



INFO

Nr. 183

Mitglieder-Magazin der Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V. März 2020

**Wieder
sprichs
Lösung**

INFORMATIONEN

INFO
183



03 Editorial

04 Aus für die Widerspruchslösung

12 Jubiläumsfeier 50 Jahre Nierentransplantation im UKE

15 Mitgliederbewegung 2019

16 Veranstaltungen der Nieren Selbsthilfe

18 Mitgliederversammlung 2020

20 Jugendgruppe bei den NierenKids

21 Impressum

22 Sanfte Medizin mit Lavendel

23 Spenden 2019 für die Nieren Selbsthilfe

24 Über unseren 1. Spaziergang 2020

26 Das Bewegungsprogramm 2020

31 Beitrittserklärung und Einzugsermächtigung

Vorstand der Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V.

Vorsitz:	Kerstin Kühn	☎ 040/79 30 27 78 E-Mail: kuehn@bnev.de
Stellvertretender Vorsitz:	Peter Stoetzer	☎ 040/85 33 79 36 E-Mail: PStoetzer@aol.com
Kassenführung:	Carsten Schroers	☎ 04152-70344 E-Mail: c.schroers@t-online.de
Schriftführung:	Stefan Drass	☎ 0179/3913988 E-Mail: Stefan.Drass@gmx.de
Besondere Aufgaben:	Joan Meins	☎ 040/642 80 25 E-Mail: jomume@freenet.de

Unsere Geschäftsstelle erreichen Sie telefonisch unter 040 - 57 12 81 82
dienstags von 10 - 12 Uhr und donnerstags von 16 - 18 Uhr.

Liebe Leserin

Anfang März dieses Jahres erschien ein Bericht im Hamburger Abendblatt, demzufolge die Spendenbereitschaft in Deutschland stark zurückgegangen sei. Zum Glück traf diese Aussage für uns im Jahr 2019 nicht zu. Damit können wir unsere Zeitschrift und etliche Veranstaltungen in bewährter Qualität weiter finanzieren. Hierunter fallen auch die Seminare und Versammlungen. Dies gelingt uns zurzeit immer noch, wenngleich sich die Zahl der Mitglieder erheblich reduziert hat (und damit die Einnahmen) und wir heute nur noch auf die Hälfte der Mitglieder von vor 20 Jahren kommen.

Für die großzügigen Spenden und natürlich auch für den Mitgliedsbeitrag sind wir Ihnen sehr dankbar, und wir werden bemüht bleiben, den Aktiven unter Euch im Dialog, wie auch den weniger Aktiven mit unserer dreimal jährlich erscheinenden Info neben den Berichten aus dem Vereinsgeschehen Informationen zur Nierenbehandlung und zur Gesundheitsvorsorge zur Verfügung zu stellen.

Ich habe den Mitgliederschwund erwähnt. Das erkennen Sie auch in diesem Heft an der Zahl der neuen Mitglieder im Verhältnis zu den Verstorbenen. Diese Erscheinung trifft nicht nur uns; auch die anderen Mitgliedsvereine berichten darüber. Es mag wohl an der heutigen Zeit mit der universellen Informationsvielfalt

durch „Facebook“ und „Google“ liegen. Heute kann ich jede Frage an „Google“ stellen und erhalte eine Unmenge an Antworten. Ich suche mir dann nicht nur die ersten drei besten aus, sondern gehe noch etwas in die Tiefe. Dann habe ich möglicherweise eine richtige Antwort und nicht nur „Fake News“, also eine falsche oder ungeprüfte, phantasievolle Antwort. Nur diese kann ich nicht „verifizieren“. Anders bei Fragen an unsere Mitglieder. Die Antworten auf Fragen zur Nierentherapie sind Erlebtes. Wir können sie mit dem persönlich Erlebten untermauern. Wir können sagen oder zeigen, ob oder was es geholfen hat. Das ist eine ganz andere Information. Zudem wissen die Fra-

genden uns einzuschätzen.

Deswegen ist der Service der Patienten-Begleiter so erfolgreich. Ursprünglich von der Vereinigung der Organtransplantierten, Herrn Bernd Hüchtemann, in Hamburg etabliert und jetzt von uns begleitet und durch die Aktiven mit mehrtägiger Ausbildung zum Patienten-Begleiter erweitert. Auf diesem Wege will ich den aktiven Damen und Herren aller Vereine, die sich daran beteiligen, ausdrücklich im Namen unseres Vereines meinen Dank sagen. Der Dank gilt gleichermaßen den finanzierenden Pharmafirmen, ohne die das Projekt unseres Bundesverbandes schon ausgelaufen wäre.

Wer Interesse hat und dazu mehr wissen möchte, kann sich bei mir oder direkt bei unserem Bundesverband informieren.

Das UKE, speziell die Transplantationsabteilung nicht erst unter Prof. Dr. Tobias B. Huber, ist der Zusammenarbeit mit den Selbsthilfevereinen gegenüber recht aufgeschlossen. Beide Seiten und natürlich die Patienten profitieren davon. Dazu lesen Sie in diesem Heft, zum Jubiläum „50 Jahre Nierentransplantation in Hamburg“ und zu dem diesmal sehr gelungenen, informativen Patientenseminar.

Öffnen Sie bisweilen unsere Homepage „www.nieren-hamburg.de“, um keinen Termin zu verpassen oder studieren Sie die Terminliste dieses Heftes.

Viel Vergnügen ☺



**Im Namen von Vorstand
und Redaktion
herzlichst Ihr/Euer**

Peter Staefgen

**Stellv. Vorsitzender
Nieren Selbsthilfe Hamburg**

DAS WIRD NICHTS . . .

Teil IV und Schluss

...bzw. es ist nichts geworden mit der Widerspruchslösung. Am 16. Januar 2020 hat der Deutsche Bundestag den entsprechenden Gesetzesvorschlag abgelehnt und sich für eine alternative Lösung entschieden, die maßgeblich von den Grünen und der Linkspartei eingebracht wurde.

Von Jens Tamcke

Bekanntlich stirbt die Hoffnung zuletzt. Und auch ich hatte immer wieder gehofft, dass es bei einer größeren Anzahl von Abgeordneten „klick“ macht und sie sich doch noch für die Widerspruchslösung umentscheiden. Aber:

Es war abzusehen

Ich verweise im wesentlichen auf unsere laufende Berichterstattung über das parlamentarische Beratungs- und Gesetzgebungsverfahren sowie deren Analyse. Das waren die Orientierungsdebatte im November 2018 (s. Info Nr. 180), die erste Lesung der ein-

gebrachten Gesetzes-Entwürfe im Juni 2019 (Info Nr. 181) sowie die öffentliche Anhörung der Sachverständigen im Gesundheitsausschuss im September 2019 (Info Nr. 182).

Bereits im November 2018 zeichnete sich eine Tendenz gegen die Widerspruchslösung ab und deshalb habe ich damals die Über-



Quelle: Deutscher Bundestag

schrift „Das wird nichts“ gewählt. Diese Tendenz zeichnete sich auch in den beiden folgenden Beratungsstufen ab und so musste es kommen wie es kam: 292 Stimmen für den Gesetz-Entwurf von Minister Jens Spahn und dem Abgeordneten Karl Lauterbach entsprachen nur 43 % der 674 abgegebenen Stimmen. Mit „Nein“ stimmten dagegen 379 Abgeordnete entsprechend 56 %. Einzelheiten sind der Grafik auf der nebenstehenden Seite zu entnehmen.

Dabei haben die Abgeordneten der CDU/CSU zu 59 % mit „Ja“ gestimmt, die SPD sogar zu 62 %. Allerdings kamen die Hauptprotagonisten der Widerspruchslösung auch aus diesen Fraktionen.

Anders dagegen die Grünen

und Linken, die einen eigenen Gesetz-Entwurf vorgelegt hatten, nach dem im Wesentlichen die bisherige Regelung aufrecht erhalten wird. Hauptprotagonistinnen waren die Co-Vorsitzende der Grünen, Annalena Baerbock, und der Linken, Katja Kipping. Insofern überrascht es nicht, dass die Grünen-Fraktion fast komplett gegen die Widerspruchslösung stimmte. Auch die Linke lehnte die Widerspruchslösung ab, allerdings nur mit bemerkenswerten 55 %.

