

JUBILÄUMSBROSCHÜRE



20 Jahre **Tinnitus** UND **SCHWERHÖRIGKEIT**

Selbsthilfegruppe Gifhorn und Umgebung

Grußworte

Liebe Leserinnen und Leser,

die Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit in Gifhorn und Umgebung wurde 1999 gegründet und leistet seitdem einen großen Beitrag zur Gesundheitsfürsorge für die Betroffenen.

Wir gratulieren herzlich zum 20-jährigen Jubiläum der SHG Tinnitus und Schwerhörigkeit in Gifhorn. Die Selbsthilfegruppe Tinnitus war in dieser langjährigen Zeit sehr aktiv und ist es auch weiterhin.

Der Erfahrungsaustausch mit anderen Hörgeschädigten bedeutet Zuwendung und Verständnis unter Gleichgesinnten, es ist eine Hilfe zur Selbsthilfe. Durch diese gegenseitige Unterstützung können viele Probleme bewältigt werden und eine verbesserte Lebensqualität entsteht. Hinzu kommen zahlreiche Seminare, Vorträge und viele gemeinsame Aktivitäten, die den Zusammenhalt der Gruppe stärken. Dies ist für die Mitglieder seit 20 Jahren eine schöne Erfolgsgeschichte.

Die Selbsthilfekontaktstelle freut sich sehr über die tatkräftige Unterstützung dieser Gruppe bei Veranstaltungen zur Öffentlichkeitsarbeit, wie z.B. der Familienmesse.

Wir wünschen der SHG Tinnitus und Schwerhörigkeit weiterhin ein solch erfolgreiches Bestehen und möchten uns herzlich für die sehr gute Zusammenarbeit bedanken.

Sabine Campe

AWO – Selbsthilfekontaktstelle Gifhorn

Grußwort zum 20-jährigen Bestehen der Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit.

Die AOK-Die Gesundheitskasse für Niedersachsen gratuliert der Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit Gifhorn sehr herzlich zu ihrem 20-jährigen Bestehen.

In einer Zeit, in der die Interessen der Einzelnen immer mehr im Vordergrund stehen, ist solch eine Initiative etwas ganz Besonderes.

Schwerhörigkeit oder gar ein lästiger Tinnitus, das kann jeden treffen.

Dann stellt sich die Frage – was nun?

Der Austausch mit anderen Betroffenen kann eine große Hilfe und Stärkung sein. Seit ihrer Gründung helfen sich die Mitglieder der Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit Gifhorn und Umgebung, die Sorgen und Nöte der anderen Betroffenen anzuhören, zu verstehen und Alternativen zu diskutieren.

Dabei geht es in der Gruppe nicht nur um den fachlichen Erfahrungsaustausch sondern auch um die Planung gemeinsamer Aktivitäten.

Die Zusammenarbeit in der Selbsthilfegruppe bedeutet aktiv werden und sein!

Die Unterstützung von Selbsthilfeaktivitäten ist der AOK ein wichtiges Anliegen!

Wir werden die Gruppe gerne weiterhin unterstützen.

Weiterhin allen ein gutes Gelingen für Ihre Selbsthilfearbeit wünscht Ihnen ...

Sabine Trexler

AOK-Präventionsberaterin für Selbsthilfeförderung | Servicezentrum Gifhorn

Liebe Leserinnen und Leser, _____

In den 20 Jahren unserer Selbsthilfegruppenarbeit hatten wir regen Erfahrungsaustausch. Dank vieler wertvoller medizinischer Erfahrungs-/Erfolgsberichte und Vorträgen konnten wir gute Tipps von Betroffenen und Experten für eine bessere Lebensqualität im täglichen Umgang mit der Hörschädigung sammeln.

Das Verständnis unter Gleichgesinnten ist für Betroffene eine sehr gute Unterstützung. In den vielen Gesprächen bei unseren Gruppentreffen war nicht immer nur das OHR das Thema. Wir unternahmen gemeinsame Ausflüge, besuchten Museen oder gingen leckeressen.

