressourcen benötigt, um Medikamente herzustellen. Dazu steigen die CO₂-Emissionen für die Produktion und den Transport weiter an. Novo Nordisk liefert Hunderte von Millionen an Durchstechfläschchen und Injektionspens an Menschen, die diese benötigen – und die Nachfrage nach unseren lebensrettenden Behandlungen wird stetig größer. Unsere Produkte sind aus hochwertigen Materialien, werden aber nach dem Gebrauch meist als Abfall entsorgt.

Problem erkannt! Novo Nordisk hat sich vorgenommen, im Rahmen der ökologischen Verantwortung als Vorbild voranzugehen. Dabei setzt das Unternehmen verstärkt auf Kreislaufwirtschaft. Dementsprechend lautet der Name der weltweiten Umweltstrategie „Circular for Zero“. Erste Maßnahmen sind bereits ergriffen. Und auch weiterhin sucht Novo Nordisk nach neuen Möglichkeiten, noch mehr zu tun. Der Plan: alle Geschäftstätigkeiten zunehmend hin zu einer Kreislaufwirtschaft zu entwickeln, in der die Produkte und Materialien in Gebrauch bleiben.

Drei Wege zu mehr Klimaschutz

Wechsel hin zu erneuerbarer Energie

Im Jahr 2020 erreichte das Unternehmen ein erstes großes Ziel: Alle Produktionsstätten weltweit werden zu 100 % mit Sonnen-, Wind- und Wasserkraft betrieben. Das nächste Klimaziel: Alle Geschäftsprozesse so umzuwandeln, dass Novo Nordisk bis 2030 null CO₂-Ausstoß verursacht – weder durch den eigenen Geschäftsbetrieb noch durch den hiermit verbundenen Transport.

Entwicklung umweltfreundlicher Produkte

Das Unternehmen arbeitet daran, bestehende und künftige Produkte neu zu gestalten, um Abfall zu vermeiden – von den Rohmaterialien für die Produktion bis hin zum Aufbau der Produkte. So soll das Problem der begrenzten Lebensdauer von Injektionsgeräten angegangen werden, so dass Materialien in Zukunft wiedergewonnen und in neuen Produkten wieder verwertet werden können.

Zusammenarbeit mit Lieferanten, die diese Einstellung teilen

Kein ökologischer Fußabdruck heißt: proaktiv mit allen bestehenden und zukünftigen Geschäftspartnern zusammenzuarbeiten, um die Prinzipien der Kreislaufwirtschaft in der gesamten Lieferkette zu verankern. Auch bei der Materialbeschaffung setzt Novo Nordisk auf Strategien der Kreislaufwirtschaft.

Kreislaufwirtschaft fördern

Um die ambitionierten Klimaziele zu erreichen und umweltbewusstes Handeln im ganzen Unternehmen zu verankern, arbeitet Novo Nordisk mit der Ellen MacArthur Stiftung zusammen und hat sich dem weltweit führenden Netzwerk für Kreislaufwirtschaft CE100 angeschlossen.

Mehr Informationen zur Umweltstrategie von Novo Nordisk unter:

www.novonordisk.de (Nachhaltig handeln)

www.novonordisk.com (Sustainable Business)



Video auf novonordisk.com
in englischer Sprache



Mehr als 630.000 Tonnen CO₂ sparen die Unternehmen des dänischen Öko-Industrieparks KALUNDBORG SYMBIOSIS, in dem auch Novo Nordisk angesiedelt ist.

