

Menschliches und Medizinisches Heiteres und Besinnliches Gereimtes und Ungereimtes



Lachen ist die beste Medizin.
06.09.2023

G.i.b.
Gemeinsam ist besser
Die Mitgliederzeitschrift der
Selbsthilfe Vereinigung chronischer Schmerz e.V.
Heft 02/ 2023

Liebe Mitglieder,

und wieder geht ein Jahr zu Ende.....

es ging zeitweise recht turbulent zu.

Da ist es uns endlich gelungen, zwei Rheumatologen für unsere Region zu finden. Es gab viel zu besprechen und zu organisieren. Danke, an Tatjana Wolf für die tatkräftige Unterstützung.

Mittler Weile sind alle Formalitäten abgeschlossen und beide Ärzte möchten 2024 jeweils eine Praxis eröffnen. Nun liegt es daran geeignete, bezahlbare Praxis- und Wohnräume zu finden. Das gestaltet sich noch etwas zäh. Aber wir sind guten Mutes; es liegen jetzt einige Angebote vor.

Die Organisation der Schmerztage war auch etwas stressig. Diese waren sehr gut besucht und haben uns auch neue Mitglieder gebracht. Das ist doch erfreulich.

Besonders gefreut hat es mich, dass die Treffen so gut besucht waren. Seit November können wir wieder in die Räume der Sozialstation St. Elisabeth in Stockach.

Danke an die Singener, die sich diesen Treffen anschließen.

Auf der nächsten Seite habe ich einen „besonderen“ Advents- und Weihnachtsgruß ausgesucht.

Das sind die schönen Dinge meiner „Arbeit“, die ich sonst nie machen würde. So wie z.B. beim Verfasser die Erlaubnis zur Veröffentlichung der Liedtexte einholen, Kontakt mit der Albert-Schweitzer-Stiftung.... Das waren sehr nette Gespräche.

Mit Musik ist das alles viel schöner, aber die Texte haben mich so bewegt und passen (leider) so treffend in diese Zeit.

Alles Liebe, gesegnete Weihnachten und ein friedliches 2024.

Annette

Aus der CD des **Alber-Schweitzer-Verbandes**
Kinderdörfer & Familienwerke

Musik: Eric Bond

Text: Jutta Hager

Wir bedanken uns ganz herzlich bei Frau Hager, den Liedtext übernehmen zu dürfen.

Wieder lachen lernen

Grad erst geboren – und schon verloren.
Wo ist jemand dem du wichtig bist?
Denn auch du brauchst Gefühle – Liebe und Nähe,
einen Ort, wo man dich vermisst.

Kaum angekommen – nicht angenommen.
Wo ist jemand, der sich nach dir sehnt?
Denn auch du möchtest spielen – und Wärme spüren,
jemanden, der gern mit dir träumt.

Refrain:

**Wieder lachen lernen. Wieder einem Menschen vertrauen,
wieder Heimat finden, sich auf morgen freuen können.
Wieder lachen lernen, miteinander Zukunft bauen,
ein Zuhause finden, miteinander Träume teilen.**

Güte des Lebens, weiterzugeben
Was uns selbst reich gemacht.
Lasst uns Zuversicht schenken, ohne Bedenken,
da, wo ein Kind es nötig hat.

Albert-Schweitzer-Verband Kinderdörfer & Familienwerke
Kaiserdamm 85, 14057 Berlin

Spendenkonto: IBAN DE 84370209000003391001 BIC BFSWD33BER

Home: albert-schweitzer-verband.de

Wie das Foto auf der Titelseite zeigt, haben wir es uns zwischendurch recht gemütlich gemacht. Hier in der Pizzeria Casa Mia in Allensbach. Bei guten Gesprächen in entspannter Atmosphäre lernen wir uns immer besser kennen.

Das werden wir 2024 auch sehr gern wieder machen.

Im Frühjahr ist ein Besuch der Straußenfarm bei Stockach und der Alpakafarm in Eigeltingen geplant.

Vorträge zur Blutegeltherapie und Cannabis stehen auch auf dem Programm.

Ich bitte um etwas Geduld, es ist nicht immer so einfach die Termine mit den Referenten/Räumen in Einklang zu bringen.

Im Januar stehen erstmal Kassenprüfung und die Anträge an die Krankenkassen an.