Auch in der Öffentlichkeitsarbeit gab es in den vielen Jahren immer etwas Neues. So wurden z. B. Flyer und Werbeartikel erstellt. Seit diesem Jahr sind wir auch online und haben eine eigene Homepage. Schauen Sie einfach mal auf www.hoerprobleme-gifhorn.de und informieren Sie sich.

Unter dem Motto „Jeder hilft jedem“ sind unsere Ohren für neue Gruppenmitglieder immer geöffnet. Auch Angehörige sind willkommen.

Ein großes Dankeschön geht an alle Referenten, die über die vielen Themengebiete berichtet haben.

Bedanken möchten wir uns auch bei der AWO-Selbsthilfekontaktstelle für die kompetente Unterstützung in allen Fragen rund um die Gruppenarbeit sowie der AOK Niedersachsen für die Förderung unserer vielen unterschiedlichen Projekte, welche zur Krankheitsbewältigung beitragen und den Gruppenzusammenhalt fördern.

Wir freuen uns auf eine weitere gute Zusammenarbeit!

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen zeigen, was wir in den letzten 20 Jahren von 1999 bis 2019 gemacht haben und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Jutta Bartsch
Gruppensprecherin

_____ Begleitet und unterstützt durch: _____



Kreisverband Gifhorn e.V.
Selbsthilfekontaktstelle



Chronik 1998-1999

10. Dezember 1998

Zum Jahresende 1998 fand ein Informationsabend zum Thema „Tinnitus und Schwerhörigkeit“ (Vortrag *Dr. Schwetschke*, HNO-Arzt) im Casino der AOK statt. Im Anschluss bestand die Möglichkeit, sich für die Gründung einer Selbsthilfegruppe einzutragen.

27. Januar 1999

Das erste Treffen der Interessierten und Gründung der Selbsthilfegruppe Gifhorn unter der Anleitung von *Frau Mosch* (AOK)



Name der Selbsthilfegruppe

Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit Gifhorn und Umgebung

Ansprechpartner

Dieter Müller, Erwin Thiede

Unsere Treffen finden jeden 4. Donnerstag im Monat von 19:30 bis 21:30 Uhr im Gruppenraum der AOK Gifhorn statt.

Aktivitäten

Gruppengespräche zum Umgang mit dem Tinnitus und der Schwerhörigkeit, gemeinsame Ausflüge und Essengehen (z. B. Weihnachtsfeier).

Öffentlichkeitsarbeit

Information in Zeitungen, Flyern und Darstellung der Gruppe.

18. September 1999

Tag der Selbsthilfegruppen in der AOK, Motto: „Selbsthilfe zeigt Flagge“. Darstellung unserer Selbsthilfegruppe mit einem Pantomimen-Vortrag.

1. März 2000

Informationsabend im Krankenhaus Braunschweig, Dr. Lindner hielt einen Vortrag über TRT (Tinnitus-Retraining- Therapie).

12. April 2000

Seminar „Leben mit Ohrgeräuschen“ mit Frau Reichelt in ihrer Praxis in Meine. Training zur Tinnitusbewältigung, Progressive Muskelentspannung.

25. April 2001

Veranstaltung in der Stadthalle Braunschweig zum Thema Tinnitus und Schwerhörigkeit. Es wurde auch über eine Cochlea- Implantation (CI) berichtet.

28. März 2002

Seminar „Tinnitus und Stressbewältigung“ mit Frau Reichelt in der AOK Gifhorn, Progressive Muskelentspannungsübungen.

27. November 2003

Jahresabschlussessen im China-Restaurant.

25. November 2004

Jahresabschlussessen im Restaurant Akropolis.

5. November 2005

5. Celler Tinnitus Symposium in der Helentorschule mit Vorträgen und Workshops.

20. September 2005

Vortrag „Lärm im Ohr - mehr Lebensqualitäten bei Tinnitus“ von Frau Reichelt im Casino der AOK. Unsere Selbsthilfegruppe stellte sich u. a. mit einem Betroffenenbericht von Dieter Müller vor.