Der Vollständigkeit halber sei noch erwähnt, dass auch die AfD-Fraktion die Widerspruchslösung nahezu komplett ablehnte, was nicht verwundert, denn sie hatte ebenfalls einen eigenen Gesetz-Entwurf eingebracht, über den aber nicht mehr abgestimmt wur-

de, nachdem die Regelung Grüne/Linke bereits beschlossen war.

Diese Abstimmung (sog. 2. Lesung) ergab mit 382 Ja-Stimmen eine 57 %ige Mehrheit der abgegebenen Stimmen und der Gesetz-Entwurf war damit angenommen.

Interessant finde ich, dass die Befürworter der Widerspruchslösung bei CDU/CSU und SPD nun nicht komplett mit „Nein“ gestimmt haben. So waren bei der CDU/CSU 146 Abgeordnete für die Widerspruchslösung, aber nur 97 gegen die Entscheidungslösung. Das ist zwar letztendlich pragmatisch, weil es ja keine Widerspruchslösung mehr geben konnte, aber auch nicht sonderlich konsequent.

Insgesamt gesehen war die Ablehnung der Widerspruchslösung



aber fast genauso hoch wie die Zustimmung zur Entscheidungslösung. Umgekehrt ist es nicht so eindeutig, was in erster Linie an der höheren Anzahl der Enthaltungen liegt.

In einer weiteren Abstimmung, der sog. 3. Lesung, musste offenbar aus formalen Gründen nochmals namentlich über den Entwurf von Baerbeck und Co. abgestimmt werden und da sah das Ergebnis deutlich anders aus:

432 Ja-Stimmen, 200 Nein-Stimmen, 37 Enthaltungen und 40 nicht abgegebene Stimmen.

Die Argumente

In meinem bisherigen Texten zur parlamentarischen Befassung dieses Themas habe ich versucht, die Kernaussagen in der Argumentation der einzelnen Rednerinnen und Redner zu erfassen und wiederzugeben. Das möchte ich an dieser Stelle nicht wiederholen, denn ich nehme an, dass sich diese nicht grundlegend geändert haben werden, zumal dann wieder viele eng bedruckte Seiten durchzuarbeiten gewesen wären.

Statt dessen habe ich (erneut) die eindrucksvolle und persönliche Aussage des Sachverständigen Prof. Falk aus der öffentlichen Anhörung im September 2019 in ganzer Länge einschl. der zugrunde liegenden Frage ausgewählt und sie den Worten von Frau Baerbeck vom 16. Januar 2020 gegenübergestellt. Diese Gegenüberstellung zeigt sehr deutlich und eindringlich, was Herr Prof. Falk mit der akademischen Diskussion im Parlament meint:

„Abg. Erich Irlstorfer -CDU/CSU - (Gruppe Widerspruchslösung): Meine Frage richtet sich an die Deutsche Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie, an Herrn Prof. Dr. Falk. Mit der Einführung der doppelten Wi-

derspruchslösung ist insbesondere die Erwartung einer höheren Spenderquote verbunden. Welche weiteren Effekte gesamtgesellschaftlich, aber auch in den Kliniken und beim medizinischen Personal und unter Berücksichtigung der bereits kürzlich erfolgten Änderung des Transplantationsgesetzes erwarten Sie von der Einführung der doppelten Widerspruchslösung?

Prof. Dr. Volkmar Falk (Deutsche Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie (DGTHG)): Ich sitze hier auch für die Patienten und ich werde auf Ihre Frage nur kurz antworten und dann noch ein kleines Statement dazugeben. Erst einmal vielen Dank für das Gesetz, es hat uns geholfen und die Strukturverbesserungen sind spürbar. Wir haben deutlich bessere Prozesse und ich glaube, dass ist der erste und wichtige Schritt gewesen. Den haben andere Länder auch getan. Erfolgreich waren sie aber nur, wenn das gekoppelt war mit einer Widerspruchslösung. Was wir brauchen, das ist bereits angeklungen, ist eine andere Kultur im Denken. Wir brauchen eine Haltung pro Organspende, um das Potential, das wir haben, was Sie auch zurecht immer wieder hier bestätigen, 90 Prozent Zustimmung, tatsächlich zu heben. Ich kann das Argument umdrehen, wenn alle dafür sind, dann sollen die zehn Prozent, die dagegen sind, das doch auch einmal sagen. Dann ist die Sache vom Tisch. Jetzt komme ich zum persönlichen. Ich habe heute Morgen auf meiner Transplantationsstation Visite gemacht. Ich habe 20 Patienten, hu (high urgency)-gelistet. Wenn die diese Besprechung hier mitbekommen, das ist reiner Zynismus. Erklären Sie diesen Menschen mal, darunter sind vier Kinder, die mit ihren Müttern seit über einem Jahr auf eine Transplantation warten, in was für einer akademischen Diskussion wir uns hier befinden. Das ist unglaublich. Ich weiß gar nicht, was ich sagen soll. Die drei Minuten. Ich habe die Muttis gefragt, was soll ich in drei Minuten sa-

gen? Und die haben gesagt, helfen Sie uns bitte. Dazu fordere ich Sie auf, Sie haben eine Verantwortung. Diese Menschen sterben, während wir reden. Und das passiert heute und das passiert morgen. Und wir werden das erleben, dass von den Menschen, mit denen ich heute gesprochen habe, ein Drittel sterben wird, bevor sie transplantiert werden. Und dafür haben wir eine Verantwortung, alle die hier sitzen.,,

Und nun die ausgewählte Argumentation gegen die Widerspruchslösung vom 16. Januar 2020:

„Herr Präsident! Sehr verehrte Kolleginnen und Kollegen! Sehr verehrte Gäste auf der Tribüne! Wir sind heute hier, um Leben zu retten. Das eint beide Gesetzentwürfe. Beiden Gesetzentwürfen sind intensive Gespräche mit Betroffenen, mit Krankenhäusern, mit Ärztinnen und Ärzten, mit Angehörigen und mit vielen, vielen Menschen in diesem Land vorausgegangen. Aber diese Debatten haben uns allen eben auch noch mal verdeutlicht, dass das Leben und der Tod so vielfältig, so unterschiedlich sind wie wir Menschen selbst.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN und der SPD und der Abg. Christian Hirte [CDU/CSU] und Christine Aschenberg-Dugnus [FDP])

Deswegen kann es aus unserer Sicht nicht nur diese eine Sichtweise auf die Organspende geben, die dann vielleicht auch noch der Staat verordnet.

Nein, es gibt vielfältige Sichtweisen. Eltern – das haben einige zu Recht angesprochen – warten jeden Tag händelnd auf dieses eine Organ für ihr Kind. Das kann man sich als Nichtbetroffene kaum vorstellen. Es gibt aber auch die Ehefrau, die Mutter, die jahrelang auf ein Herz wartet, die aber sagt: Wenn ich nicht weiß, dass dieses Herz freiwillig gespendet wurde, dann will ich gar nicht mehr auf der Transplantationsliste sein. – Da sind die Angehörigen. All diese Sichtweisen müssen wir respektieren, sehr verehrte Kolleginnen und Kollegen.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD und der LINKEN und der Abg. Christine Aschenberg-Dugnau [FDP])

Daher hat unsere Gruppe einen Gesetzesentwurf zur Stärkung der Entscheidungsbereitschaft bei der Organspende vorgelegt, der zum einen die Spenderzahlen, zum anderen aber vor allen Dingen – das ist der entscheidende Unterschied – die Defacto-Transplantationszahlen in den Krankenhäusern in den Blick nimmt. Darum geht es am Ende doch: Es geht darum, Leben zu retten – und das Selbstbestimmungsrecht eines jeden Einzelnen zu wahren.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD, der FDP und der LINKEN)

Ich weiß: Wir versuchen hier heute alle unser Bestes, aber ich sage zu den Argumenten, die von Vorrednern vorgebracht wurden: Aus meiner Sicht erkennt die Widerspruchsregelung, dass man nicht einfach Regelungen aus anderen Ländern auf die deutsche Situation, auf die Rechtslage und die Situation in den Krankenhäusern, übertragen kann. Man erkennt damit die Realität hier bei uns in Deutschland, und darum geht es.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der FDP und der LINKEN und der Abg. Hilde Mattheis [SPD])

