

Mit Fett-Protein-Einheiten (FPE) rechnen / Ernährung im Sommer – mit Dr. Mirjam Eiswirth

Eis, Grillabende, Pizza, Salate mit Dressing oder lange Sommerabende mit Freunden: Im Sommer verändert sich nicht nur der Alltag, sondern oft auch das Essverhalten. Doch wie wirken sich Fett und Eiweiß auf den Blutzucker aus? Dr. Mirjam Eiswirth berichtet über ihre Erfahrungen und gibt Tipps zur Berechnung der Fett-Protein-Einheiten (FPE).

In dieser Online-Veranstaltung erfahren Sie verständlich und praxisnah, wie FPE funktionieren, wann sie relevant sind und worauf bei sommerlichen Lebensmitteln besonders zu achten ist. Sie erhalten konkrete Tipps für typische Sommersituationen, lernen häufige Fehler zu vermeiden und gewinnen mehr Sicherheit im Umgang mit Ernährung und Insulin – auch bei Hitze, Bewegung und spontanen Mahlzeiten. Für alle, die den Sommer genießen möchten, ohne ständig den Blutzucker im Blick behalten zu müssen.

Für wen? Menschen mit Diabetes, Angehörige sowie Diabetesteam

Wo? Im [DIASHOP Raum](#)

Zur Anmeldung geht es hier.

Beginn:

Mittwoch, 29. April 2026, 18:00 Uhr

Ende:

Mittwoch, 29. April 2026, 19:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Online

Website & Anmeldung:

Email sp@diashop.de

<https://www.diashop.de/technik-zum-anfassen/>