13. Februar 2006

Seminar „Leben mit Tinnitus und Ohrgeräuschen“ mit Frau Reichelt in der AOK.

Es wurden Übungen zur sozialen Kompetenz, Entspannungs und Aufmerksamkeitsverlagerung durchgeführt.

4. November 2006

6. Celler Tinnitus Symposium in der Helentorschule mit verschiedenen Workshops, zu Depression- und Stressentstehung.

25. April 2007

Umzug in die Räume des Notfunkdienst Gifhorn (NFD).

Unser altes Domizil in der AOK mussten wir wegen Umbaumaßnahmen räumen.

1. Oktober 2007

Treffen mit der SHG Celle, Vortrag in der Kursana-Residenz Celle zum Thema „Depression“ von Dr. Kratsch, Chefarzt der Klinik am Stiftsberg - Bad Grönenbach.

21. November 2007

Jahresabschlussessen in Wilsche, Gaststätte Deutscher Heinrich.

25. April 2008

3-Tages-Seminar „Tinnitus und Stress“ in Oldau bei Celle. Veranstalter war die SHG Celle.

27. September 2008

7. Celler Tinnitus Symposium in der *Helentorschule Celle*. Thema Tinnitus- und Stress mit verschiedenen Vorträgen und anschließenden Workshops.

26. Oktober 2008

Einladung zum 10-jährigen Jubiläum der Selbsthilfegruppe Tinnitus Celle.

Hans-Walter Hoffmann und Dieter Müller überbrachten Glückwünsche und ein Präsent.

30. Oktober 2008

3-Tages-Seminar in der *Habichtswaldklinik* in Kassel. Veranstalter war die Celler SHG.

16. Oktober 2009

Einladung der Selbsthilfegruppe Celle zu einem dreitägigen Seminar in die *MedClin-Seepark-Klinik* nach Bad Bodenteich.

Zu den Themen zählten verschiedene Umlenkungs- und Aufmerksamkeitsübungen, u. a. Ohrkerzenthherapie. Nach dem Seminar stand eine Stadtbesichtigung sowie ein gemütlicher Abschlussabend auf dem Programm.

31. Oktober 2009

Selbsthilfegruppe Celle, Tinnitus-Tagesseminar, Zusammenkommen- Austauschen- Aktiv sein. Es wurden verschiedene Workshops angeboten.



16. August 2009

Anlässlich des 10-jährigen Bestehens unserer Selbsthilfegruppe unternahmen wir eine Erlebnistour durch das Große Moor in Westerbeck mit der Moorbahn. Den Ausflug ließen wir mit einer Kaffeetafel bei herrlichem Sommerwetter ausklingen. Dazu waren auch unsere Gäste von der SHG-Celle eingeladen.

2010

Ab diesem Jahr wurde bei jedem monatlichen Treffen ein Protokoll erstellt.

Jutta Bartsch wurde Protokollführerin. So können im Nachhinein alle wichtigen Vorgänge nochmals in Erinnerung gebracht werden. Auch abwesende und neue Gruppenmitglieder haben so die Möglichkeit, sich über vergangene Aktivitäten und Veranstaltungen zu informieren.

19. Juni 2010

Einige Gruppenmitglieder besuchten auf Einladung der SHG Uelzen eine Info Veranstaltung in Bad Bodenteich. *Prof. Tass* von der Kernforschungsanstalt in Jülich stellte den neuen Tinnitus Neurostimulator vor. Dieser sieht wie ein Hörgerät aus.

28. August 2010

Vortrag vom HNO-Arzt *Dr. Reintjes* in der Klinik am Zuckerberg in Braunschweig zum Thema „Tinnitus und neue Therapieansätze“.