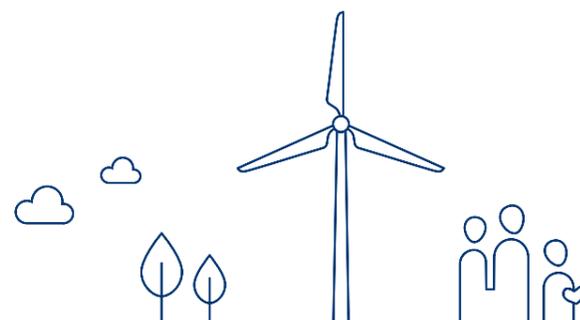


0 CO₂-Ausstoß bis 2030

circu
FOR
zer

„In 2019, we banned plastic not used for our purposes within our or in prod

Dorethe Nielsen, Vizepräsidentin für





2020 erreichte das Unternehmen ein erstes großes Ziel: Alle Produktionsstätten weltweit werden zu 100% mit Sonnen-, Wind- und Wasserkraft betrieben.

100%
 klimaneutrale
 Produktion ab 2020

ular
 ro

ed all single-used
 specific and relevant
 r R&D organisation
 duction."*

r Umweltstrategie bei Novo Nordisk

Nachhaltigkeit: eine Sache der Innovation

Mit der neuesten Generation smarter Insulinpens hat Novo Nordisk von Anfang an nachhaltige Konzepte umgesetzt. Die vier- bis fünfjährige Lebensdauer von NovoPen® 6 bzw. NovoPen Echo® Plus reduziert das Müllaufkommen. Die Verwendung von Insulinpatronen aus Glas hilft ebenfalls, Kunststoffmüll zu vermeiden. Restentleerte Glaspatronen können gut recycelt werden. Auch wenn man den Energie- und Materialaufwand für z. B. Batterie und Datenübertragung berücksichtigen muss, sparen die digitalen Funktionen viele Papierseiten von Diabetestagebüchern. Die Dokumentation der Insulininjektionen kann per Datenübertragung direkt ins System der Arztpraxis bzw. in die Diabetes-Apps geschickt werden und somit helfen, das Diabetesmanagement zu vereinfachen.

„Unter Innovation verstehen wir bei Novo Nordisk mehr, als immer bessere Medikamente für Menschen mit Diabetes zur Verfügung zu stellen. Nachhaltigkeit spielt bei der Entwicklung unserer Produkte eine ebenso wichtige Rolle.“

Stefan Kohler, Marketing Diabetes bei Novo Nordisk in Mainz

WAS WIR IN DEUTSCHLAND FÜR DIE UMWELT TUN

In Deutschland hat Novo Nordisk bereits zahlreiche Maßnahmen zum Klimaschutz umgesetzt, wie z. B.:



Am Firmensitz in Mainz wird seit 2011 ausschließlich Ökostrom genutzt.



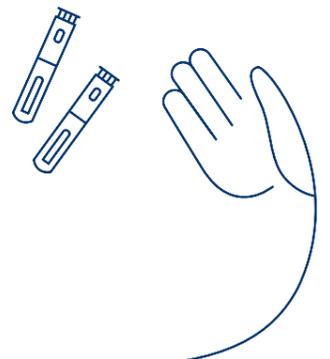
In den Kopierräumen wird nur recycelbares Papier verwendet.



Das Unternehmen verzichtet auf Einwegmaterialien und setzt eine differenzierte Mülltrennung um.



Eine Arbeitsgruppe sammelt und prüft kontinuierlich Mitarbeiter-vorschläge für mehr Klima- und Umweltschutz.



* „Im Jahr 2019 haben wir alle Einwegkunststoffe verboten, die nicht für spezifische und notwendige Prozesse innerhalb unserer Forschungs- und Entwicklungsabteilung oder in der Produktion verwendet werden.“



Sport hat mich stark gemacht

Er ist dem Dalai Lama begegnet, auf Humboldts Spuren durch Ecuador gereist und beim Innsbruck Alpine Trailrun mitgelaufen. Sein Typ 1 Diabetes war für den Fotografen und Filmemacher Maik Scharfscheer dabei nie ein Thema.