Erstens. In anderen europäischen Ländern – darauf werden andere Rednerinnen und Redner noch eingehen – gilt der Herztod als ausreichend, in Deutschland nicht. Deswegen können Sie diese Zahlen nicht vergleichen. Niemand will daran hier im Hohen Hause etwas ändern.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD und der FDP)

Zweitens. Herr Lauterbach, Sie verweisen immer auf Spanien. Sie wissen aber ganz genau: Die Situation in Spanien – der gesamte Gesundheitsaufschwung war da – ist so anders,

(Dr. Karl Lauterbach [SPD]: Davon redet doch niemand!)

weil sich dort in den Krankenhäusern etwas verändert hat. Wissen Sie, was

unser Problem in den Krankenhäusern ist, selbst wenn alle Menschen Spenderinnen und Spender wären? Nur von 8,2 Prozent derjenigen, die in Krankenhäusern für hirntot erklärt worden sind, wurden überhaupt Organe transplantiert – weil sie nicht gemeldet wurden. Da müssen wir ran. Wenn wir diese Zahlen verdreifachen, haben wir genug Organe, sehr verehrte Damen und Herren.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD, der FDP und der LINKEN)

Der dritte Punkt – darauf werden Kollegen aus unserer Gruppe noch eingehen – ist unser Grundgesetz, und das gilt nun einmal nicht in anderen europäischen Ländern. Die haben ihre eigene Geschichte. Die haben ihre eigene Verfassungsgeschichte. Unsere Verfassungsgeschichte schreibt in Artikel 1 und 2 zu Recht die aus unserer Geschichte hervorgegangene besondere Verantwortung in unser Grundgesetz.

(Michael Grosse-Brömer [CDU/CSU]: Gucken Sie mal nach Österreich, was da passiert!)

Da gilt es, das Selbstbestimmungsrecht eines jeden Einzelnen zu respektieren, meine sehr verehrten Damen und Herren.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD, der FDP und der LINKEN)

Deswegen muss man immer das mildeste Mittel wählen, um an das Ziel zu kommen. Wir haben das gleiche Ziel: Leben retten. Wir wählen aber ein anderes Mittel.

(Michael Grosse-Brömer [CDU/CSU]: Unwirksam!)

Ich möchte deutlich machen – denn das wird sicherlich in der Debatte noch kommen –: Wir verteidigen hier nicht den Status quo. Wir verteilen nicht einfach mehr Infobroschüren. Nein! Unsere Gesellschaft ist solidarisch. 84 Prozent der Menschen wollen spenden,

(Michael Grosse-Brömer [CDU/CSU]: Das sagen Sie seit zehn Jahren!)

aber nur 40 Prozent haben einen Ausweis. Diesen 84 Prozent wollen wir ermöglichen, sich ganz einfach zu registrieren. Es ist ein großer Unterschied, ob ich einen Pappausweis im Portemonnaie

habe, das ich nicht dabei habe, wenn ich ein Kleid trage, oder – das ist unser Vorschlag – ob ein Onlineregister geschaffen wird, in das sich jeder eintragen kann.

Ich weiß, dass gleich vom Bürgeramt die Rede sein wird. Ja, in manchen Bürgerämtern ist es nicht schön; in anderen ist es das aber. Da bekommt man alle Informationen. Man muss sich aber nicht vor Ort informieren. Man kann zum Hausarzt gehen, und man kann vor allen Dingen nach Hause gehen und sich nach intensiver Debatte online jederzeit, jede Minute, jede Stunde registrieren. Das ist der Dreh- und Angelpunkt unseres Vorschlages, sehr verehrte Damen und Herren.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD, der FDP und der LINKEN)

Er ist so wichtig, weil dieser Dreh- und Angelpunkt an der Situation in den Krankenhäusern etwas verändert, weil die Ärztinnen und Ärzte sofort auf das Onlineregister zugreifen können. Sie müssen nicht fragen: Hat der Patient einen Organspenderausweis? Sie müssen nicht die Angehörigen fragen: Wie war es denn noch mal? Sie können direkt darauf zugreifen. Damit ändert sich an dem Hauptproblem, nämlich dass zu wenig gemeldet und transplantiert wird, in der Realität wirklich etwas, sehr verehrte Damen und Herren.

(Beifall bei Abgeordneten des BÜNDNISSES 90/DIE GRÜNEN, der CDU/CSU, der SPD, der FDP und der LINKEN)

Wir stimmen hier heute über eine hochethische Frage ab: Wie kommen wir zu mehr Transplantationen? Wie retten wir mehr Leben? Wir stimmen aber auch darüber ab: Wem gehört der Mensch? In unseren Augen gehört er nicht dem Staat, nicht der Gesellschaft. Er gehört sich selbst,

(Michael Grosse-Brömer [CDU/CSU]: Das ist doch unstrittig!)

ungefragt, ohne Widerspruch. Daher bitte ich Sie um Zustimmung zur Entscheidungslösung, um mehr Menschenleben hier gemeinsam zu retten.

Herzlichen Dank.“

Nun will ich Frau Baerbock sowie ihren Mitstreiterinnen und Mitstreitern nicht die gute Absicht absprechen, Menschenleben retten zu wollen. Aber es ist in meinen Augen die falsche Lösung, auf die sie setzen. Es ist, wie so oft in der Politik, eine halbherzige Lösung, die nicht ausreichen wird, alle oder zumindest eine deutlich größere Zahl von Menschenleben zu retten. Es ist weitgehend das Modell, das wir mit der derzeit geltenden Regelung und ihren Defiziten schon kennen. Und allein auf das geplante Onlineregister („...der Dreh- und Angelpunkt unseres Vorschlags...“) zu setzen und zu hoffen, dass sich dort mehr Menschen für die Organspende eintragen werden als derzeit mit Hilfe des Organspendeausweises, halte ich für blauäugig. Es macht meiner Meinung nach keinen großen Unterschied, ob ich einen „Pappausweis“ (allein dieser abwertende Ausdruck spricht für sich) ausfülle, oder mich im Onlineregister erkläre. In beiden Fällen muss ich es tatsächlich wollen, muss aktiv werden und darf es nicht vergessen oder verdrängen.

Kürzlich saß ich mit jemanden beim Kaffee zusammen und wir kamen auf die Organspende und die kürzlich erfolgte Abstimmung zu sprechen. Mein Gegenüber, wir kennen uns schon rd. 40 Jahre, ist durchaus ein nachdenklicher und ernsthafter Mensch. Er sagte mir dann, dass sich irgendetwas in ihm weigere, sich aktiv für die Organspende zu entscheiden und einen Ausweis auszufüllen, obwohl meine Situation ja hinlänglich bekannt sei. Hätte es allerdings die Widerspruchslösung gegeben, hätte er das so hingenommen und sich nicht dagegen ausgesprochen.

Über diese Aussage kann man denken wie man will. Sie zeigt

aber, wie seltsam und schwer nachvollziehbar manche Begründungen sind, eine Erklärung pro Organspende zu verweigern.

So vielfältig und unterschiedlich sind die Menschen und ist das Leben. Und auch das Sterben. Aber der Tod ist eindeutig, auch der Hirntod. Da gibt es kein Weiter so und kein Zurück.

Ob es die von der Rednerin angeführte Ehefrau oder Mutter gibt, die nach langem Warten nicht mehr auf der Warteliste stehen möchte, wenn nicht klar ist, dass das Herz freiwillig gespendet wurde? Ich bezweifle es bzw. halte es für einen extremen Einzelfall. Denn sogar die Zeugen Jehovas, die Bluttransfusionen bekanntlich ablehnen, haben, wie ich kürzlich erfahren habe, einen Weg gefunden, um transplantiert werden zu können.

Ich finde jedenfalls, solche emotional und anrührend wirkenden Einzelfall-Beispiele sind als Argument für eine solche ernsthafte Thematik nicht angemessen.

