

## Tätigkeitsbericht der SHG „Zurück ins Leben“ Hof 2022

Da anfangs des Jahres noch immer Corona herrschte blieben wir zwar über unsere App in Kontakt, verzichteten aber auf persönliche Treffen.

Unsere Gruppentätigkeit begann am 03.03.2022 mit einem gemeinsamen Frühstück.

Am 19.03.22 waren wir beim Virtuellen Patiententag „Wissen gegen den Krebs“ dabei .Besonders beeindruckte uns der Vortrag von Professor Mertinoni.

Es folgte am 26.03.22 ein Workshop zum Thema „Mut tut gut“ mit Brigitte Bakalov von der Seko als Referentin.

Am 7. April luden wir wieder zum gemeinsamen Osterfrühstück ein .

Unser erstes Gruppentreffen fand am 12.04.22 in der KBS in Hof statt. Zu Gast war die neue Seniorenbeauftragte der Stadt Hof, Frau Dr. Häupler, die sich und ihren Aufgabenbereich vorstellte.

Der Mai begann mit einem Vortragsabend . Am 03.05.22 berichtete Frau Dr. Deuerling, Oberärztin am Klinikum Fichtelgebirge, umfassend über Neues aus der Krebstherapie. An diesem Abend fanden sich zusätzlich interessierte Zuhörer ein.

Am 5. Mai war wieder ein gut besuchter Frühstückstreff.

Ebenso erfolgreich verlief das Frühstück am 2. Juni.

Am 14.06.22 gingen wir zum ersten Mal auf Fahrt. Ziel war die Baille-Maille Lindenallee in Himmelkron. Auf der geführten Wanderung erfuhren wir viel zur Geschichte der Anlage und wie das Öko-System zwischen Wasser, Pflanzen und Bienen funktioniert.

Am 7. Juli war die neue Leiterin der KBS Hof bei unserem Frühstück eingeladen. Wir lernten sie und ihre Pläne für die Zusammenarbeit mit den SHGs kennen.

Am 12.07.2022 besuchten wir die Arnika Akademie in Teuschnitz. Bei der Führung durch den großen Kräutergarten erfuhren wir viel über die Heilkraft der einzelnen Kräuter und durften unsere eigene Heilsalbe anrühren. Dazu kam ein Treffen mit der Leitung der SHG Teuschnitz und ihrer Stellvertretung.

Am 30.07.22 fuhren wir auf die Luisenburg in Wunsiedel und sahen eine Aufführung des Musicals „Sister Act“. Dazu verwendeten wir die Mittel des ZBFS als Zuschuss zu den Eintrittskarten.

Mit einem besonderen Frühstück feierten wir am 4.08.22 unseren 8. Geburtstag.

Gut besucht war auch unser Gruppentreffen am 09.08.22 in der KBS. Wir sammelten Vorschläge und Ideen für unser neues Programm 2023.

Auch im September begannen wir mit einem gemeinsamen Frühstück und konnten dazu ein neues Mitglied begrüßen.

Das Wochenende vom 17. Und 18.09.22 verbrachten wir bei einem Schreibworkshop „Den Krebs von der Seele schreiben“ in Bad Alexandersbad. Kerstin Hahn führte uns durch ein intensives Programm mit Schreiben, Lesen und Meditation.

Bei unserem Frühstück am 6. Oktober hatten wir „TV Oberfranken“ zu Gast.

Als Gegensatz zu den medizinischen Beiträgen zum Brustkrebsmonat Oktober wurde unsere Gruppe als Beispiel der Selbsthilfe zur Bewältigung der Krankheit vorgestellt.

Zu unserem Gruppentreffen am 11.10.22 konnten wir wieder drei neue Mitglieder begrüßen. Nach der Vorstellungs- und Befindlichkeitsrunde wurden die Programmanschläge für 2023 konkretisiert.

Unser lang geplanter Besuch in der Hofer Salzgrotte konnte am 26.10.22 endlich verwirklicht werden. Mit Klangschalen und Atemübungen holte uns Frau Maugeri aus dem Alltagsstress.

Wieder ein neues Mitglied fand am 3. November beim Gruppenfrühstück den Weg zu uns.

Ein Teil der neuen Mitglieder nahm auch am Gruppentreffen in der KBS am 08.11.22 teil. Nachdem der Zeitpunkt für das Treffen auf den Nachmittag verlegt wurde ist die Teilnehmerzahl gewachsen.

Am 15.11.22 wartete ein vorweihnachtliches Erlebnis auf uns. Wir fuhren nach Weissenstadt in die Lebkuchenfabrik „Pema“ und verkosteten dort die schmackhaften Erzeugnisse. Außerdem bekamen wir noch eine Führung durch das angeschlossene kleine Kunstmuseum.

Unser Weihnachtsfrühstück fand am 01.12.22 statt. Zu unserem skandinavischen Buffet waren auch diesmal zwei interessierte Gäste dabei.

Die Stadt-Illustrierte „pro Hof“ hatte im November Frau Schall, Frau Siebert und Frau Kreissl interviewt. Der 2-seitige Beitrag erschien in der Dezemberausgabe und brachte uns viel Aufmerksamkeit.

Zum Jahresausklang besuchten wir im Theater Hof die Vorstellung der Operette „Die Fledermaus“ und ließen den Nachmittag in der Theaterkantine ausklingen.

2022 gingen wir eine Kooperation mit dem Sana-Klinikum in Hof ein.

Die Gruppenleiterin Frau Schall nahm an den Regionaltagungen in Bayreuth mit Frau Siebert und in Bamberg teil.

Sie war auch zur Tagung der Bayerischen Krebsgesellschaft in Augsburg anwesend.

Wir blicken auf ein erlebnisreiches und informatives Jahr zurück. Wir haben neue Mitglieder gewonnen, viel Neues erfahren und sind wieder ein Stück weiter zusammengewachsen.

Mein Dank gilt allen Gruppenmitgliedern und Helfern für ihren persönlichen Einsatz und allen, die uns mit ihren Spenden großzügig unterstützt haben.

Barbara Schall, SHG „Zurück ins Leben“ 31.12.2022