6. November 2010

9. Celler Tinnitus-Symposium in der Helentorschule zum Thema „Tinnitus und Depression“. Es wurden verschiedene Workshops angeboten.

08. Dezember 2010

Jahresabschlussessen in der Gaststätte Deutscher Heinrich in Wilsche.

28. Mai 2011

Seminar mit der SHG-Celle, Gemeinschaftstänze.

Juni 2011

Im Juni 2011 teilte der 2. Gruppensprecher *Hans-Walter Hoffmann* seinen Gruppenaustritt mit. *Dieter Müller* wurde alleiniger Gruppensprecher.

29. Oktober 2011

10. Celler-Symposium, Umgang mit Tinnitus und Schwerhörigkeit mit Vorträgen und Workshops.

26. April 2012

Vortrag von der Naturheilpraktikerin *Frau Röhl* (aus Meine) in unserem Seminarraum des Notfunkdienstes zum Thema „Myoreflextherapie“.

Es wurde über praktische Übungen und Anwendungen referiert.



22. September 2012

1. Selbsthilfetag der AWO Gifhorn. Auch unsere Gruppe beteiligte sich an dieser Veranstaltung. Wir stellten in der Fußgängerzone einen Pavillon auf und präsentierten uns dort mit Infomaterial und einer akustischen Vorführung einer CD mit verschiedenen Ohrgeräuschen. Die Resonanz der Besucher war gut.

27. Oktober 2012

11. Celler Tinnitus Symposium.

Die Selbsthilfegruppe Tinnitus aus Celle bot verschiedene Vorträge und Workshops an.

13. August 2013

Kutschfahrt zur Heideblüte durch den Heiligen Hain in Betzhorn. Mit 12 Personen unternahmen wir einen Jahresausflug mit Partnern per Kutschfahrt durch die herrliche Heidelandschaft. Anschließend wurde im „Hofkaffee Betzhorn“ bei Kaffee und Kuchen geklönt.



31. Oktober 2013

2. Gifhorner Selbsthilfetag im Foyer der AOK.

Unsere Gruppe war auch wieder präsent. Der Selbsthilfetag wurde von der AWO und AOK organisiert. Es beteiligten sich 20 Selbsthilfegruppen. Wir präsentierten uns erstmalig mit unserem neuen Roll-Up und hatten wieder unseren CD-Player mit und führten verschiedene Ohrgeräusche vor.

Außerdem verteilten wir Flyer und Plakate. Erstmals hatten wir zusätzlich Kugelschreiber zur Mitgliederwerbung fertigen lassen. An unserem Stand war reger Zulauf, wobei wir nette Gespräche mit anderen Betroffenen führten.



28. November 2013

Jahresabschlussessen. Diesmal mit Gruppensprecherwechsel zum 1. Januar 2014

Beim Jahresabschlussessen wurde *Dieter Müller* als Gruppensprecher verabschiedet.

Dieter hatte den Wunsch geäußert, nach fast 14 Jahren als Gruppensprecher den Posten in andere Hände zu übergeben. Er bleibt unserer Gruppe weiterhin als Mitglied verbunden. Nach vorheriger Absprache innerhalb der Gruppe erklärte sich *Jutta Bartsch* bereit die Nachfolge von *Dieter Müller* zu übernehmen.

Unterstützt wird Sie dabei von *Christine Brandes* als Vertreterin. Kassenwart blieb *Peter Mussehl*.

Gruppensprecherwechsel:
Ab Januar 2014 übernahm *Jutta Bartsch* diesen Posten. *Christine Brandes* wurde Vertreterin.

27. März 2014

Unser Kassenwart *Peter Mussehl* gab mit sofortiger Wirkung sein Amt ab. Er übergab *Jutta* beim Gruppentreffen sämtliche Unterlagen. Da sich spontan kein Nachfolger



fand, übernahm *Jutta Bartsch* kommissarisch zusätzlich das Amt.

12. Juli 2014

Jahresausflug mit Partnern.