Frau Baerbock ist zuzustimmen, dass man Regelungen aus anderen Ländern nicht einfach auf Deutschland übertragen kann. Da sind sicherlich Anpassungen und Modifikationen erforderlich. Aber wenn 22 europäische Länder die Widerspruchslösung eingeführt haben, darf man schon mal ins Grübeln kommen, warum das nicht in Deutschland möglich sein soll. Schließlich handelt es sich nicht um „Bananenrepubliken“, sondern weit überwiegend um demokratische Staatswesen mit einer sicherlich ähnlichen Verfassung wie das Grundgesetz und mit einem Parlament, das sich die Gesetzgebung reiflich überlegt haben wird.

Ich finde, das ist ein Argument, das dem Nationalen einen sehr

großen Stellenwert einräumt. Dabei hört man aus den Reihen der Politik, das Nationale müsse überwunden, das gemeinsame Europa gepflegt und gelebt werden. Aber da sind schnell die Grenzen der Gemeinsamkeit und der Solidarität erreicht, sowohl in der EU als auch in der viel kleineren Einheit von Eurotransplant.

Und was ist die besondere Situation in Deutschland? Die besondere, aus unserer Geschichte resultierende Verantwortung der Artikel 1 und 2 unseres Grundgesetzes allein kann es ja wohl nicht sein. Zum einen halte ich den Hinweis auf unsere Geschichte, gemeint sind ja wohl die unsäglichen Vorgänge in der Nazi-Zeit, für völlig abwegig und unangebracht in dieser Sache und zum anderen lässt Art. 2, Abs. 2, Eingriffe in das „Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit“ durchaus zu, allerdings ausschl. auf Grund eines Gesetzes.

Meine persönliche Schlussfolgerung aus dieser und vielen anderen Debatten ist, dass der Gesetzgeber eher ängstlich agiert und sich im Zweifel gegen das Leben und für den Tod und das Leiden entscheidet.

Das ist bei der Organspende der Fall, bei der Einführung der Lebensmittel-Ampel nur in freiwilliger Form (mehr Krankheit und Tod durch Übergewicht, Diabetes, Herzerkrankungen), der Weigerung, eine Geschwindigkeitsbegrenzung einzuführen (mehr Tote und Verletzte auf der Straße), der Weigerung, Tabakwerbung generell zu verbieten, beim schlappen Klimapaket (mehr Kranke und Tote durch schlechte Luft etc.) und und und...

Namentliche Abstimmung

Zum Schluss möchte ich Ihnen

noch einen Überblick verschaffen, wie die Hamburger Bundestags-Abgeordneten und diejenigen aus den angrenzenden Wahlkreisen über die Widerspruchslösung bzw. den alternativen Gesetz-Entwurf abgestimmt haben. So erhalten Sie die Möglichkeit, mit „Ihrem/Ihrer“ Bundestagsabgeordneten über dieses Thema zu diskutieren.

Die Stimmen sind wie folgt gegliedert:

1. Abstimmung zur Widerspruchslösung
2. Abstimmung (2. Lesung) zur Entscheidungslösung
3. Abstimmung (3. Lesung) zur Entscheidungslösung

Hamburg

Annen, Niels, SPD



1. Nicht abg.
2. Nicht abg.
3. Nicht abg.

Bartke, Dr. Matthias, SPD



1. Ja
2. Nein
3. Nein

Baumann, Dr. Bernd, AfD



1. Nein
2. Nein

3. Nein

De Masi, Fabio Die Linke



1. Ja
2. Nein
3. Enthaltung

Hajduk, Anja, B90/Grüne



1. Ja
2. Nein
3. Nein

Hakverdi, Metin, SPD



1. Ja
2. Nein
3. Ja

Kahrs, Johannes, SPD



1. Ja
2. Nein
3. Nein

Kruse, Rüdiger, CDU/CSU



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Nastic, Zaklin, Die Linke



1. Ja
2. Nein
3. Enthaltung

Özoguz, Aydan, SPD



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Ploß, Dr. Christoph, CDU/CSU



1. Ja
2. Nein
3. Nein

Sarrazin, Manuel, B90/Grüne



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Schinnenburg, Dr. Wieland, FDP



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Suding, Katja, FDP



1. Ja
2. Ja
3. Ja

Vries, Christoph de, CDU/CSU



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Weinberg, Marcus, CDU/CSU



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Wahlkreis Pinneberg

Abercron, Dr. Michael von, CDU/CSU



1. Ja
2. Nein
3. Ja

Möhring, Cornelia, Die Linke



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Rossmann, Dr. Ernst Dieter, SPD



1. Ja
2. Ja
3. Ja

**Wahlkreis Segeberg-Stor-
marn/Mitte**

Storjohann, Gero, CDU/CSU



1. Ja
2. Nein
3. Nein

**Wahlkreis Lauenburg-Stor-
marn/Süd**

Brackmann, Norbert, CDU/CSU



1. Ja
2. Ja
3. Ja

Hollnagel, Dr. Bruno, AfD



1. Nein
2. Nein
3. Enthaltung

Scheer, Dr. Nina, SPD



1. Ja
2. Nein
3. Nein

**Wahlkreis Harburg
(Landkreis)**

Grosse-Brömer, Michael, CDU/CSU



1. Ja
2. Nein
3. Nein

Stadler, Svenja, SPD



1. Nein
2. Ja
3. Ja

Von den 16 Bundestagsabgeordneten aus Hamburg haben damit 8 für die Widerspruchslösung gestimmt, 7 waren dagegen und einer hat nicht teilgenommen.

In den direkt an Hamburg grenzenden Wahlkreisen war das Bild nicht so ausgeglichen, hier haben von den 9 Abgeordneten 6 für die Widerspruchslösung gestimmt, 3 haben mit Nein gestimmt.

Unser stellv. Vorsitzender hatte im Verbund mit vielen Gleichgesinnten von der Sportorganisation für Dialysepflichtige und Organtransplantierte, der TransDia e.V., die jeweiligen lokalen Volksvertreter angeschrieben, um sie auf die doppelte Widerspruchslösung einzustimmen. So hatte er sich über alle parteilichen Grenzen hinweg an sechs Hamburger Bundestagsabgeordnete gewandt.

Nur eine einzige Abgeordnete hat geantwortet: Katja Suding (FDP). Ihre Antwort lautet wie folgt:

*Sehr geehrter Herr Stoetzer,
vielen Dank für Ihre Zuschrift, Ihr Engagement und das Teilen Ihrer persönlichen Geschichte. Ich besitze seit langer Zeit einen Organspenderausweis und habe mich vor der Abstimmung im Deutschen Bundestag noch einmal intensiv mit der Frage auseinandergesetzt, ob es den Bürgerinnen und Bürgern zuzutrauen ist, über Leben und Tod zu entscheiden. Meine Antwort lautet: Ja. Dabei habe ich im Bundestag für die doppelte Widerspruchslösung gestimmt. Mein Wunsch ist es, die Zahl potentieller Organspender zu erhöhen, damit diejenigen, die auf ein Spenderorgan warten, rechtzeitig Hilfe bekommen.*

.....

Schon im letzten Jahr haben wir strukturelle Verbesserungen in den Krankenhäusern beschlossen. Das war der erste Schritt. Der zweite Schritt wäre gewesen, die Zahl potentieller Spender zu erhöhen. Die doppelte Widerspruchslösung, die schon in anderen europäischen Ländern gilt, wäre diesem Ziel ein großes Stück näher gekommen. Denn die Bereitschaft zu spenden ist groß, allerdings liegt oft keine Dokumentation über diese Bereitschaft vor. Diese Lösung wurde von der Mehrheit der Abge-

ordneten im Deutschen Bundestag abgelehnt.

Für mich war die Entscheidung der doppelten Widerspruchslösung eine sehr persönliche, die ich lange und wohl sowie im Respekt vor abweichenden Haltungen in dieser Frage überdacht habe.

Ich hoffe, ich konnte Ihnen mit meiner Antwort weiterhelfen. Ich bitte um Verständnis dafür, dass Sie so lange auf Ihre Antwort warten mussten. In den letzten Tagen hat mich eine besonders hohe Zahl von Zuschriften erreicht. Da ich bestrebt bin, alle zu beantworten, hat die Beantwortung länger gedauert als sonst üblich. Das bedauere ich.

