

Informativ, lehrreich und modern...

ein Bericht von Matthias Seebo und Anja Strecker

Wenn man ein Motto für das dreitägige Regionalgruppenleitertreffen 2021 des AdP e.V. in Bonn hätte finden müssen, wäre es wohl dieses gewesen: Informativ, lehrreich und modern. Drei Tage voller Informationen, lehrreicher Veranstaltungen und modernster Lernmethoden warteten auf die Regionalgruppenleiter/innen, deren Stellvertreter/innen und deren Begleitungen, die wieder aus dem gesamten Bundesgebiet angereist waren. Schon der erste Tag war ein interessantes Potpourri aus Information und Diskurs und machte Appetit auf mehr. Am Veranstaltungsbeginn stand die Begrüßung durch den Bundesvorsitzenden des AdP e.V. Lutz Otto auf dem Programm. Erfreulicherweise verkündete Herr Otto, dass, trotz der Corona-Situation, keine signifikanten Mitgliederverluste zu beklagen waren und begrüßte sogar noch sechs neue Regionalgruppenleitungen im Amt. Das stimmte mehr als positiv, denn eigentlich war doch gegenteiliges zu befürchten, so wie es von einigen Vereinen und Selbsthilfeorganisationen in den Medien berichtet wurde. Herr Otto beglückwünschte noch einige 10-jährige Jubilare, bevor er den genaueren Ablaufplan der Veranstaltung verlas. Für die künftige Öffentlichkeitsarbeit des AdP e.V. wurden Herr Mörer und Frau Kefer von der Presseagentur „s-Press“ vorgestellt, die die Veranstaltung über das gesamte Wochenende begleiteten. In diesem Zuge wurde auch eine neue Broschüre „Tumore - Gut- und bösartig“ angekündigt, welche von Prof. Dr. med. H. Friess, Prof. Dr. med. M. Niedergethmann sowie Prof. Dr. med. W. Uhl erarbeitet wurde und voraussichtlich im November erscheinen wird. Herr Otto teilte weiterführend noch einige Termine für kommende Veranstaltungen mit. Darunter waren unter anderem der Weltpankreaskrebstag am 17.11.2022, das Regionalgruppenleitertreffen in Leipzig vom 29.09.-01.10.2022 und das Bundestreffen des AdP e.V. in Halle/Saale vom 06.-08. Mai 2022. Lutz Otto übergab das Wort anschließend an den Vorsitzenden des Wissenschaftlichen Beirats Prof. Dr. med. H. Friess, der sich für die gute Zusammenarbeit im Verein bedankte und den Wunsch äußerte, noch mehr Kontakt zu den Regionalgruppenleiter/innen zu pflegen. Prof. Dr. med. Friess äußerte: „Wir Ärzte profitieren schließlich auch von den Erfahrungen, die die Regionalgruppenleiter/innen durch die Erstkontakte mit den Patienten in den Gruppen sammeln können.“



RGL-Seminar Bonn 1 – Dr.med.Atabas - Foto: Matthias Seebo

Es folgte ein hochinteressanter Vortrag von Herrn Dr. med. Evren Atabas, der für sein Engagement im Bereich der Sportmedizin bei Krebserkrankungen bekannt ist. Der ärztliche Leiter des Onko-Sportzentrum Rhein-Sieg referierte über das Thema Fatigue bei Krebserkrankungen und gab einen Einblick in seine tägliche Arbeit mit Krebspatienten. Er veranschaulichte die Wichtigkeit des Sports und der Bewegungstherapie bei der Diagnose Krebs, um unter anderem auch die Fatigue-Symptome zu lindern und etwas Leistungsfähigkeit zurück zu gewinnen. Fälschlicherweise stellen 40-70% der Krebspatienten ihre sportlichen Aktivitäten nach der Diagnose ein, was zur Folge hat, dass

zum Beispiel die Leistungsfähigkeit sinkt, das Immunsystem geschwächt wird und die Gedächtnisleistung abfällt. Da die Fatigue durch ihre Symptome ohnehin starke Auswirkungen auf die kognitive, emotionale und körperliche Ebene hat, ist ein Entgegenwirken durch ärztlich betreuten Sport sehr wichtig. Die richtige Kombination von Kraft- und Ausdauersport kann unter anderem die Nebenwirkungen onkologischer Behandlungen reduzieren und die Lebensqualität verbessern. Auch das Rezidiv-Risiko lässt sich durch sportliche Aktivitäten durchaus senken. Wichtig beim therapiebegleitenden Sport ist die Einschätzung der Sportfähigkeit durch einen onkologisch erfahrenen Mediziner, der ein individuelles Trainingsprogramm zusammenstellt und die Belastung des Patienten gesamttherapeutisch betrachtet und kontrolliert. Nach diesem sehr sympathischen Fachvortrag neigte sich der erste Veranstaltungstag schon fast dem Ende zu. Die Teilnehmer hatten aber genug Gesprächsstoff, um noch eine Weile miteinander zu diskutieren und sich auszutauschen.