Erika Link hat wieder ein paar schöne Verse für uns ausgesucht.

„Liebenswürdigkeit, Nachsicht und Rücksicht sind die Schlüssel zum Menschenherzen.2 (Don Bosco)

„Auf fünfzig Ratgeber, kommt ein Helfer.“

„Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit.“ (Soren Kierkegaard)

„Wer immer nur das tut, was er schon kann, wird auch immer das bleiben, was er schon ist.“

„Ein Freund ist einer, der dich trägt, wenn du nicht mehr kannst.“

Die Schmerztage in Bildern



Cannabis als Medikament

Christian Hirschfeld

Frau Dr. Britta Steinbrecher
und Herr Dr. Paul-Simon Lievertz
stellen die Schmerzlinik
Donaueschingen vor



Frau

Dr. Kristina Korsaka

Erklärt die Arbeit des
MVZ PI



Auf großes Interesse traf der Vortrag zur Blutegeltherapie von Frau Marie Sofie Bohle.



Johannes Fuchs
und
Erich Trefzger
über
Leistung und
Wichtigkeit der
Selbsthilfe





Frau Aruni
Velalakan
berichtet über
Neuromodulation
und
Neuroplastizität



Mit Spannung
erwartet: der
Vortrag des
Rheumatologen
Dr. Ilhan
Günaydin, der sich
ab 2024 mit
eigener Praxis in
Konstanz
niederlassen wird.
Hier heißen wir in
herzlich
willkommen.



Urkunde

Teilnahme am Wettbewerb Soziales Engagement

„Mit Herz für andere“

Selbsthilfe Vereinigung chronischer Schmerz e.V.

Herzliche Gratulation

Konstanz, 11. November 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'F. Ortolf'.

Frank Ortolf

Vorsitzender SPD Konstanz

Silke Berktold hat uns vorgeschlagen und wir kamen in die engere Wahl.

Quelle: Südkurier vom 02.12.2023

KONSTANZ

Sie halten die Gesellschaft zusammen

- SPD würdigt zum Jubiläum acht Initiativen
- Hauptpreis geht an ehrenamtliche Sprachmittler

Konstanz (pm/phz) Mit Herz für andere: Das war die Idee der SPD Konstanz im Jubiläumsjahr. Zum 150. Geburtstag hat der Ortsverein einen Sozialpreis gestiftet. Er soll eine Initiative oder eine Person auszeichnen, die in der Stadt und für ihre Bürgerinnen und Bürger Gutes tut. Und die erste beglückende Erkenntnis der Auslober wie auch der Jury ist: Es gibt in Konstanz unglaublich viel Engagement für andere. Nun wurden der Haupt- und sieben weitere Preise überreicht.

Der Hauptpreis besteht laut Pressemitteilung der SPD aus einem Guthaben von 200 Euro, das die prämierte Initiative für ein Weiterbildungsangebot verwenden kann. Diese Summe sprach die Jury Shu Juan Widmann und den Sprachmittlerinnen zu. Widmann koordiniert deren Tätigkeit. Die anderen Initiativen erhielten Urkunden und wurden bei einer Feierstunde im Rosgartenmuseum gewürdigt.



Engagiert für ein gutes Miteinander in der Stadt Konstanz und der Region: Die Jury des SPD-Bürgerpreises mit Vertreterinnen zeichneten Initiativen. BILDER: SPD KONSTANZ/SIMON WÖHRLE (1)/GUDRUN TRAUTMANN (1)

Selbsthilfe-Vereinigung chronischer Schmerz

Die Selbsthilfe-Vereinigung chronischer Schmerz ist laut Preisjury eine beeindruckende Organisation, die sich mit großem Engagement für Menschen mit chronischen Schmerzen einsetzt. Bemerkenswert sei die unterstützende Gemeinschaft, die die Vereinigung geschaffen hat, in der Betroffene sich verstanden und akzeptiert fühlen können. Regelmäßige Veran-

staltungen, Ausflüge und Workshops bieten den derzeit 40 aktiven Mitgliedern praktische Werkzeuge und Strategien, um mit Schmerzen umzugehen und die Lebensqualität zu verbessern. Mit ihrer Arbeit, Hingabe und Unterstützung geben die Mitglieder des Vereins laut Pressemitteilung den Menschen eine Quelle der Hoffnung und holen sie aus ihrer Einsamkeit.