Besichtigung des Glockenpalastes und der Freiheitsglocke (am Mühlenmuseum Gifhorn) mit einer Führung.

Anschließend wurde im *Hotel Ise-tal* bei Kaffee und Kuchen gemütlich geplaudert.

3.-5. September 2014

Gemeinsam mit der Celler Selbsthilfegruppe nahmen wir an dem Gruppenseminar zum Thema „Maßnahmen gegen den Stress im Alltag“ in der Heimvolkshochschule Rehburg-Loccum teil.

Dieses Seminar brachte wieder neue Erkenntnisse hervor. Unter anderem haben wir die neue Sportart „Drums Alive“ kennengelernt. Hierbei wird mit Hilfe von Schlagstöcken rhythmisch zur Musik auf einem Sitzball mitgetrommelt.

20. September 2014

3. Tag der Selbsthilfe in der Fußgängerzone erneut unter der Organisation der AWO Selbsthilfekontaktstelle. Wir waren auch wieder mit einem Infostand vertreten. Dazu weihten wir unseren neuen Pavillon, den wir als Projektförderung beantragt hatten, ein. Das Interesse der Besucher war wieder sehr groß.

Besonders die Kugelschreiber mit unserer Werbung waren sehr gefragt.



23. September 2014

Teilnahme mit einem Infostand bei einer Vortragsveranstaltung im Bildungszentrum des Landkreises. Veranstalter war der Behindertenbeirat. Thema „Hörminderung“. Als Referentin war Frau *Prof. Dr. Lesinski-Schiedat* von der HNO-Klinik der Medizinischen Hochschule aus Hannover vor Ort. Dazu gab es eine Beratung über technische Hilfsmittel von *Herrn Gnadenberg*, der ebenfalls von der MHH kam.

23. Oktober 2014

Bei unserem **letzten Gruppentreffen** im Jahr 2014 wurde über einen Raumwechsel in das Mehrgenerationenhaus Omnibus im Georgshof als neuen Treffpunkt abgestimmt. *Jutta Bartsch* hatte bereits im September mit *Herrn Schulte* von der Diakonie über diese Möglichkeit gesprochen. Die Gruppe konnte die neuen Räume am Tag der Selbsthilfe besichtigen. Dort können wir Getränke beziehen und haben ein besseres Umfeld als auf der Pflegestation beim Notfunkdienst. Der Wechsel wurde zum Januar 2015 vollzogen.

8. November 2014

Das **12. Celler Tinnitus Symposium** fand wieder in altbewährter Form mit Vorträgen und anschließenden Workshops statt.

22. November 2014

Tinnitus-Vortrag beim Hörgeräteakustikergeschäft „Hören und Sehen“ in Braunschweig. Die Inhaberin, *Frau von Siegroth*, hatte ihre Kunden und andere Interessierte dazu eingeladen. *Herr Dykerhoff* (Selbstbetroffener), war als Referent vor Ort und berichtete von seinem Leiden und der Leidenschaft seines Kampfes

gegen die Ohrgeräusche. Er gab sehr viele Tipps und Infos über Möglichkeiten den Tinnitus zu ignorieren. Es war ein sehr umfangreicher Vortrag zum Weiterempfehlen.

27. November 2014

Jahresabschlussessen. Auch in diesem Jahr kehrten wir wieder in Wilsche in der Gaststätte „Zum Deutschen Heinrich“ ein.

22. Januar 2015

Treffpunktwechsel.

Unser erstes Gruppentreffen im Mehrgenerationenhaus im Georgshof im Steinweg.

24. Februar 2015

Zeitpunktwechsel. Als neuer Zeitpunkt unserer Treffen wird jeder 4. Dienstag im Monat um 19:00 Uhr beschlossen.

21. August 2015

Jahresausflug nach Wolfsburg zur Besichtigung der VfL-Arena.