Der Veranstaltungs-Freitag begann mit dem Modul 3 der Seminarserie für Regionalgruppenleiter/innen, welche 2019 mit den Modulen 1 (Wir, der AdP) und 2 (Organisation und Selbstfürsorge als Gruppenleitung des AdP) startete und coronabedingt erst in diesem Jahr mit den Modulen 3 (Gruppenarbeit und Nachfolge) und 4 (Öffentlichkeitsarbeit und Auftreten) fortgesetzt werden konnte. Die in Gruppen aufgeteilten Seminarteilnehmer wurden in interaktiven Lern-Abschnitten zum Mitmachen und Mitreden animiert. Themen wie zum Beispiel die Bedeutung der Gruppentreffen für die AdP-Mitglieder, die



RGL-Seminar Bonn 2 - Seminar-Module - Foto: Anja Strecker

Grundbedingungen für Regionalgruppen, die Gestaltung der Gruppentreffen wurden dabei vorgestellt und diskutiert. Bei dieser Gelegenheit wurden verschiedene Muster erörtert, eine Regionalgruppe zu leiten. Die Moderation der Treffen, der Umgang mit schwierigen Diskussionsthemen und Diskussionsteilnehmern während der Gruppentreffen sowie die Konfliktprävention wurden hier sehr ausgiebig und durchaus auch kontrovers beleuchtet. Im zweiten Teil des dritten Moduls ging es dann um die Nachfolge, um die sich die Regionalgruppenleitungen meist in Eigenverantwortung kümmern. Es wurden die Schwierigkeiten dabei aufgezeigt und Wege beschrieben, wie man seine eigene Nachfolge als Regionalgruppenleiter/in organisieren und somit früh genug für den Fortbestand der Gruppe sorgen kann. Festzustellen war dabei allerdings, dass einige Gruppenleiter/innen sich entweder erst recht spät um die Nachfolge bemühen oder aber keine Mitglieder innerhalb der Gruppe zur Mitarbeit bereit beziehungsweise gesundheitlich nicht in der Lage sind. In kleinen Arbeitsgruppen wurden zu diesem Thema zukunftsweisende Konzepte und Strategien diskutiert. Dieses Modul sorgte für regen Austausch unter den Teilnehmern, sodass die folgende Stadtrundfahrt durch Bonn und das Beisammensein nach dem anschließenden Abendessen nicht langweilig wurde.

Der dritte Tag versprach mit dem vierten Modul nicht minder interessant zu werden. Die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins und das Auftreten der Vereins-Repräsentanten standen im Fokus. Wen will der Verein erreichen? - Was wollen wir gemeinsam erreichen? - Wie wollen wir unsere Ziele erreichen? Diese drei Fragen zogen sich wie ein roter Faden durch dieses Seminar-Modul. Gemeinsam wurde über modernere Möglichkeiten der Kommunikation mit den Zielgruppen diskutiert. Auch neue Wege der Mitgliedergewinnung, des Netzwerkens in der Selbsthilfe und der Lobbyarbeit wurden hier thematisiert. Als ganz entscheidend für die Öffentlichkeitsarbeit wurde das eigene Erscheinungsbild herausgefiltert. Um Qualität und Seriosität zu vermitteln, ist das Auftreten gegenüber unseren Mitgliedern, Interessierten und Kooperationspartnern ein wichtiger Faktor.

Die Seminarteilnehmer stellten nach diesem Modul einstimmig fest, dass der Erfahrungsaustausch und der Diskurs unter den Regionalgruppenleitungen ein wichtiger Schritt auf dem gemeinsamen Weg in der Selbsthilfe ist und äußerten den Wunsch, auch im nächsten Jahr wieder zusammen an einem Lernprojekt zu arbeiten. Im Seminarverlauf boten sich dazu bereits einige Themen direkt an.

Der Vereinsvorsitzende Lutz Otto verabschiedete die Regionalgruppenleiter/innen nun, jedoch nicht ohne sich bei den Seminarleiterinnen und der Bundesgeschäftsstelle für die ausgezeichnete Organisation zu bedanken. Ein sehr gelungenes Veranstaltungswochenende lässt alle Teilnehmenden mit vielen Informationen und neuen „Werkzeugen“ im Gepäck in ihre Heimatdomizile zurückkehren.