Manuela Wüst, Notburg Ohlig, Annette de Groot, Silvia Prada-Jäckle und Silke Berktold (von links) engagieren sich in der kreisweit aktiven Selbsthilfe-Vereinigung chronischer Schmerz.

Nach der Veranstaltung hatte Notburg eine „neue Jacke“.

Ein paar Tage später löste sich der Irrtum auf und beide Damen sind nun wieder im Besitz ihrer eigenen Jacken.

Im völlig überfüllten Rosgarten Café haben wir den Nachmittag entspannt ausklingen lassen.

Es muss erwähnt werden, dass keine passenden Busse fahren (Personalmangel) und wir mit viel Glück für die Rückfahrt ein Taxi bekommen haben.

Es wurde wieder fleißig gebastelt.



Wir hatten wieder viel Spaß und guten Austausch.

Dies Angebot sollten wirklich mehr nutzen!

Brigitte Heim

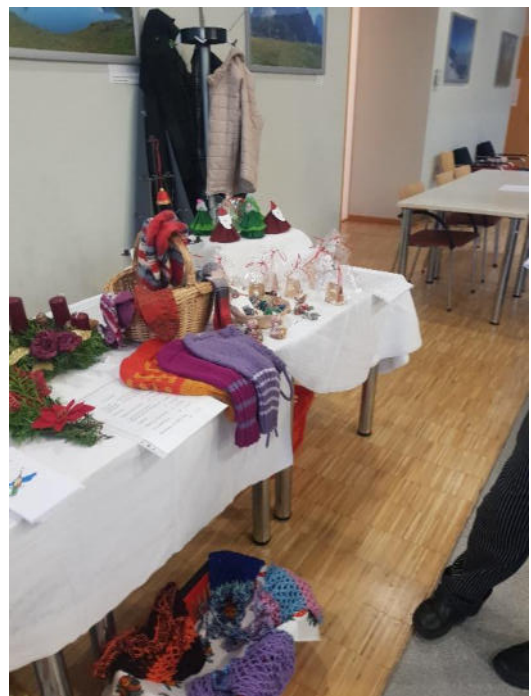
Marianne Schmidt



Der Rosenaubasar war wieder gut besucht. Mit dem Verkauf sind wir zufrieden.

Danke, Marianne, dass du so kurzfristig für Natascha einspringen konntest. (Die hatte Corona)

Zum ersten Mal war Annette beim Basar im Blarerhaus. Bei dem fiesen Wetter war kaum mit Besuchern zu rechnen. Doch erstaunlicher Weise ist der Verkauf gut gelaufen.



Hedwig Staiger



wir gratulieren zum **100**sten Geburtstag.

Leider hat sich die Arme ein paar Tage vor ihrem Fest, den Fußknöchel kompliziert gebrochen.

Notburg und Annette haben sie im Pflegeheim in Stockach besucht.

Diese Frau ist unbeschreiblich!!! Keine Klagen, kein Murren.

Von Herzen alles Liebe und Gute. Komm bald wieder auf die Füße und bleib, wie Du bist.

Mit freundlicher Genehmigung von Frau Jutta Hager

Miteinander

Refrain:

Miteinander ist das Zauberwort
das uns alle in die Zukunft trägt.

Miteinander spüren wir sofort,
wie uns eine neue Kraft bewegt.

Keiner kann allein eine Insel sein, denn wir sind eine Welt,
die nur leben kann und nur atmen kann, wenn sie
zusammenhält.

Refrain

Es ist höchste Zeit für Gemeinsamkeit.
Eine neue Art mit anderen umzugehen.
Es gibt zu viel Leid, zu viel Einsamkeit,
viel zu viel was uns noch trennt.

Refrain

Diese Welt dreht sich nicht allein um Dich,
weil wir alle nur ein Teil vom Ganzen sind.
Was Du ändern willst hier in dieser Welt,
musst Du zuerst selber sein.

Miteinander ist das Zauberwort
das uns alle in die Zukunft trägt.
Miteinander spüren wir sofort,
wie uns eine neue Kraft bewegt.

Also lasst uns miteinander weitermachen.