



## Newsletter vom 29. April 2018

Liebe Mitglieder

Schon bald sind die ersten vier Monate vom Jahr 2018 vergangen und wir möchten euch über vergangene Veranstaltungen informieren und einen Ausblick in die kommenden Monate geben.

Am 17. März 2018 fand **die erste Generalversammlung mit anschliessender Tagung** der Lymphödem Vereinigung Schweiz statt. Nachdem sich gesamthaft 16 Mitglieder und 10 Gäste in der Lounge 23 in Basel eingefunden hatten, eröffnete Präsidentin Marion Gasser um 10.30 Uhr pünktlich zur GV. Nach den ersten „organisatorischen“ Traktanden greift Marion einige Punkte aus dem Jahresbericht 2017 nochmals auf und fährt mit der Präsentation des Tätigkeitsprogramms für das Jahr 2018 fort, welches wie folgt aussieht:

- 16. Juni: Co-Organisation und Durchführung des Betroffenen- und Angehörigentages in Aarau
- 14. September: Vereinsausflug zu Sigvaris AG nach St. Gallen
- 20. Oktober: Mitgliedertreffen in Olten
- 27. Oktober: Mitgliedertreffen in Winterthur
- Weitere Öffentlichkeitsarbeit und Netzwerken
- Zweiter Mailing-Versand im Sommer

Nebst Behandlung weiterer Traktanden wird eine Statutenänderung genehmigt und die Mitgliederbeiträge von CHF 50.00 werden gutgeheissen. Dann folgen die Wahlen des Vorstands und der Revisionsstelle für die nächsten zwei Jahre. Ingrid Metzger, Mitgründerin des Vereins, ist aus beruflichen Gründen aus dem Vorstand ausgetreten. Wir danken ihr für die wertvolle Mithilfe beim Aufbau der Vereinigung. Mit Barbara Estermann als Vorstandsmitglied haben wir neue Unterstützung erhalten. Wir freuen uns auf die gemeinsame Zusammenarbeit und ein interessantes Vereinsjahr.

Zum Abschluss des Morgens wird schon auf die **nächste Generalversammlung am Samstag, 2. März 2019** hingewiesen. Mit einem Applaus bedanken wir uns bei allen unseren Gönnern, die es uns ermöglichen, als Verein zu wachsen und die hochgesteckten Ziele zu verfolgen. Herzlichen Dank!



Die Mittagspause nach der GV wurde für einen regen Austausch unter allen Anwesenden genutzt, woraus interessante Unterhaltungen hervorgingen. Am Nachmittag fuhren wir dann mit der geplanten Tagung „**Hilfe zur Selbsthilfe mit einem Lymphödem**“ fort:

Corinne Weidner, Physiotherapeutin aus Gampel, legte in einem ersten theoretischen Teil den „Weg durch das Labyrinth des Lymphödems“ dar. Schwerpunkt dabei war die Therapie mit den 5 Säulen *Manuelle Lymphdrainage, Hautpflege, Kompressionstherapie, Bewegungstherapie und Eigenverantwortung*. In der zweiten Hälfte führte uns Corinne zwei praktische Beispiele von Bandagierungen an Arm und Bein vor. Abgerundet wurde der Tag mit erfrischenden Atem- und Gymnastikübungen, geleitet von Susanne Jüngermann, Bewegungstherapeutin der RehaClinic Bad Zurzach.

Weiter möchten wir euch gerne berichten, dass wir Ende vergangenen März Frau Hermann gewonnen haben, welche **für den LV-Schweiz ein pro-bono Kommunikations-Konzept erstellt**. Dabei wird sie unter anderem auch die Homepage, den Flyer und alles andere bisher geleistete unter die Lupe nehmen. Ziel dabei ist, uns Feedback zu geben und ein Konzept vorzuschlagen, wie wir uns gegenüber der Öffentlichkeit präsentieren können.

Marion, Anita und Andrea besuchten am 5. April 2018 **den Frühjahrs-Netzwerktag der Lympha Helvetica** in Olten. Dabei gab es verschiedene Vorträge zum Thema *Altersbedingte Begleiterkrankungen bei Lymph-Lipödem-Patienten*. Unter anderem wurde über Knieoperationen, Diabetes Mellitus, Ernährung sowie Therapie im Alter referiert. Mit eindrücklichen Fällen und Bildern aus der Praxis wurden Komplikationen und Möglichkeiten zu deren Verhinderung geschildert. Mit all diesen Beispielen wird einmal mehr klar, wie wichtig die richtige Diagnose „Lymphödem“ und eine abgestimmte Therapie ist, um Folgeschäden zu verhindern. Die Pausen wurden für intensives Netzwerken und Kontakteknüpfen genutzt.

Last but not least möchten wir euch über den **Betroffenen- und Angehörigentag am 16. Juni 2018 in Aarau** informieren: Wir organisieren diesen Betroffenen- und Angehörigentag in Zusammenarbeit mit der Lympha Helvetica und der Vereinigung Lipödem Schweiz. Alle wichtigen Hersteller von Kompressionsstrümpfen werden ihre Innovationen, die aktuellen Sommerfarben und verschiedene Strumpfvariationen zeigen. Ein Referat über die unterstützende Ernährung beim Lip- und dem Lymphödem und die bekannte Bewegungsexpertin Diana Bednar mit ihrem Lipoletics©-Programm garantieren einen interessanten Tag.

Erstmals in der Schweiz: Die bekannte Mode-Bloggerin Caroline Sprott moderiert die Modeschau, welche von Lip- und Lymphödem-Patientinnen präsentiert wird. Lass dich überraschen von flippiger Mode mit farbiger Kompressions-Bestrumpfung, den neusten LunaLargo-Jeans, edlen BH's auch für grosse Grössen und farbig-fröhlicher Bademode.

Dieser Tag richtet sich ausdrücklich auch an **Angehörige** von Lymphpatientinnen und –Patienten. **Melde dich so rasch als möglich an unter <http://www.lympha-helvetica.ch>**. Deine Begleitpersonen profitieren von einem stark ermässigten Eintrittspreis von CHF 15.00 (Regulärer Eintrittspreis CHF 50.00 inkl. Mittagessen).

Wir vom Vorstand freuen uns, euch am Betroffenen- und Angehörigentag in Aarau zu begrüßen!

Also bis bald und herzliche Grüsse,



Marion Gasser

Präsidentin LV-Schweiz