

Hauptstadt Herzen – Mutmach-Newsletter



Regionalgruppe Berlin-Brandenburg JEMAH e.V.

01/2020



VORSCHAU TERMINE 2020

...

Mai

16.05. Regionaltreffen

Besuch und Führung im Zoo Berlin. Über die Durchführung wird kurzfristig entschieden.

Juni

08.06. Themen-Stammtisch

unsichtbare Einschränkungen, Umgang mit dem Herzfehler, Resilienz mit Dipl. Psychologin Inga Weidlich aus dem DHZB

13.06. Sommerfest

25.06. – 07.08.2020
Sommerpause

Änderungen vorbehalten. Genaue Termine werden euch rechtzeitig mitgeteilt. Über die Durchführung wird nach aktueller Lage gemäß den Regeln zur CORONA-Pandemie entschieden. Denn eure Gesundheit ist uns wichtig.



Liebe Hauptstadt-Heizen, liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, euch geht es gut und ihr seid alle gesund.

Das Jahr 2020 sollte unser Vereinsjahr werden! Dank der großzügigen Spende der Firma KEB Bauunternehmen GmbH hatten wir für euch vieles geplant. Das Jahr hat mit unserem Themen-Stammtisch großartig begonnen. Auch unser erstes Regionaltreffen im Februar war sehr gut besucht. Der März-Stammtisch fand schon unter erschwerten Bedingungen statt, bis uns das CORONA-Virus leider ganz ausbremste. Die regionale und auch die bundesweite Vereinsarbeit kam vom einen auf den anderen Tag zum Erliegen. So leidet durch die Kontakteinschränkungen auch unser so wichtiger persönlicher Austausch. Viele Regionalgruppen, ja ganze Vereine und Organisationen mussten ihre Veranstaltungen verschieben oder sogar absagen. Aber dank der sozialen Medien wie WhatsApp oder Facebook konnten wir miteinander Kontakt halten. So haben wir uns z.B. an dem Hashtag #DerRisikogruppeeinGesichtgeben auf Facebook beteiligt.

Wir wollen uns von der Situation nicht entmutigen lassen und ein Zeichen setzen, dass es uns gibt. Mit diesem Newsletter möchten wir euch ein wenig die Zeit vertreiben. Wer noch Ideen für Freizeit- oder Buchtipps hat, kann sich gerne melden und eine E-Mail an Torsten.seifert@jemah.de schreiben. Wir haben die Hoffnung, dass es bald sichere Möglichkeiten zur Lockerung der bestehenden Regeln geben wird und wir die Vereinsarbeit Schritt für Schritt wieder anlaufen lassen können.

Bleibt gesund, damit wir uns bald alle wiedersehen können!

Den 2. Themen-Stammtisch 2020 zum Thema Fallotsche Tetralogie mit Dr. Friederike Danne, Oberärztin der Ambulanz für angeborene Herzfehler im Deutschen Herzzentrum Berlin, werden wir auf den Herbst verlegen.

Den genauen Termin werden wir euch rechtzeitig bekannt geben.

1.THEMEN-STAMMTISCH 2020



Der erste Stammtisch in diesem Jahr war gut besucht. Am 13.01.2020 haben sich nicht nur die Jemah-Hauptstadt-Herzen, sondern auch viele Gäste auf den Weg in die Bremer Höhle gemacht. Zum Thema Herzschrittmacher und Defibrillatoren hat Dr. Peters aus dem DHZB alle Fragen, die wir auf den Herzen hatten, verständlich beantwortet und sich viel Zeit für uns genommen. Zu Beginn berichtete er über die Geschichte der Schrittmacher und Defibrillatoren, die um 1800 begann. So erfuhren wir z.B., dass in den 1950er Jahren erstmals Schrittmacher/Defibrillatoren implantiert wurden und wie diese bis heute zu einem hochtechnisierten Gerät weiterentwickelt wurden. Dr. Peters erklärte uns, wie und wo ein Schrittmacher/Defibrillator implantiert wird und welche Gefahren und Risiken bestehen. Er brachte uns verschiedene Modelle zur Anschauung mit: einen Schrittmacher/Defibrillator, der bei Babys und Kleinkindern implantiert wird, einen großen Schrittmacher/Defibrillator sowie den kleinsten, den Kapselschrittmacher, und die dazugehörigen Elektroden. Die Schrittmacher und Defibrillatoren werden weltweit nur noch von 5 Firmen hergestellt, das sind Medtronic, Boston Scientific, LivaNova, Abbott Laboratories und der deutsche Hersteller Biotronik.

Es war ein sehr interessanter Abend mit vielen Fragen, sodass die drei Stunden wie im Fluge vergingen.

Auf <https://www.jemah-hauptstadtherzen.de/aktuelles/> findet ihr auch eine Informationsbroschüre über das Thema Herzschrittmacher, die uns Dr. Peters freundlicherweise zur Verfügung gestellt hat. Ein HERZliches Dankeschön an Dr. Peters und alle, die dabei waren.

