



Selbsthilfegruppe Osterburg

Kurze Information über die Arbeit der SHG Rheuma-Liga Osterburg im Jahr 2025

- 20.01.2025 Buchlesung mit Frau Danuta Ahrend
-lustige Geschichten oder Anekdoten
- 07.04.2025 Mitgliederversammlung anschließend gemütliches Beisammensein und wer wollte konnte seine Geschicklichkeit beim Kegeln und Beweis stellen
- 20.06.2025 unsere erste Tagesfahrt mit einem großen Bus-- 45 Teilnehmer nach Werbung bzw. Aushang in der Stadt Osterburg nahmen auch Nichtmitglieder an der Fahrt teil
Wo ging es hin!!!!
Himmelpfort - bei Berlin
es wurde nicht der Weihnachtsmann besucht sondern ein Kräutergarten der einst von Mönchen angelegt wurde und jetzt weiter von ABM-Mitarbeitern gepflegt wird
Nach der Mittagsversorgung ging es zu einer Dampferfahrt über die Lychen-Seen
Gegen 16:30 Uhr ging es wieder nach Hause
Fazit::
Es war eine gelungene Sache - wollen sowas wiederholen
Anmerkung:
die Busfahrt etwas zu lang

Hinweis: es erschien ein kleiner Bericht in der Zeitschrift Mobil
- 20.08.2025 Vortrag über Südafrika - über LEB Stendal - Frau und Herr Mollenhauer
Reiseerlebnis
Tiere, Kulinarisches, Sehenswürdigkeiten würde uns in einem wundervollen Bildervortrag nahe gebracht
Souvenirs des Landes gezeigt und Anekdoten erzählt

Auch hierzu erschien ein kleiner Bericht in der Rheuma-Zeitschrift Mobil
- 29.10.2025 Gemeinsam Singen!
Dieses Motto folgten viele Mitglieder der SHG Rheuma-Liga Osterburg.
Anja Schrader übernahm die Leitung dieses Nachmittag.
Volkslieder, Schlager wurden immer musikalisch auf der Gitarre von Anja begleitet.
Gemeinsam wurde nun gesungen und wer den Text nicht wusste las(sang) ihn vom Zettel ab. Anja untermalte die Gesangseinlagen mit Geschichten ihres Neffen.
Es war ein wundervoller Nachmittag
- 08.12.2025 Weihnachtsfeier
in gemütlicher Runde und warmen Essen ließen wir das Jahr 2025 ausklingen
Auch hier lies es sich Anja nicht nehmen - Weihnachtslieder mit Gitarre zu singen

Bei Allen Mitgliedern, die die Nachmittage mit unterstützten, ob beim Gestalten der Räumlichkeiten, mit selbstgebackenen Kuchen, beim Abwasch und und und möchte sich der Vorstand herzlich bedanken.

Anmerkung: wir sind eine gute Truppe!!!

Funktionstraining:

Trockengymnastik

- SportFrei 1

Treffen: Montag von 14:00 Uhr bis 14:45 Uhr

Quartiersmanagement - Gartenstraße

Teilnehmer: 12 bis 15 - kommen immer regelmäßig

Therapeut: Tina Ohnesorge

Wassergymnastik

- WasserSpass1

Treffen: Dienstag von 12:30 Uhr bis 13:15 Uhr

Schwimmhalle "Am Fuchsbau"

Teilnehmer: 10 bis 12 - kommen immer regelmäßig

Therapeut: Cornelia Neuling

Wassergymnastik

- WasserSpass2

Treffen: immer Donnerstag von 11:30 Uhr bis 12:15 Uhr

Schwimmhalle "Am Fuchsbau"

Teilnehmer: 10 bis 15 - kommen immer regelmäßig

Therapeut: Tina Ohnesorge

Wassergymnastik durch Schließung der Schwimmhalle ab den 7.11.2025 in Osterburg nicht mehr möglich

Wechsel nach Arendsee „Haus am See“ - Physiotherapie

Döpelheuer

Treffen: 14-tägig immer Dienstag von 14:00 Uhr bis 14:45 Uhr + 10 min.

Teilnehmer: in der Anlaufphase im Dezember 10 Teilnehmer
im Januar 16 Teilnehmer

In Abstimmung mit der SHG Kalbe/Milde und dem Landesverband Halle sollte für einige Teilnehmer auch ein regelmäßiger Besuch in Arendsee möglich sein, da die SHG Kalbe/Milde nicht immer ihre Nutzung auslastet. (Kosten der Therapie soll damit ausgeglichen werden)