Mit freundlichen Grüßen

Katja Suding

Bleibt noch nachzutragen, dass Sie die Rede von Frau Suding sowie alle Wortbeiträge (aus Hamburg war es noch der Abgeordnete Dr. Matthias Bartke) auf der Internetseite des Deutschen Bundestages als Video sehen und hören oder im Wortprotokoll nachlesen können. Sie kommen auf folgendem Weg dorthin: **[bundestag.de/Parlament/Plenum/Namentliche Abstimmungen](https://www.bundestag.de/Parlament/Plenum/Namentliche_Abstimmungen)**. Dort können Sie die drei Abstimmungen aufrufen und mit einem Klick auf „Debatte“ sind die Videos und auch das Plenarprotokoll verfügbar ☺

Es hilft uns und Ihnen, wenn Sie...

...uns Ihre E-Mail-Verbindung mitteilen;
...uns möglichst schnell über folgende Veränderungen informieren:

Adresse - Telefon-Nummer - Bankverbindung

Bitte schreiben oder mailen Sie an:

Nieren Selbsthilfe Hamburg e.V., c/o Maria Bandrowski,
Klabautermannweg 107, 22457 Hamburg
Maria.Bandrowski@yahoo.de

GROßES JUBILÄUM



Vor 50 Jahren wurde die erste Niere im UKE transplantiert. Das galt es zu feiern. Die Nieren Selbsthilfe feierte mit.

Von Peter Stoetzer

Das UKE feierte ein großes Jubiläum: 50 Jahre seit der 1. Nieren-Transplantation (Tx) im Universitätsklinikum Eppendorf. Damit ist das UKE eines der renommiertesten Krankenhäuser auf dem Gebiet der Transplantation in Deutschland.

Zu diesem Jubiläum gab es im Foyer des UKE eine Gedenkausstellung mit Dokumentationen und einer durchgehenden Betreuung der Stände durch Fachärzte und Fachpersonal aus dem Transplantationszentrum. Die Veran-

staltung fand auch unter Einbindung der betroffenen ehrenamtlichen Hilfs- und Betroffenen-Organisationen sowie einiger relevanter Organisationen, mit denen das UKE zusammenarbeitet, wie Reha-Krankenhäusern im Norden der BRD, statt. Vonseiten der Ehrenamtlichen waren vier Tische mit Betroffenen besetzt, die allen Interessierten gern aus dem eigenen Erleben berichteten und auf Fragen der Besucher antworteten.

Unsere Nieren-Selbsthilfe ist zwar erst vor 45 Jahren gegründet worden; wir haben aber seit Jahrzehnten erfolgreich mit dem UKE zusammengearbeitet. In den Zei-

ten, als das Internet noch nicht der Pool für Wissen war, hatten wir bis zu 650 Mitglieder, die meisten von ihnen Betroffene mit Nierenproblemen, Patienten vor der Dialyse, d. h. Prädialytiker, Dialysepflichtige und, seit eben 45 Jahren, auch Nierentransplantierte. Diese ersten Organempfänger wurden noch in Hannover transplantiert, später folgten dann auf Hamburg, Lübeck und Kiel.

Was gegenwärtig in einer Zeit mit Google, Facebook oder Twitter sehr gut angenommen wird, sind die wöchentlichen Besuche auf der Station durch ausgebildete, selbst transplantierte Patientenbe-



📍 **Unsere Info-Stände am Donnerstag im Foyer des UKE**

gleiter. Diese können aus eigenen Erfahrungen, u. a. von der Nierentransplantation, Lösungen oder

Ratschläge bei Problemen vermitteln. Häufig angesprochene Themen sind Ernährung, der berufli-

chen Zukunft oder die Frage, wie die spätere Rente beeinflusst wird.

Weitere Stände wurden von

📍 **Unsere Vorsitzende Kerstin Kühn (re.) im Gespräch mit Herrn Prof. Huber vom UKE**

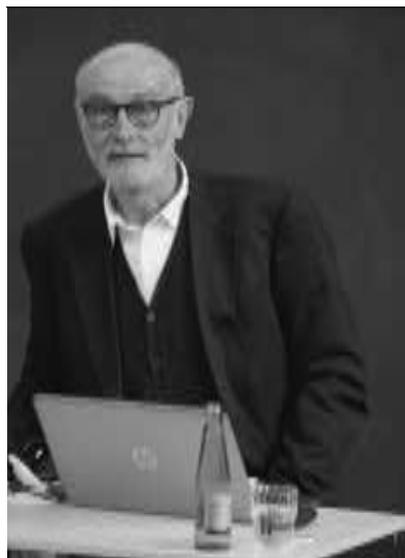




☒ Der Info-Stand der Nierenkids in der Nieren Selbsthilfe mit der Vorsitzenden Tamara Gailberger.

☞ Jens Tamcke von der Nieren Selbsthilfe während seines Vortrags zum Thema „Langzeiterfahrungen nach Nierentransplantation“

☑ Sehr viele Besucherinnen und Besucher verfolgten das Seminar nicht nur in der Kaffeepause.



den seit kurzem reaktivierten Nierenkids in der Nieren Selbsthilfe sowie dem BDO betreut.

Am Samstag, den 1. Februar 2020 folgte ein Patientenseminar, welches außerordentlich gute und aktuelle Referate bot. Auch hier waren wir, die Nieren Selbsthilfe, die Nierenkids (mit einem Referat von Herrn Prof. Oh) und der Bundesverband der Organtransplantierten (BDO) eingebunden. Überhaupt ist eines der wesentlichen Signalelemente der Selbsthilfe, dass in Hamburg mit der Über-

nahme des Vorstandsvorsitzes durch Peter Stoetzer vor ca. 25 Jahren alle betroffenen Ehrenamtlichen in Hamburg eng zusammenarbeiten. In der Routine, z. B. der Besuche in den Krankenzimmern, arbeiten wir mit den Lebertransplantierten, die diese Routine vor Jahren gründeten, gemeinsam. So besuchen meist ein Leber- und ein Nieren-Transplantiertes gemeinsam einmal wöchentlich Betroffene, die oft dasselbe Zimmer teilen, und können so auch meist organspezifische Fragen beant-

worten.

Leider hatte die Mehrheit der Bundestagsabgeordneten kurz zuvor gegen die Widerspruchslösung votiert, obwohl die Mehrheit der Bevölkerung sich dafür ausgesprochen hatte. Demzufolge ist aus der Erfahrung anderer europäischer Länder kaum eine Steigerung der Organspenden in Deutschland und Hamburg zu erwarten. Alle Anwesenden der dreitägigen Jubiläumsveranstaltung haben diese Entscheidung ausdrücklich bedauert ☒



Neue Mitglieder 2019

Leider waren im letzten Jahr nur zwei Eintritte zu verzeichnen. Dafür begrüßen wir die neuen Mitglieder umso herzlicher und wir hoffen, dass Sie sich bei uns wohlfühlen und wir uns gemeinsam bei Problemen und der Bewältigung der Krankheit stärken und unterstützen.

Familie Zentner
Zazie Knepper

Liebe Mitglieder,

auch 2019 haben wir wieder einige unserer Mitglieder durch Tod verloren und wir möchten an dieser Stelle ihrer gedenken:

Jochen Brandtner
Jutta Zaufke
Karl Voigt
Jürgen Dageförde
Uwe Köpke
Johannes Jensen
Brigitte Plewka
Claudia Mann
Wolfgang Rejzek
Ulrich Schlüter

Unser ganzes Mitgefühl gilt den Hinterbliebenen.