1. REGIONALTREFFEN 2020



Am 10.02.2020 hatten die Hauptstadt-Herzen ihr erstes Regionaltreffen in diesem Jahr. Dieses stand unter dem Motto "Kochen und Gesellschaftsspiele". Wir trafen uns in der Bremer Höhle und haben gemeinsam einen leckeren Nudelaufguss und eine Rote Linsensuppe gekocht. Später gab es noch Waffeln zum Kaffee. Alle Gerichte waren vegetarisch und glutenfrei. Zwischenzeitlich gab es Zeit, das eine oder andere Gesellschaftsspiel zu spielen und sich untereinander auszutauschen. Wir hatten alle viel Spaß.

RÜCKTRITTE IM JEMAH-VORSTAND – WIE GEHT ES NUN WEITER?



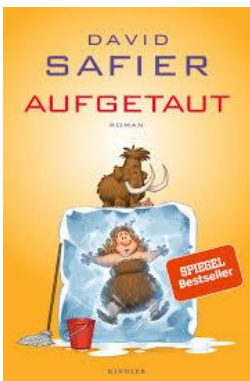
Wie ihr vom Vorstand informiert wurdet, haben die Kassenwartin Daniela Seek und auch die 1. Beisitzerin Julia Röwenstrunk Anfang April ihren Rücktritt aus dem Jemah-Vorstand bekanntgegeben. Wir von der Regionalleitung bedauern und respektieren diesen Schritt und bedanken uns bei den beiden für ihre geleistete Arbeit und die gute Zusammenarbeit. Daniela wird natürlich unserer Regionalgruppe erhalten bleiben und sich weiter auf diese konzentrieren. Da durch die Rücktritte die Zukunft des Vereins auf unsicheren Beinen steht, machen wir uns ernsthafte Sorgen um das Weiterbestehen unserer so aktiven Regionalgruppe. Die Regionalleitung wird alles dafür tun, eine Lösung zum Erhalt unserer Gruppe zu finden. Dazu werden wir uns gemeinsam beraten und euch zeitnah über Ideen und Vorschläge berichten. Wir wären auch dankbar, wenn ihr uns mitteilt, wie ihr euch die Zukunft der Regionalgruppe vorstellt. Schreibt uns dazu bitte eine E-Mail an: Berlin-brandenburg@jemah.de

COVID-19 UND AHF

Das deutsche Herzzentrum Berlin überträgt in unregelmäßigen Abständen Video-Konferenzen live auf Facebook. Am 26. März stellte Christian Maier, Leiter der Kommunikation im DHZB, Prof. Dr. Felix Berger, Direktor der Klinik für angeborene Herzfehler, eine Stunde lang Fragen rund um das Thema Covid-19 und AHF. Da bestimmt nicht alle den Livestream auf Facebook verfolgen konnten, gibt es hier den Link zur Aufzeichnung bei YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=-fP5Ne-7YDI>. Im Livestream konnten jedoch nicht alle Fragen beantwortet werden, die auch von EMAHs vorab gestellt wurden. Dr. Friederike Danne, Oberärztin der Ambulanz für angeborene Herzfehler, hat sich der offenen Fragen angenommen. Ihre Antworten wurden auf der Homepage des DHZB veröffentlicht: https://www.dhzb.de/2/presse/news/de-tailansicht_meldungen/ansicht/presdetail/corona_und_angeborene_herzfehler/. Weiterhin gibt die Deutsche Gesellschaft für Pädiatrische Kardiologie und Angeborene Herzfehler e.V. aktuelle Stellungnahmen für uns Betroffene heraus. Unter <http://www.kinderkardiologie.org> könnt ihr diese nachlesen.

BUCH – TIPP FÜR DIE LANGEWEILE

„Aufgetaut“ von David Safier - Eine Steinzeitfrau sucht das Glück.



Über dreiunddreißigtausend Jahre war Urga zusammen mit einem Baby-Mammut in einem Eisblock eingefroren, doch dank der Erderwärmung tauen sie wieder auf. Nach einem ersten Blick auf die moderne Menschheit würde die Steinzeitfrau am liebsten gleich wieder zurück ins Eis gehen. Aber Urga ist eine Kämpferin: Bevor sie aufgibt, will sie herausfinden, ob man in dieser höchst seltsamen Welt das Glück finden kann. Ihre Irrfahrt führt sie von der Arktis über Indien bis nach Italien. Wird Urga das Geheimnis des Glücks finden? Für sich? Für das kleine Mammut? Gar für die Leser dieses Buches?

Und wer ist David Safier: er ist, 1966 geboren, zählt zu den erfolgreichsten Autoren der letzten Jahre. Seine Romane, darunter "Mieses Karma", "Jesus liebt mich", "Happy Family" und "Muh" erreichten Millionenaufgaben. Auch im Ausland sind seine Bücher Bestseller. Als Drehbuchautor wurde David Safier unter anderem mit dem Grimme-Preis sowie dem International Emmy (dem amerikanischen Fernseh-Oscar) ausgezeichnet. (Quelle: Thalia)

UND ZULETZT ...

... Ein Gedicht vom Alten Fritz

Vom Alten Fritz, dem Preußenkönig,
weiß man zwar viel, doch viel zu wenig.

So ist es zum Beispiel nicht bekannt,
daß er die Bratkartoffeln erfand!

Drum heißen sie auch – das ist kein Witz –
Pommes Fritz!

Heinz Erhardt

