

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

Schirmherr Steffen Bilger MdB, Parlamentarischer Staatssekretär
• Gemeinnützig und als besonders förderungswürdig anerkannt

 **DER PARITÄTISCHE**
UNSER SPITZENVERBAND

Newsletter

Ausgabe 05 / 2021

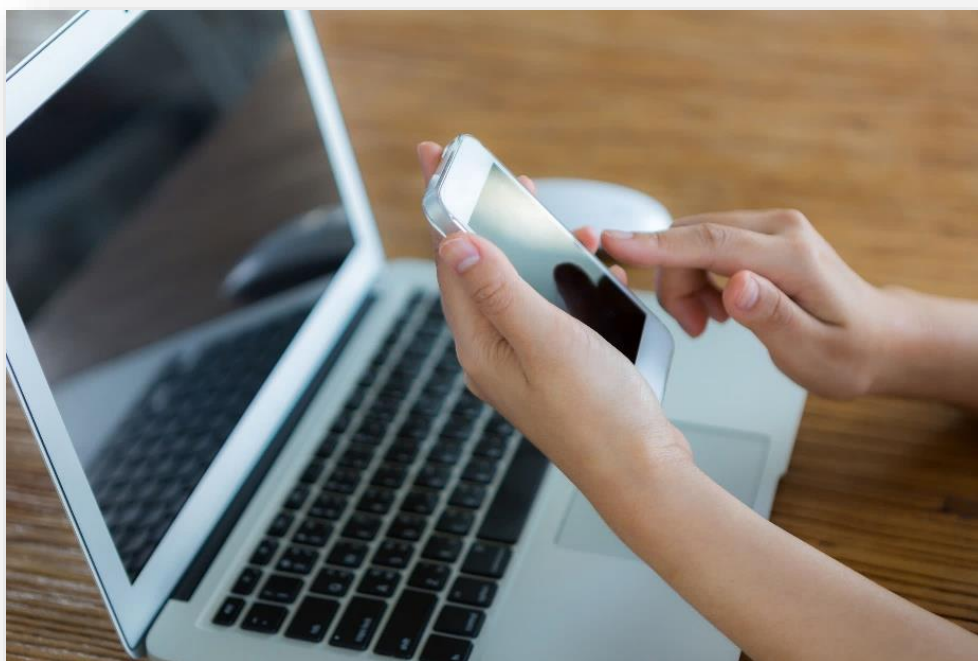


Bild 123rf Limited Teerawut Masawat

**Für Teilnehmer
der
Online-Gruppe**

TEB e. V. geht neue Wege – Online-Gruppen

Online

Gruppentreffen

wurden aus der Not heraus geboren, um unseren Mitgliedern auch in schwierigen Zeiten eine adäquate und kompetente Anlaufstelle zu bieten.

Allen Teilnehmern, die uns durch die Zusendung ihrer

E-Mail-Adresse

ihre Zustimmung gaben, an der Gruppe teilzunehmen, wollen wir in Zukunft zeitnah ein kleines Protokoll des letzten Treffens zusenden. Wieder entstand damit etwas Neues:

TEB- Newsletter!

Unsere Email-Adresse:

geschaeftsstelle@
teb-selbsthilfe.de

Online Treffen am 18.03.2021

von 15:50 bis 18:15 Uhr

Referent: Prof. Dr. Hans Josef Beuth, Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren, Universität Köln

Thema: Komplementärmedizin im Bereich von Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

Bereits 10 Minuten vor der Zeit ließen wir die ersten Teilnehmer eintreten, dabei nutzte ich die Gelegenheit, mit denen, die bereits zugeschaltet waren, ein paar persönliche Worte zu sprechen.

Bereits hier merkte ich, dass diese Gruppe sehr voll werden würde. Das heutige Thema schien viele anzusprechen und zu interessieren.

Pünktlich begrüßte ich alle Teilnehmer und fragte sogleich in die Runde: „Hat jemand Sorgen, Probleme oder Fragen, die wir gleich zu Beginn besprechen sollten, denn unser heutiger Referent ist noch nicht zugeschaltet?“ Während ich das sagte, sah ich, dass Herr Professor Beuth inzwischen online war, und nachdem nichts Besonderes vorlag, begrüßte ich ihn und stellte ihn vor.

Er hörte aufmerksam zu und sagte: „Frau Stang, bevor ich zu meiner Person komme, habe ich einen Wunsch, - lassen Sie heute den Professor weg und reden Sie mich mit meinem Vornamen Josef an.“ Ich war völlig verduzt und nahm das Du gerne an. Dann wandte er sich an die Teilnehmer und sagte: „Wollen wir uns alle mit Du anreden? Das lässt die Scheu und Distanz fallen. Ich bin heute einer von Euch und möchte, dass wir auf Augenhöhe miteinander reden.“

Alle willigten ein, und erst dann stellte er sich selbst ausgiebig vor.

Immer wieder erleben wir in den Online-Gruppen, dass sie etwas Einmaliges sind und dass man sich immer wieder auf neue Situationen einstellen muss. Doch so eine Gruppe, in der man einen Professor mit Du anreden durfte, gab es noch nie!