Telefonnummer 116117

Ab 1. Januar 2020 ist die Rufnummer 116117 des ärztlichen Bereitschaftsdienstes rund um die Uhr erreichbar. Es ist keine Vorwahl notwendig, die Nummer ist kostenfrei und in ganz Deutschland gültig. Bisher stand sie nur außerhalb der Sprechzeiten des kassenärztlichen Bereitschaftsdienstes zur Verfügung. Zudem ist der Dienst jetzt auch mit den bereits bestehenden Terminservicestellen gekoppelt. Das heißt, unter der 116117 können sich Anrufer Termine bei Haus- und Fachärzten sowie Psychotherapeuten vermitteln lassen. Darüber hinaus erhalten Patienten von medizinisch geschulten Ansprechpartnern eine Empfehlung, welche Anlaufstelle für ihre Beschwerden die richtige ist: Ist es nötig, umgehend in die Notaufnahme eines Krankenhauses zu fahren oder reicht es, einen niedergelassenen Arzt zu dessen Öffnungszeiten aufzusuchen? Auf diesem Weg möchte die Kassenärztliche Vereinigung verhindern, dass Patienten mit Bagatellerkrankungen wie beispielsweise einer Erkältung die Notaufnahmen der Krankenhäuser überlasten. Wichtig: Die Ansprechpartner geben nur eine Einschätzung, wie dringend eine Behandlung ist, sie erstellen keine Diagnose. Auch privat Krankenversicherte können diese Nummer nutzen.

Gespräche am Nierentisch

wieder donnerstags
neuer Ort

in der Regel am 4. Donnerstag im Monat um 18.30 Uhr

Parkresidenz Alstertal

Karl-Lippert-Stieg 1

S-Bahn S1 bis Endstation Poppenbüttel
Zahlreiche Busverbindungen

**und
andere
Aktivi-
täten**

Sonnabend, 21. März

☞☞☞ **Spaziergang Nr. 06**
Einzelheiten finden Sie auf Seite 26.

Dienstag, 24. März



☞☞☞ **Gespräche am Nierentisch**
Im Hinblick auf die am 2. April stattfindende Mitgliederversammlung **fällt der Termin im März aus.**

Donnerstag, 2. April

☞☞☞ **Mitgliederversammlung**
Die Einladung haben Sie schon per Post erhalten. Sie ist in diesem Heft auf den nachfolgenden beiden Seiten abgedruckt.

Donnerstag, 23. April

☞☞☞ **Gespräche am Nierentisch**
Zurzeit noch ohne Thema.

Sonnabend, 9. Mai

☞☞☞ **Radtour Nr. 17**
Einzelheiten finden Sie auf Seite 27.

Donnerstag, 28. Mai

☞☞☞ **Gespräche am Nierentisch**
Zurzeit noch ohne Thema.

Donnerstag, 25. Juni

☞☞☞ **Gespräche am Nierentisch**
Zurzeit noch ohne Thema.

Sonnabend, 27. Juni

☞☞☞ **Radtour Nr. 18**
Einzelheiten finden Sie auf Seite 28.

Donnerstag, 23. Juli

☞☞☞ **Gespräche am Nierentisch**
Zurzeit noch ohne Thema.

Laufend aktualisierte Informationen über unsere Veranstaltungen finden Sie auf unserer Internetseite: Nieren-Hamburg.de/Aktuelles/Termine.

Weitere Fragen beantwortet Ihnen: Kerstin Kühn
Telefon: 040 - 79 30 27 78 oder E-Mail: kuehn@bnev.de

MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2020

Diese Einladung ist Ihnen bereits per Post zugegangen

Der Vorstand der Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V. lädt alle Mitglieder und Interessierte zur 50. Mitgliederversammlung ein:

Donnerstag, 2. April 2020, um 18.30 Uhr

☞☞☞ Neuer Ort ☜☜☜

Seminarraum in der Parkresidenz Alstertal

Karl-Lippert-Stieg 1, 22391 Hamburg
Wegbeschreibung nebenstehend

Tagesordnung

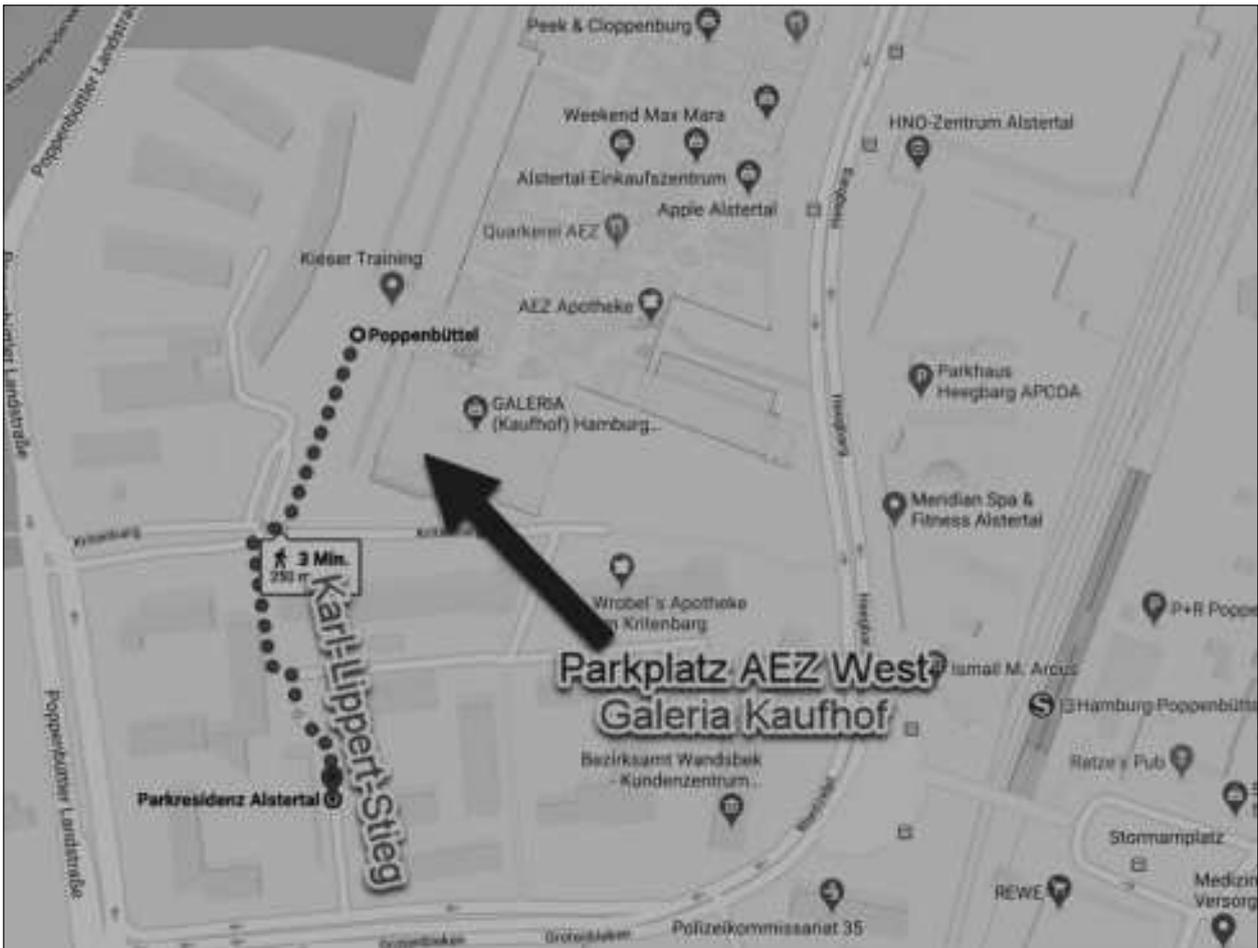
1. Begrüßung und Feststellung der ordnungsgemäßen Durchführung
2. Gedenken der Verstorbenen
3. Berichte über die Arbeit des Vorstandes

- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.

**Fällt virenbedingt aus.
Ein Ersatztermin steht noch nicht fest.
Sie erhalten zu gegebener Zeit eine neue Einladung per Post.**

Das Ende der Versammlung ist gegen 20.00 Uhr zu erwarten.
Danach laden wir Sie zu einem kleinen Imbiss und Gedankenaustausch ein.
Über Ihr zahlreiches Erscheinen freuen wir uns.

