

## Gutes tun macht Mut

Die Überraschung war groß, als im Dezember 2016 Petra Marek, Leiterin der Gruppe Ratzeburg/Mölln der Frauenselbsthilfe nach Krebs (FSH) die Nachricht erhielt, dass die Gruppe eine Spende in Höhe von 393,23 Euro durch die Raiffeisenbank Ratzeburg erhalten würde. Dies umso mehr als nach der erfolgreichen Jubiläumsaktion „Ich zieh den Hut!“ für 40 Jahre Frauenselbsthilfe nach Krebs im Juli des vergangenen Jahres in Mölln, die Gruppenkasse etwas erschöpft war.



*Auf dem Bild im Dateianhang sind von li. nach rechts folgende Personen zu sehen: Sandra Schultz (Raiffeisenbank RZ) Birgit Waniorek, Christiane Alia Beardi (FSH stellvertrd. Gruppenleiterin) sitzend Petra Marek (FSH Gruppenleiterin) Hannelore Radtke und ganz rechts Karin Susemihl .*

Die Spende der Raiffeisenbank unterstützt so die verschiedenen Angebote für Menschen mit einer Krebserkrankung, wie z.B. Wassergymnastik/Schwimmen, Fortbildungen und Kreativ Angebote. So können wir an Krebs erkrankten Frauen auch weiterhin die Möglichkeit gegeben, ihr Leben trotz unterschiedlicher Einschränkungen positiv zu gestalten und die Herausforderungen der Therapien mutig anzugehen. Für das Jahr 2017 ist zum Beispiel ein Achtsamkeitsseminar an der Ostsee geplant und ein gemeinsames Kochen mit und nach dem Kochbuch „Krebszellen mögen keine Himbeeren“. Außerdem wird es interessante Vorträge über Kinesetik, Qui Gong und ergänzende alternative Behandlungsmethoden geben.

Die FSH-Gruppentreffen finden im Wechsel regelmäßig in der Zeit von 16 bis 17:30 Uhr an jedem ersten und vierten Dienstag des Monats in Ratzeburg im Cafe Lydia sowie an jedem zweiten und dritten Dienstag in Mölln im Kibis, Adolph-Hoeltich-Stift statt.

Schwimmen/Wassergymnastik (mit anschließender Möglichkeit des Saunierens nur für Frauen) findet wieder regelmäßig 14tägig ab 25.01.2017 von 17 bis 17:45 Uhr in der Möllner Welle statt. Beim Eintrittspreis sind Ermäßigungen für Schwerbehinderte möglich, siehe unter <http://www.moellnerwelle.de/preise>. Bei regelmäßiger Teilnahme erstattet der FSH 2,00 Euro pro Teilnahme (max. 20 Euro) Eine Anmeldung dafür ist unter 04541 - 840 96 34 erforderlich.