Bei der Führung wurden uns Bereiche geöffnet, die sonst nicht zugänglich sind. Der VIP-Bereich, der Logenbereich, die Umkleidekabinen, der Pressebereich und die Sitzplätze am Spielfeldrand für Trainer und Reservespieler wurden besichtigt.

Es war schon sehr interessant und beeindruckend, was hinter dem Spielfeld und Zuschauerbereich alles vorhanden ist.

Im Anschluss ließen wir den Tag im Bistro bei dem AOK-Stadion ausklingen.



10. Oktober 2015

Unsere erste, eigene Vortragsveranstaltung im Rahmen der Projektförderung.

Im Mehrgenerationenhaus hatten wir den Saal für die zwei Vorträge und einen kleinen Raum für das Durchführen von Hörtests gemietet.

Für die Veranstaltung hatte *Jutta Bartsch* Handflyer entworfen und verteilt sowie Ohrstöpsel und Kugelschreiber für Werbezwecke mit unseren Kontaktdaten bestellt.

Um einen kleinen Text vor beziehungsweise nach der Veranstaltung zu veröffentlichen, wurden die Zeitungen eingeladen, (leider ist kein Mitarbeiter erschienen).

Ferner wurde die SHG Celle eingeladen.

Als ersten Referenten hatte *Jutta* den Sprecher der Celler SHG, *Klaus Hausmann*, er ist Gesundheitsberater, zum Thema „*Tinnitus - Was tun?*“ gewinnen können. Für den zweiten Vortrag wurde die Hörakustikmeisterin, *Frau von Siegroth*, zum Thema „*Gutes Hören verbindet*“ engagiert.

Nach den Vorträgen wurde den Besuchern ein Hörtest angeboten. Von dem Angebot wurde rege Gebrauch gemacht, so dass das Zeitfenster nicht ausreichte, um alle Interessenten abzuwickeln.

Als zusätzliche Erschwernis kam die fehlende Lautsprecheranlage hinzu, die vom Mehrgenerationenhaus nicht aufgebaut wurde, obwohl wir extra darauf hingewiesen hatten. Unsere Gruppe hat sich sehr gut eingebracht.

Es waren fast alle Mitglieder vor Ort.



24. November 2015

Unser Jahresabschlussessen fand wie gewohnt im Deutschen Heinrich in Wilsche statt.

Gruppenstatistik:

2015 hatten uns 8 Gäste besucht, von denen wir 3 neue Mitglieder begrüßen durften:

Herrn Asit Saha, Frau Hannelore Rieling und Frau Irmgard Ströhmer.

Somit bestand unsere Gruppe aus 13 Mitgliedern.

11. Mai 2016

Besuch des Terzo-Hörzentrum in Braunschweig

Die Terzo-Therapie ist ein Hörtraining zum besseren Hörverstehen. Es wird mit einer Sprach-CD und einem Übungsheft das Hörverstehen geübt. Dieses Verfahren ist besonders für solche Hörgeräteträger zu empfehlen, die trotz Hörgerät ein schlechtes Hörverstehen haben.

21. Mai 2016

Teilnahme an der Familienmesse.

In diesem Jahr mit einem Info-stand unserer Gruppe.

Christine Brandes und *Jutta Bartsch* vertraten unsere Gruppe. Es ergaben sich interessante Kontaktgespräche mit den Besuchern.



23. Juni 2016

Yoga-Workshop

mit *Frau Hagelmann*, im Hause von „Yoga Mitte“ mit neuen Erfahrungen zu unseren bisher durchgeführten Ohrtherapien. Diesen zweistündigen Workshop führten wir im Rahmen einer Projektförderung durch.

30. Juli 2016

Jahresausflug zur Burg in Brome

Der Besuch mit Führung war sehr erlebnisreich. Es gab dort viele alte Handwerksberufe mit originalen Werkzeugen in einzelnen Raumabschnitten zu besichtigen. Auch das Leben in der Burg, z. B. in der Küche, wurde erläutert. Anschließend wurde im Burgkaffee bei Kaffee und Kuchen geklönt.