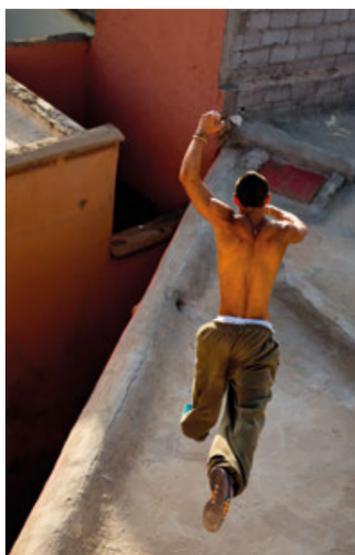
Du reist sehr viel, teilweise sehr abenteuerlich, und bist meilenweit von einem geregelten Leben entfernt. Wie geht das mit deinem Typ 1 Diabetes zusammen?

Sehr gut. Der Diabetes gehört seit 50 Jahren zu meinem Alltag und ich weiß, wie ich damit umzugehen habe. Ich habe meine Werte immer gut im Blick, ich spritze entsprechend Insulin und ernähre mich gesund. Darüber hinaus hilft mir mein Sport, stabil zu bleiben. Ich laufe hauptsächlich, im Winter auch viel auf Langlaufskiern. Das ziehe ich konsequent durch. Nach einem Drehtag zum Beispiel: Alle sind platt und treffen sich abends zum Essen, ich gehe dann noch laufen und komme dann später dazu. Da gibt es für mich kaum eine Ausnahme, weil ich weiß, wie gut mir das tut und wie wichtig es für meine Gesundheit ist.

Sport hat schon immer in meinem Leben eine riesige Rolle gespielt: Ich war bis Mitte 20 im Hochleistungssport aktiv, habe Wettkämpfe in der Mittel- und Langstrecke absolviert, bin Marathons gelaufen. Außerdem habe ich eine Zeitlang Tennisturniere gespielt. Als ich dann mit der Fotografie durchgestartet bin, ging das weniger auf Wettkampfniveau – aber der Bewegungsdrang ist geblieben.

In deinem Alter – du bist jetzt Mitte 50 – ist es sehr ungewöhnlich, als junger Typ 1er so intensiv Sport getrieben zu haben, oder?

Ja, das stimmt! Damals war Sport bei Diabetes ein totales Tabu. Man wusste noch nicht so viel über die Krankheit. Meine Eltern sind mit mir von Arzt zu Arzt gezogen und es war lange unklar, was mit mir los war. Ich war damals sieben Jahre alt, ich habe immer draußen gespielt, mich viel bewegt. Die Vorstellung, ab jetzt nur noch drinnen zu sein, war für mich brutal. Zu meinem großen Glück bin ich bei einem Kinderarzt gelandet, der sich nicht an der allgemeinen Lehrmeinung orientiert hat. Er hat mich und meine Eltern ermutigt, dass ich weiter Sport mache und mein Leben lebe. „Das kriegen wir hin“, hat er gesagt. Er wurde für seine Einstellung damals stark kritisiert. Deshalb bin ich auch meinen Eltern unendlich dankbar, dass sie den Mut und das Vertrauen hatten, sich darauf einzulassen. Sie haben mich immer unterstützt, das zu machen, was ich machen will.

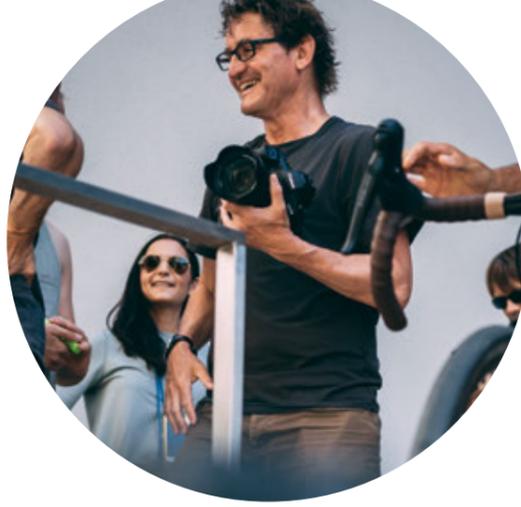


Maik Scharfscheer (57) lebt seit 50 Jahren mit Typ 1 Diabetes. Als Fotograf und Filmemacher bereist er die ganze Welt. Seine Arbeit wurde mehrfach ausgezeichnet.