Bereits nach wenigen Minuten kamen die ersten Fragen, - und was soll ich sagen, Herr Professor Beuth, oder

Nächste Online Gruppe:

**Donnerstag,
01.04.2021**

16:00 Uhr

Mit Zuschaltung von:

**Herrn Dr. Peter Zech,
Psychosomatische
Medizin und Psycho-
therapie, Düsseldorf**

Thema:

**Der gute Umgang mit
Emotionen**

Machen Sie mit, die Zuschaltung ist ganz einfach. Bei Problemen melden Sie sich in der Geschäftsstelle.

Tel. 07141 9563636

geschaeftsstelle@teb-
selbsthilfe.de

besser gesagt Josef, war von Anfang bis zum Schluss der Gruppe zugeschaltet!

Wir sprachen u.a. darüber:

Was ist Alternativ- oder Komplementärmedizin, worin liegt der Unterschied?

Sind Vitamintabletten aus der Apotheke sinnvoll?

Ist hochdosiertes Vitamin C bei der Chemotherapie sinnvoll?

Was bewirkt die Mistel?

Darf man Zucker essen?

Sollte man bei Bauchspeicheldrüsenkrebs eine Diät machen?

Muss der Darm entgiftet werden?

Was ist ein differenziales Blutbild?

Bedeutung von Selen?

Welche Vitamine sind sinnvoll?

Weihrauch, - das natürliche Cortison?

Was ist eine gesunde und ausgewogene Ernährung?

Welchen Stellenwert haben Sport und Bewegung?

Lachen, Freude, Weinen gehören zu unserem Leben. Der Körper, die Seele und der Geist sollten im Einklang sein! Das war für mich wie ein Schlusswort!

Doch bevor ich die Gruppe beendete, fragte ich in die Runde: „Wie geht es Euch jetzt, und wie habt Ihr den heutigen Nachmittag erlebt?“

Es gab erst einmal von den Teilnehmern die Reaktion, dass alle Daumen hochgingen. Man spürte, wie sehr alle mit der heutigen Gruppe zufrieden waren.

Dann meldet sich eine Teilnehmerin und sagte: „Danke für diesen tollen Nachmittag, danke Josef, dass Du da warst und diese Online-Gruppe zu einem Erlebnis wurde. Wir hatten schon viele gute und auch nette Referenten hier gehabt, doch noch nie habe ich mich so auf Augenhöhe gefühlt wie heute. Jegliche Hemmung, Sorge, Angst war von Beginn an verschwunden. Ich habe mich sehr wohl gefühlt! Nochmals vielen, vielen Dank!“

Die nächste Reaktion ließ nicht lange auf sich warten: „Ja, - ich bin überwältigt von dem, was wir heute erleben durften, so eine Gruppe hätte ich mir im Traum nicht vorgestellt.“

Ein neuer Teilnehmer meinte: „Ich habe heute erst einmal nur zugehört. Ich fand es gut und komme gerne wieder.“

Alle Rückmeldungen waren positiv und zeigten mir, dass ich mit der Einladung von Professor Beuth eine gute Wahl getroffen habe, sowohl menschlich wie auch fachlich.

Dann gab es auch Lob für mich und meinen Mann!

Eine weitere Teilnehmerin sagte: „Katharina, mach weiter so, wir alle wissen es sehr zu schätzen, dass TEB e. V. alle 14 Tage eine Online Gruppe durchführt und Du sie moderierst. Wo könnten wir sonst so viele hochkarätige Pankreasspezialisten kennenlernen und mit ihnen unsere persönlichen Sorgen, Nöte und Fragen besprechen und diskutieren. Ich glaube, ich spreche im Namen aller, wenn ich von ganzem Herzen danke sage!“

Das Schlusswort kam von R.: „Danke, Katharina, an Dich, aber auch an Helmut. Ihr seid ein gutes und eingespieltes Team und für uns Betroffene unendlich wichtig. Danke, dass es Euch gibt! Macht weiter so! Betroffene und Angehörige brauchen Euch!“

Mit so viel Lob im Gepäck schloss ich die Gruppe, und wir winkten uns alle noch einmal zu.

Erschöpft, aber sehr zufrieden gingen mein Mann und ich nach Hause. Noch lange war Professor Beuth, unser „Josef“, an diesem Abend ein Gesprächsthema für uns. Einstimmig waren mein Mann und ich der Meinung, dass mir die heutige Gruppe Kraft, Mut und Bestätigung dafür gab, dass sich meine Arbeit lohnt und dass es irgendwie weitergehen muss.

Auch habe ich mich ungemein darüber gefreut, dass mein Mann genauso in die Herzen der Teilnehmer geschlossen wurde wie ich. Das bekommt man nicht geschenkt, sondern dieses Geschenk muss man sich erarbeiten.

Danke an alle, die heute teilgenommen haben, bis zum nächsten Termin!

Katharina Stang
(Gruppenleitung/Moderation)

Rückmeldung zum Treffen am 18.03.2021

(Rückmeldungen von Teilnehmern sind bereits in diesem Newsletter aufgeführt).

Liebe Katharina,

vielen Dank für den wunderbaren Zoom Austausch gestern Nachmittag.

Es war sehr motivierend für mich, auf Augenhöhe mit der TEB Gruppe zu kommunizieren.

Das hat die Veranstaltung vermenschlicht und wir alle konnten ungezwungen miteinander diskutieren und zuweilen auch lachen.

Bleibt alle motiviert das Leben zu genießen,

denkt auch in Zukunft an die mir gegebenen Versprechen zur seelischen Balance und lasst es Euch gut gehen.

Liebe Grüße an Dich und die ganze Gruppe aus Köln,

Josef