Mit freundlichen Grüßen und besten Wünschen
Kerstin Kühn



🚗 Anfahrt mit dem Auto und anschließender Fußweg

🚆 Anfahrt mit der S-Bahn bis Poppenbüttel und anschließender Fußweg



GEMEINSAM SPAß HABEN UND STÄRKER WERDEN

Katharina Sobolewski ist Sozialarbeiterin im KfH Nierenzentrum am UKE und sie hat die erste Jugendgruppe der NierenKids ins Leben gerufen. „NierenKids“ ist ein Elternkreis aus Eltern mit nierenkranken Kindern und Jugendlichen und eine Initiative der Nieren Selbsthilfe Hamburg e.V. Die Eltern unterstützen sich gegenseitig und suchten nach einem Weg, wie sie diese wohltuende Erfahrung auch an ihre Kinder weitergeben können. Seit fast einem Jahr treffen sich Jugendliche zwischen 12 und 15 Jahren einmal im Monat zum Austausch und Spaß haben.

Das Interview führte Carola Kleinschmidt.

Liebe Frau Sobolewski, Sie leiten die Jugendgruppe. Wie entstand die Idee?

K. Sobolewski: Die Idee wurde im Gespräch mit den Eltern geboren. Immer wieder erzählten sie, dass ihre jugendlichen Kinder unglücklich sind, weil sie sich so allein mit ihrer Erkrankung fühlen. Sie fragen sich: Warum ich? Oder sie denken: Alle anderen sind normal – nur ich nicht. Das ist belastend.

Und eine Jugendgruppe kann da helfen?

Das Gefühl, allein zu sein, ist ja nicht die Realität. Es gibt gar nicht so wenige Jugendliche mit Nierenerkrankungen. Allein am KfH haben wir jugendliche Patienten zwischen 10 und 18 Jahren. Aber natürlich treffen sich diese Jugendlichen nicht unbedingt. Und im Alltag stehen sie mit ihren Erfahrungen oft allein da. So entstand die Idee, dass es eine Möglichkeit geben müsste, wie man die Jugendlichen zusammenbringt. Damit sie sich austauschen kön-

nen und spüren, dass sie nicht allein sind.

Und dann?

Der Elternkreis hatte zeitgleich ähnliche Ideen. Und da wir in einem sehr guten Austausch stehen, wurde der Plan konkreter. Ich entwickelte ein Konzept, wie so eine Jugendgruppe aussehen und funktionieren könnte. Der Elternkreis übernimmt die Finanzierung. Ich gebe Know-how und Zeit.

Jetzt haben Sie sich schon mehrfach mit den Jugendlichen getroffen. Wie war es?

Ich freue mich sehr; denn alle Jugendlichen, die beim ersten Mal kamen, bleiben auch dabei. Im Moment sind es sechs Mädchen und Jungen, die regelmäßig dabei sind. Weitere sechs wollen dazu stoßen. Sie können im Moment noch nicht kommen, weil sie zum Beispiel frisch transplantiert sind.

Das klingt so, als ob Sie einen Nerv getroffen haben ...

Am Anfang hatte ich die Sorge, dass zur ersten Stunde viele kommen würden und danach keiner mehr. Aber die Jugendlichen fin-

den die Gruppe gut. Sie kommen wieder. Das hat mich ein bisschen überrascht – aber eigentlich auch einfach gefreut. Schon beim ersten Termin starteten sie direkt eine WhatsApp-Gruppe, damit sie sich auch außerhalb der Gruppentreffen austauschen können. Da habe ich gemerkt: Das kann gut werden.

Worum geht es bei den Treffen?

Ich kann natürlich keine Details erzählen. Es ist ja ein geschützter Raum. Jedoch hatte ich natürlich vieles vorbereitet. Zusammen zu basteln oder auch Themen, über die man sprechen könnte. Allerdings ich habe festgestellt: Sie brauchen nicht viel Anleitung. Sie interessieren sich füreinander, reden über Musik, kommentieren die Lieblingssongs der anderen. Ein bisschen wie ein Clique auf dem Schulhof. Die Idee, Ausflüge zu machen, finden sie super. Zwischendurch stellen sie sich auch Fragen zu Gesundheitsthemen. Und sie fragen auch nach, wenn sie wissen, dass einer von ihnen zwischen den Treffen ins Kran-

kenhaus musste. Das läuft aber so nebenher. Das finde ich einen großen Erfolg.

Es ist also keine Gruppe, in der sie zu bestimmten Themen aufklären oder so?

Das oberste Ziel war, die Jugendlichen zusammenzubringen. Gerade, indem sich die Jugendlichen ganz normal austauschen und dabei ihre Gesundheitsthemen eben auch vorkommen, entsteht Normalität und Akzeptanz. Sie sind ja in erster Linie Jugendliche – aber hier sind sie mit anderen jungen Menschen zusammen, denen sie einmal nicht alles erklären müssen, die in Teilen Ähnliches erlebt haben. Das macht das Reden über die Erkrankung oder Erlebnisse einfacher. Es ist ja eine Herausforderung im Leben mit einer Nierenerkrankung, mit Dialyse oder mit einer Transplantation zu leben. Und diese Jugendlichen wuppen die Herausforderung der Erkrankung noch zu

dem ganz Normalen, was alle Jugendlichen meistern müssen.

Was muss man tun, damit so eine Gruppe funktioniert?

Ich denke, das Wichtigste sind Respekt und Augenhöhe. Ich hatte einiges an Themen für die Treffen vorbereitet. Aber dann habe ich schnell gemerkt, dass eine Art Vortrag oder zu viele Vorgaben an den Interessen der Jugendlichen vorbeigehen. Sie wollen selbst bestimmen, was wir tun. So entstanden die Ausflugsideen.

Was sind Ihre Ausflugsziele?

Als erstes steht das Miniatur Wunderland auf dem Programm. Das ist die weltgrößte Modelleisenbahnanlage hier in Hamburg. Wir machen eine Führung hinter den Kulissen. Danach wollen wir Dunkelgolf spielen gehen, also Minigolf in einem Schwarzlicht-Raum.

Gibt es aus Ihrer Sicht ein langfristiges Ziel für die Jugendgruppe?

Wenn die Vernetzung sich festigte, wäre das großartig. Wenn die Jugendlichen sehen: So wie mir geht es vielen. Man kann das meistern. Und natürlich möchte ich auch, dass sie wie Erwachsene, die in eine Selbsthilfegruppe gehen, von dem direkten Austausch profitieren. Ich bekomme mit, dass sie sich durchaus gegenseitig Dinge fragen. Zum Beispiel, wie das mit der Schule geht, wenn man drei Monate zu Hause ist und eine mobile Lehrkraft kommt. Hier dürfen sie ja auch mal über ihre Eltern oder Ärzte meckern. Alle verstehen das. Und oft lachen wir zusammen. Der Austausch bereichert und entlastet. Und das fördert letztlich die Akzeptanz der Erkrankung. Wir wissen, dass die langfristige Akzeptanz der Erkrankung und eine eigene Haltung dazu die gute Grundlage dafür sind, um einen guten, sorgsamen Umgang damit zu finden. Und das ist lebenswichtig☺

Impressum

Für diese Ausgabe ist verantwortlich:

Peter Stoetzer, Malerwinkel 5, 22607 Hamburg
Telefon: 040/85 33 79 36 - E-Mail: PStoetzer@aol.com

Das Redaktionsteam:

Maria Bandrowski, Stefan Drass, Kerstin Kühn
Christa Marsig, Peter Stoetzer, Jens Tamcke

Redaktionsbüro:

Christa Marsig, Leuschnerstraße 83c, 21031 Hamburg
Telefon: 040/722 96 49 - E-Mail: christamarsig@web.de

Textverarbeitung, Gestaltung, Versand:

Jens Tamcke, Neue Straße 12, 21224 Rosengarten
Telefon: 04105/7058 - E-Mail: herr.ta@t-online.de

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Nieren Selbsthilfe Hamburg wieder. Änderung und Kürzung eingereichter Manuskripte behält sich die Redaktion vor.

Wenn Sie einen Artikel aus diesem Mitgliedermagazin nachdrucken wollen, freuen wir uns darüber, bitten Sie aber, zuvor unser Einverständnis einzuholen (für Beiträge aus anderen Publikationen können wir Ihnen keine Nachdruckgenehmigung geben).

Unsere Zeitschrift für Mitglieder, Freunde und Förderer der Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V. erscheint dreimal jährlich im März, August und Dezember.