„Mein Diabetes gehört zu meinem Alltag – ich muss mir oder anderen deswegen nichts beweisen.“



Für seine Arbeit hat Maik schon mehrere internationale Auszeichnungen erhalten wie u. a. den IF Design Award, DDC Award, Red Dot Award und den renommierten Cannes Lions Award.



Maik ist weltweit für namhafte Kunden tätig wie Bosch, Leica, Nike, Maserati, Cerruti und Lufthansa.



„Meinen Sport ziehe ich konsequent durch. Auch nach einem anstrengenden Dreh gehe ich laufen. Das tut mir gut und hält meine Werte stabil.“

Ich glaube, es hat mich stark gemacht, zu merken, dass es funktioniert mit dem Sport und meinem Diabetes. Mit der Zeit funktionierte es immer besser, weil ich meinen Körper immer besser verstanden habe. Und so ging das eben weiter: Mit 16 bin ich mit drei Freunden mit dem Fahrrad von Frankfurt nach Marseille gefahren und nach dem Abitur hatten ein Freund und ich die Idee, gleich dreimal nach Norwegen zu reisen: einmal zum Wandern, dann Radfahren und drittens Skiwandern. Das war oft abenteuerlich, aber es gab wegen des Diabetes für mich nie eine bedenkliche Situation.

Wie bist du zur Fotografie gekommen?

Mein Vater war Fotograf und ich habe nach dem Abitur bei ihm eine Fotografenlehre absolviert, weil ich noch nicht wusste, was ich machen will. Im Anschluss während eines Psychologiestudiums habe ich nebenbei bei Fotografen assistiert. Dabei habe ich gemerkt: Die Fotografie ist doch mein Ding. Ich habe dann auf Design umgesattelt, bin aber zwischendurch nach Paris gezogen – ich hatte einfach Lust auf diese Stadt. Dort habe ich dann viel Modefotografie gemacht, habe erste Preise gewonnen... ja, so ging das dann los. Irgendwann kam noch der Film dazu. Und ich liebe meinen Beruf bis heute. Ich habe so viel Abwechslung, tolle Begegnungen mit interessanten Menschen – ich möchte nichts anderes machen.

Dein Diabetes hat dich nie ausgebremst ...

Nein, warum auch? Klar, der Diabetes ist minütlich präsent und ich bin gezwungen, damit umzugehen. Aber das Messen und Kümmern ist für mich einfach so normal, dass ich nicht mehr groß darüber sprechen muss. Es kann natürlich immer mal passieren, dass ich mitten in einem Dreh merke, dass gerade etwas nicht stimmt. Dann unterbreche ich kurz, gehe auf die Toilette, spritze nach oder esse etwas. Ich verheimliche nicht, dass ich Diabetes habe, aber ich muss es meinen Kunden auch nicht auf die Nase binden. Klar, wenn ich mit Leuten länger unterwegs bin, sage ich Bescheid, damit sie sich nicht wundern, wenn ich die Spritzeauspacke...

Wenn du heute mit Mitte 50 dem jugendlichen Maik einen Rat geben könntest, wie würde der lauten?

Ich glaube, ich würde ihm auf die Schulter klopfen und sagen: „Du machst alles richtig, mach weiter so. Bleib dran, kümmere dich um deine Gesundheit und bleib immer in Bewegung! Nicht wegen oder trotz Diabetes – sondern weil es dein Leben ist.“

Mehr über Maik und seine Arbeiten erfahrt ihr unter:
www.maik-scharfscheer.com
www.scharfscheer-sports.com

facebook.com/maik.scharfscheer
instagram.com/maikscharfscheer/



Die Ästhetik des Sports als Fotomotiv: Maik hat seine Sportleidenschaft zum Beruf gemacht.

