

Aktivitäten der SHG Nienburg im 1. Halbjahr 2026

Nach der Winterpause starteten wir traditionell im März mit der 1. Mitgliederversammlung und der beliebten Frauentagsfeier in der Gaststätte „Zum Schiffchen“ in Nienburg. Die Wiedersehensfreude, wie jedes Mal, war groß und es gab viel zu erzählen. Frau Klaus stellte den aktuellen Arbeitsplan für das 1. Halbjahr 2026 vor und bat um rechtzeitige Anmeldung zu den geplanten Aktivitäten. Jedes Mitglied erhielt dazu einen Flyer.

Als besonderen Höhepunkt war es uns gelungen, im April einen Aktiv-Tag in der Reha-Klinik Bad Salzelmen zu organisieren. Die Teilnehmerzahl war auf 15 begrenzt. Wir wurden herzlich mit Kaffee und Gebäck willkommen geheißen und begannen pünktlich um 09:30 Uhr mit der Trockengymnastik auf dem Hocker. Frau Sporleder hatte eine Stunde Spaß mit uns und wir mit ihr.

Danach ging es zum Vortrag:

„Jeder Schritt zählt- Die Wirkung von Bewegung für Körper und Psyche“



Herr Pöbel,
Physiotherapeut,
stellte sehr
anschaulich dar, dass
„Bewegung die beste
Medizin ist“!

Kein Medikament und
keine Heilpflanze
wirken derart
umfassend auf
unseren Organismus
wie körperliche
Aktivität. Sie wirkt auf
den
Bewegungsapparat,
auf die Psyche sowie
auf das Herz-
Kreislauf-System und
den Stoffwechsel. Wir
erfuhren während der
Diskussion viele
praktische Tipps, die
wir im täglichen
Leben anwenden
können.

Nach dem Mittagessen ging es direkt zur Entspannung, welche Frau Ehricke anleitete.
Nach dem Essen schläft es sich immer gut!

Zum Abschluss fand die beliebte Wassergymnastik unter Leitung von Frau Rafelt statt.

Alle Teilnehmer waren sich einig, dass es ein rundum gelungener Aktiv-Tag war, der bald wiederholt werden sollte.

Anfang Mai luden wir 2 Regionalbereichsbeamte unserer Polizeistation zu einem Präventionsvortrag ein. Dabei ging es um die aktuellen Themen:

- Haustürgeschäfte
- falsche Polizisten klingeln an der Tür
- Enkeltrick
- Taschendiebstahl, Brieftasche mit allen Papieren weg
- Anzeige bei Diebstahl von EC-Karte

In reger Diskussion gab es wertvolle Hinweise, sein Eigentum zu schützen und besser zu sichern.

Gesundes Misstrauen gegenüber fremden Personen ist erlaubt!

Nach Pfingsten reiste unsere Gruppe in den Wörlitzer Park und bewunderte bei einer gemeinsamen Gondelfahrt die herrliche Parklandschaft und die Rhododendronblüte. Dabei wurde die gemeinsame Zeit auch für Gedanken- und Erfahrungsaustausche untereinander genutzt.

Im Juni luden wir unsere Mitglieder in einem neu entstandenen Versammlungsraum in das „Franz 2“ ein.



In einem sehr angenehmen Ambiente hörten wir dem Vortrag des Referenten, Herrn Christian Jethon, Geschäftsführer eines Betreuungsbüros in Bernburg, zu lebenswichtigen Themen wie:

„Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung“

Herr Jethon hatte für jeden Teilnehmer eine Info-Broschüre vom Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz zum umfassenden Thema Betreuungsrecht mitgebracht. In anschließender Diskussionsrunde bei einer Tasse Kaffee konnten alle Fragen beantwortet werden.

Alle Mitglieder erhielten einen aktuellen Flyer mit Arbeitsplan für das 2. Halbjahr 2026 und wurden in die Sommerpause verabschiedet.

Hannelore Regel