

TEB e. V. Selbsthilfe gegr. in Baden-Württemberg
Tumore und **E**rkrankungen der **B**auchspeicheldrüse

Schirmherr Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär a. D.

- Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt
- Unterstützt durch den Krebsverband Baden-Württemberg

 DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Newsletter

Ausgabe 03/2025

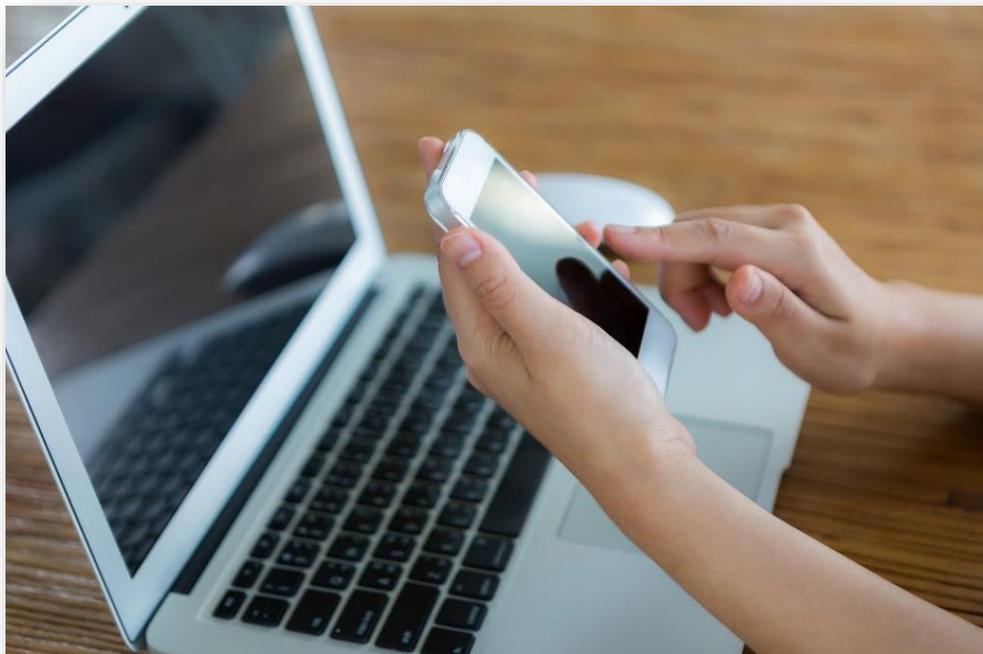


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

TEB e. V.– Online-Gruppe

Online

Gruppentreffen

wurden aus der Not heraus geboren. Heute sind sie ein fester Bestandteil geworden und werden von unseren Mitgliedern aus den verschiedensten Bundesländern sehr gut angenommen. Sie sind sicher auch nach Corona nicht mehr wegzudenken.

Allen Teilnehmern, die uns durch die Zustimmung ihrer

E-Mail-Adresse

ihre Zustimmung gaben, an der Gruppe teilzunehmen, senden wir zeitnah ein Protokoll des letzten Treffens zu, unseren

TEB-Newsletter!

Unsere Email-Adresse:

geschaeftsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 13.03.2025

16:00 bis ca.18:00 Uhr

Referentin: Katharina Stang

Thema: Austausch untereinander

Man spürte förmlich, dass der Austausch untereinander bei den Betroffenen und deren Angehörigen sehr gut ankam.

Nach der Begrüßung stellte ich gleich die Frage: „Wie geht es Euch allen? Gibt es ein Thema, das wir besprechen sollten oder müssten?“

Es dauerte nicht lange, da waren die ersten Handzeichen auf dem Bildschirm zu sehen, die Fragerunde begann.

Folgende Themenbereiche wurden angesprochen:

- Richtige und ausreichende Einnahme der Verdauungsenzyme
- Ernährung
- Verdauung
- Gewichtsverlust
- Chemotherapie
- Tumormarker
- Fieberschübe
- MRCP
- Harnsäure
- Magen-Darm-Beschwerden
- Nebenwirkungen
- Kaffee: erlaubt oder schädlich?
- Sport-Krafttraining
- Bewegung: was ist ausreichend?

So gut ich konnte, beantwortete ich alle Fragen.

Besonders an dieser Gruppe war, dass jeder mitmachte und schilderte, wie es ihm geht und wie er mit seiner Erkrankung umgeht.

So kam ein reger Austausch untereinander zustande, der am Ende für jeden etwas brachte.

Nächste Online Gruppe:

**Donnerstag,
10.04.2025**

16:00 Uhr

Mit:

Prof. Dr. med.
Jochen Gaedcke Chefarzt,
Allgemein- u. Viszeralchi-
rurgie, Städtisches
Klinikum Karlsruhe

Thema:

Operationen im Grenzbereich

Machen Sie mit, die Zu-
schaltung ist ganz ein-
fach. Bei Problemen mel-
den Sie sich in der Ge-
schäftsstelle.

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-
selbsthilfe.de

Für mich war es wieder einmal wichtig zu erkennen, dass Betroffene und ihre Angehörigen den Raum und die Zeit brauchen, um sich untereinander zu unterhalten und dabei ihre eigenen Erfahrungen mit einzubringen.

Es ist immer wieder erstaunlich, wie aufgeschlossen die Betroffenen und auch ihre Angehörigen über ihre Erkrankung in den Gruppen reden. Grenzenloses Vertrauen gibt ihnen den Mut, sich zu öffnen. Ich spürte, sie alle fühlten sich heute wohl in der Gruppe – das ist und bleibt mein größter Erfolg und mein größtes Geschenk.

Viel zu schnell verging die Zeit und es kam, was kommen musste, denn die Gruppe war kurz vor 18:00 Uhr zu Ende.

Bevor ich abschaltete, bedankte ich mich bei allen für den schönen Nachmittag und die konstruktive Gruppe. Mein Dank ging insbesondere auch an Herrn Hölsch, der mich heute anstelle meines Mannes, unterstützt hat.

Alle gaben mir ihren Dank zurück, indem ich viele rote Herzen und klatschende Hände auf dem Bildschirm sah.

Zufrieden konnte ich nach Hause gehen.

Katharina Stang
(Gruppenleitung/Moderation)