Sein Beruf führt Maik durch die ganze Welt. Ein Highlight: eine Fotoserie über Fischer in Sansibar



Fotos: Maik Scharfscheer

Immer mit euch verbunden!

Camp D-Atmosphäre im Livestream

„Dein Leben. Deine Regeln.“ lautete das Motto beim ersten virtuellen Camp D²-Event am 4. September. Fast 200 Jugendliche mit Diabetes, Diabetolog:innen und Diabetesberater:innen hatten sich zugeschaltet. Von 10 bis 14 Uhr konnten sie sich bei Live-Workshops informieren, im Chat Fragen stellen, bei Sportsessions auspowern und sich im Video-Chat untereinander austauschen.

„Camp D² war für uns alle eine besondere Erfahrung. Wir sind sehr stolz, dass wir so viele Menschen mit unserem neuen Format ansprechen konnten. Das war eine tolle Leistung des gesamten Organisationsteams und vielen helfenden Händen aus vielen weiteren Abteilungen. Man merkt, dass bei Camp D und auch jetzt bei Camp D² bei jedem ganz viel Herzblut drinsteckt.“

Dr. Birgit Lüthgens, Leiterin Camp D

Nachhaltiges Engagement für junge Menschen mit Diabetes

Camp D ist Europas größtes Zeltcamp für Jugendliche und junge Erwachsene mit Diabetes im Alter von 16 bis 25 Jahren. Das Zeltcamp wurde von Novo Nordisk im Jahr 2006 ins Leben gerufen, um ein Forum für eine Patientengruppe zu schaffen, für die es im Alltag kaum Unterstützungsangebote gibt. Mit Workshops rund um Diabetes und jeder Menge Sport entsteht bei Camp D in einer besonderen Atmosphäre die einzigartige Gelegenheit zum intensiven persönlichen Erfahrungsaustausch.

Im Sommer 2018 fand bereits das fünfte Camp D in Bad Segeberg statt, das unter dem Motto „Colour your life“ stand. Mit Camp D² – dem ersten virtuellen Camp D – setzt Novo Nordisk den Dialog auf digitalem Weg fort, um der jungen Patientengruppe kontinuierlich mit allen Mitteln Unterstützung bieten zu können.

www.campd.info

Camp D tut echt gut!

Du bist zwischen 16 und 25 Jahre alt und kommst aus Deutschland, Österreich, der Schweiz oder einem anderen europäischen Land und sprichst Deutsch? Dann bist du bei Camp D genau richtig. Denn Camp D tut einfach echt gut und schenkt dir neue Impulse für dein Leben mit Diabetes!

Du hast noch Fragen?

Weitere Infos gibts unter www.campd.info oder du wendest dich direkt an unsere Camp D-Hotline: 06131 903-1391

Wir freuen uns auf dich!



HIER ANMELDEN!



Anmelden und dabei sein!

Ab sofort könnt ihr euch über unsere Website registrieren und fürs Camp D vom 7. bis 10. Juli 2022 in Bad Segeberg anmelden!

www.campd.info



„Wir wünschen euch im Namen des ganzen Orgateams einen guten Start ins neue Camp D-Jahr 2022. Bleibt alle gesund und zuversichtlich. Wir sehen uns in Bad Segeberg!“

Birgit Lüthgens und Christina Maruhn

Impressum

Herausgeber: Novo Nordisk Pharma GmbH, Brucknerstraße 1, 55127 Mainz; Telefon 06131 903-0; www.novonordisk.de · Redaktion: Christina Maruhn
Konzeption, Text, Gestaltung: Döbele Werbeagentur GmbH · Bildnachweis: Novo Nordisk, Team Novo Nordisk, Kaleidomania Bildproduktion · Druck: pppp Service & Verlag
© 2021 Novo Nordisk Pharma GmbH