17. September 2016

Tag der Selbsthilfe. In diesem Jahr hat unsere Gruppe nicht teilgenommen.

22. November 2016

Jahresabschlussessen

Nach vorheriger Diskussion beim Gruppentreffen, evtl. mal das Restaurant zu wechseln, hat sich die Mehrheit für unser Stammrestaurant „Deutscher Heinrich“ in Wilsche ausgesprochen.

Gruppenstatistik: 2016 hatten uns 9 Gäste besucht, wovon ein neues Gruppenmitglied zu uns gekommen ist. Wir begrüßen *Frau Liesel Trebuna*.

Unsere Gruppe besteht jetzt aus 14 Mitgliedern.

24. Januar 2017

Unser erster Gruppenabend im neuen Jahr begann mit einem neuen Jahresprojekt zum Thema „Autogenes Training“.

Frau Trexler von der AOK, unsere Ansprechpartnerin in Sachen Projektförderung, ist auch Therapeutin für Autogenes Training. Somit probierten wir mal wieder eine andere Art von Entspannung, um von unseren Ohrgeräuschen abzulenken.

Wir hatten dazu den Saal im Mehrgenerationenhaus angemietet. Jeder der sieben Teilnehmer hatte eine Liegematte mitgebracht. *Frau Trexler* hat uns durch eine schöne Vorstellungslandschaft begleitet.

4. März 2017

Unser Gründungsmitglied *Manfred Striethorst* ist heute nach längerer Krankheit verstorben.

27. Juni 2017

Beim heutigen Treffen wurde einstimmig der Treffpunktwechsel zum AOK-Gebäude in den Dannenbütteler Weg beschlossen. Nach den laufenden Unstimmigkeiten im Mehrgenerationenhaus mit der Getränkeversorgung und der Schlüsselbenutzung haben wir einen Wechsel angestrebt.

Frau Trexler von der AOK hatte mit *Jutta Bartsch* gesprochen, dass in dem Gebäude Dannenbütteler Weg 1 jetzt Räumlichkeiten für Selbsthilfegruppen kostenfrei angeboten werden.

Der Hausschlüssel wird ausgehändigt und braucht nicht wie beim MGH abgeholt und am nächsten Tag zurückgebracht werden. *Jutta* hatte der Gruppe von der Besichtigung der Räume Fotos gezeigt.

Der Vertrag mit dem MGH wird zum Jahresende gekündigt.

5. August 2017

Jahresausflug zum Schulmuseum Steinhorst

Dort war zu dem Zeitpunkt noch eine Sonderausstellung. Selbstgebasteltes Spielzeug von einem ehemaligen Kriegsgefangenen aus dem 2. Weltkrieg, für seine Tochter. Es sind wunderschöne kleine Kunstwerke entstanden. Natürlich waren wir auch in dem alten original eingerichteten Klassenzimmer gewesen. Die Museumsführung wurde sehr detailliert ausgeführt.

Anschließend sind wir noch zum Kaffeeeklatsch in das nette kleine Museumskaffee gegangen und ließen uns die selbstgebackenen Torten schmecken.



24. Oktober 2017

Letztes Treffen im Mehrgenerationenhaus (MGH). Ab Januar 2018 sind wir in unseren neuen Räumlichkeiten im Dannenbütteler Weg 1.

28. November 2017

Jahresabschlussessen

Diesmal Restaurantwechsel zum Restaurant Flutmulde. Nach einer Abstimmung beim Gruppentreffen am 25. Juli wurde mit Mehrheit dem Restaurantwechsel zugestimmt.

Gruppenstatistik: 2017 hatten wir 7 Gäste.

Frau Rosemarie Langer wurde als neues Gruppenmitglied begrüßt. Bedingt durch den Todesfall von *Manfred Striethorst*, wird seine *Frau Herta* auch nicht mehr zu uns kommen.

Somit besteht unsere Gruppe aus 13 Mitgliedern.

