



## Im Internet unterwegs – Keine Frage des Alters.

**Das schätzen Sie am Internet:** Informationen und Unterstützung bekommen, die man gerade braucht. Sich mit anderen zu einem Thema austauschen. Jede Menge interessante Angebote, nur einen Fingertipp entfernt.

Im Internet hat jeder die besten Verbindungen, sich den Alltag leichter zu machen. Das gilt auch für Menschen mit Diabetes und deren Angehörige.

## So haben Sie das Internet immer dabei.

Mit einem modernen Mobiltelefon – einem sogenannten Smartphone – stecken Sie das Internet in die Hosentasche. Vieles geht dann von unterwegs: Mit Familie und Freunden Nachrichten austauschen. Sich verabreden. Einkaufen. Einen Film sehen. Gesundheitsinformationen finden.

Für fast alles, was Sie im Internet tun können, gibt es eine spezielle App. Eine App ist ein praktisches kleines Programm, das Sie auf Ihrem Smartphone ganz einfach bedienen können.

Dank Apps können Sie u. a. problemlos Fotos und kleine Filme im Freundeskreis verschicken, z. B. vom letzten Urlaub.



## Das Internet ist auf Gesundheit programmiert.

Keine Frage: Ihr Arzt ist der erste Ansprechpartner in Sachen Gesundheit. Wer sich weiter informieren möchte, findet auch im Internet viel Wissenswertes, z. B. zu bestimmten Erkrankungen und Behandlungsformen. Darüber hinaus macht das Internet den Erfahrungsaustausch zwischen Patienten oft einfacher.

Mittlerweile wird eine Vielzahl von Gesundheits-Apps angeboten, auch für Diabetes. Einfach mal den App Store bzw. Google Play durchstöbern und z. B. gezielt zum Thema Diabetes suchen.