23. Januar 2018

1. Gruppentreffen im neuen Treffpunkt im Dannenbütteler Weg 1. Dieser Treffpunkt ist kostenfrei. Das Gebäude gehört zur AOK Krankenkasse, die auch für Projektförderungen zuständig ist. Diese Räumlichkeiten werden auch von anderen Selbsthilfegruppen genutzt.

27. März 2018

Unser erstes Jahresprojekt.

Jutta Bartsch hatte den Physiotherapeuten *Herrn Kahn* vom Praxisteam Wahrenholz zu uns eingeladen.

Er berichtete über den Zusammenhang zwischen der Halswirbelsäule und dem Tinnitus. Dazu wurden spezielle Übungen durchgeführt. Ferner wurde auch über andere Krankheitsbilder in Verbindung mit der Wirbelsäule berichtet.



31. Mai 2018

Die Selbsthilfegruppe geht online. Gemeinsam mit der Agentur TINfolio.de hat *Jutta Bartsch* das Konzept für die erste eigene Homepage - hoerprobleme-gifhorn.de entwickelt.

17. August 2018

Der diesjährige Jahresausflug mit Partnern führte uns nach Bad Harzburg zum Baumwipfelpfad. Die Anreise hatten wir nach Wahl gestaltet.

Vier Gruppenmitglieder sind mit der Bahn gefahren und drei mit dem Auto.

Zu Beginn hatten wir uns erstmal mit einem Mittagessen im Restaurant „Hexenklaus“ gestärkt. Anschließend ging es bergauf zum Baumwipfelpfad. Es war ein interessanter Lehrpfad.

Am Ende ging es unterhalb vom Pfad auf dem romantischen Waldweg zum Kaffeetreffpunkt am Märchenwald. Dort fand bei Kaffee und Kuchen ein gemütlicher Ausklang vom erlebnisreichen Tag statt.

29. September 2018

Einladung zu einer Vortragsveranstaltung der Celler Selbsthilfegruppe zum 20jährigen Gruppenbestehen.

Mit einer anschließenden Schlossbesichtigung und einem Abendessen.

Jutta Bartsch überbrachte im Namen unserer Gruppe ein Präsent mit einer Glückwunschkarte an den Gruppensprecher *Klaus Hausmann*.

27. November 2018

Jahresabschlussessen
im Restaurant Flutmulde.

Gruppenstatistik:

2018 hatten wir 3 Gäste, wobei
Frau Corinna Wenk als neues
Gruppenmitglied dazu gewon-
nen werden konnte.

Somit haben wir einen Mitglieder-
bestand von 14 Personen.



Wir freuen uns auf 2019

Wir freuen uns auf das nächste Jahr, welches unser Jubiläumsjahr wird. Im Januar feiern wir **20jähriges Gruppenbestehen**.

Dieses wollen wir mit einer Präsentation in der Fußgängerzone sowie einem Infostand und dem Hörmobil vom Deutschen Schwerhörigenbund mit der Durchführung von Hörtests für jeden interessierten Bürger feiern. Dazu wird auch diese Jubiläumsbroschüre mit unserer Chronik verteilt werden.

**Wir hoffen, dass wir weiterhin vielen Betroffenen
Hörgeschädigten helfen können.**

Impressum

Herausgeber des Heftes:

Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit

Verantwortlich
für den Inhalt:

Gruppensprecherin Jutta Bartsch

Grafik und Layout:

TINfolio - Christina Breindl | www.tinfolio.de



Tinnitus UND SCHWERHÖRIGKEIT

Selbsthilfegruppe Gifhorn und Umgebung



Bild: Mann im Ohr - TINfolio.de

HERAUSGEBER

Selbsthilfegruppe Tinnitus und Schwerhörigkeit

Gruppensprecherin

Jutta Bartsch

Weidenring 28

38518 Gifhorn

E-Mail: kontakt@hoerprobleme-gifhorn.de

hoerprobleme-gifhorn.de