LAVENDEL

Ob bei innerer Unruhe oder Angstzuständen, Schlafstörungen oder auch Blähungen und Magen-Darm-Beschwerden – Lavendel wird schon seit der griechisch-römischen Antike zur Behandlung vielfältiger Beschwerden verwendet. Die medizinische Wirksamkeit von hochdosiertem Lavendelöl ist auch wissenschaftlich belegt. Allerdings ist nicht jede Lavendelart gleichermaßen wirksam.

Lavendel ist nicht nur in der Heilmedizin weit verbreitet, sondern auch als Balkon- und Gartenpflanze äußerst beliebt. „Bei vielen verkäuflichen Lavendelpflanzen handelt es sich allerdings nicht um den medizinisch wirksamen Lavendel“, erklärt Marlene Haufe. Es gibt rund 30 verschiedene Arten. Nur die Wirksamkeit des sogenannten Echten Lavendels wurde durch unterschiedliche Studien nachgewiesen. „Wer die Blüten und Blätter seiner Balkonpflanze etwa als Tee nutzen möchte, der sollte daher auf den botanischen Namen *Lavandula angustifolia* achten“, rät die Expertin. Auch in Arzneimitteln kommt ausschließlich der Echte Lavendel zum Einsatz.

Gegen innere Unruhe und Stress

Hochdosiert als Lavendelöl in Kapseln wird die Arzneipflanze vor allem bei psychischen Leiden verwendet, zum Beispiel für die Behandlung von innerer Unruhe, Angstzuständen und daraus resultierenden Schlafstörungen. Auch bei der Posttraumatischen Belas-

tungsstörung und Panikattacken wird die Einnahme von Lavendelöl empfohlen.

Lavendelöl für die äußerliche Anwendung

Beliebt ist ätherisches Lavendelöl auch in der äußerlichen Anwendung als Körperöl. Wichtig dabei: Hoch konzentriertes Lavendelöl ist reizend und darf deshalb niemals pur auf die Haut aufgetragen werden. Reines Lavendelöl wird zum Beispiel bei folgenden Beschwerden verwendet:

- Gegen den Juckreiz bei Insektenstichen;
- Bei Magen- und Darmbeschwerden zur Bauchmassage;
- Gegen Husten und Bronchitis als Lavendelöl-Wickel;
- Bei Kopfschmerzen und Verspannungen als Krampflöser;
- Bei Hautunreinheiten und Akne als entzündungshemmendes Pflegemittel.

Auch bei der äußerlichen Anwendung rät Haufe, genau auf die Inhaltsstoffe zu achten. „Im Handel sind viele synthetische Produkte erhältlich, die als Therapie-

tikum ungeeignet sind.“ Einen guten Überblick über die unterschiedlichen Präparate und Darreichungsformen bietet das unabhängige Vergleichsportal für Apothekenprodukte apomio.de. Hier können Interessierte außerdem Preise vergleichen und gewünschte Produkte bei ihrer Apotheke vor Ort reservieren.

Vorsicht bei Kindern

„Ätherische Öle sind nur für Erwachsene geeignet, keinesfalls für Säuglinge und kleine Kinder“, warnt die [apomio](http://apomio.de)-Expertin. „Bei ihnen kann es zu Haut- und Schleimhautreizungen kommen, auch Erbrechen und Bewegungsstörungen sind möglich. Schon wenige Tropfen von einem unverdünnten ätherischen Öl in Mund oder Nase können im schlimmsten Fall sogar lebensbedrohliche Verkrampfungen des Kehlkopfes hervorrufen und zum Atemstillstand führen.“ ☹

Wir verdanken diesen Artikel Marlene Haufe, Gesundheitsexpertin beim unabhängigen Vergleichsportal für Apothekenprodukte, Nürnberg (apomio.de)

VIELEN DANK!

Im Jahr 2019 haben uns wieder viele Spenderinnen und Spender mit Geldbeträgen bedacht. Ohne dass wir die Höhe der Spenden als das Kriterium betrachten wollen, für jede Spende, auch für jeden Cent sind wir dankbar, haben wir für nachfolgende Liste, die auch Zuwendungen aus Trauerfällen einschließt, nur Namen bei Beträgen von 50 Euro und darüber benannt.

Allen Spenderinnen und Spendern nochmals vielen Dank. So können wir unsere Leistungen, wie die Treffs, das jährliche Patientenseminar, unsere Zeitschrift „Info“ dreimal im Jahr, das Magazin unseres Bundesverbandes Niere e. V., die Jahresfeier und die Beteiligung bei einigen Projekten (z. B. mit dem UKE oder am Tag der Organspende) in gewohnter Weise aufrecht erhalten.

Bakhija, Mersel
Bisotti-Meyer GmbH u. Co.KG
Bock, Knut
Brandorff, Dr. Gerd-O.
Brüggemann, Follrich
Burgdorff, Stephan
Burmester, Elisabeth
Buschmann, Herbert
Capol GmbH
Capol GmbH, Belegschaft
Cubela, Jennifer
Czepul, Manfred
Dreher, Regina
Drude, Hans-Joachim
Düerkop, Elke
Eddelbüttel, Werner
Emcke, Günter
Ernst, Holger
Gathmann, Peter und Karin

Harder, Renate
Henkel, Christiane
Herzke, Traute und Hans-Jürgen
Hildebrecht, Peter
Hillmer, Willi
Hopmann, Horst
Jakob, Manfred und Christine
Jerichow, Ursula
Klobe, Erika
Knorr, Siegmund
Lange, Ilse
Luhr, Brigitte
Matthes, Klaus
Meibohm, Inge
Milkereit, Peter und Christa
Nitz, Anke
Paul Gerhard Gemeinde
Perpina, David
Pfeil, Hildegard und Albert

Rath, Hans-Dieter
Rave, Hans-Georg
Reese, Günther
Reese, Sven
Richter, Wolfgang und Inge
Schilling, Heinrich
Schlodtmann, Ulrich
Schlüter, Ulrich
Schneider, Marion
Sievers, Holger
Spade, Barbara
Stäcker, Rudolf und Margrit
Stampe, Wolfgang und Christa
Stoehr, Hiltraut
Wahrburg, Werner und Helga
Wittkamp, Helga
Zaufke, Hans-Joachim und Rita
Zaufke, Jutta

Wer übernimmt die Kosten für eine Notfall-Zahnbehandlung im Ausland?

Zahnschmerzen sind richtig unangenehm. Treten sie im Urlaub auf, ist das besonders ärgerlich. Manchmal ist dann ein Zahnarztbesuch im Urlaubsland unerlässlich. Wer in der Europäischen Union (EU) oder in Island, Norwegen, Liechtenstein, Kroatien, Mazedonien, Serbien oder der Schweiz unterwegs ist, für den reicht die europäische Krankenversicherungskarte (EHIC) der gesetzlichen Krankenversicherung meist aus. Aber: Reisende dürfen sich dann nur von Ärzten des öffentlichen Gesundheitssystems vor Ort behandeln lassen, nicht von Privatärzten. Die Krankenkasse erstattet auch ausschließlich die Kosten einer vergleichbaren Behandlung in Deutschland. Da im Ausland die Zahnbehandlung häufig teurer oder wie etwa in Spanien gar nicht Teil des gesetzlichen Leistungsspektrums ist, bleiben Urlauber auf den (Zusatz-) Kosten sitzen. Die kompletten Kosten übernimmt nur eine private Reisekrankenversicherung. Und das nicht nur innerhalb der EU, sondern weltweit. Aber auch mit einer guten Police im Gepäck kann der Zahnarztbesuch zum Abenteuer werden: Wegen der Sprachbarrieren. Auf der Website der Initiative proDente finden Reisende einen Sprachführer in sieben Sprachen, der eine unkomplizierte Kommunikation ermöglicht.

Den Artikel verdanken wir Birgit Dreyer, Expertin der ERGO Reiseversicherung (ERV)

MITLÄUFER

Über den ersten Spaziergang 2020



Von Peter Stoetzer

Erst seitdem ich die Info Touren von Jens, entweder per Rad oder ganz profan zu Fuß, mitmache, **erkenne** ich, wie viel von Hamburg ich **nicht kenne**. Bei jedem Spaziergang mit unseren Mitgliedern wird meine **Unkenntnis** kleiner.

Bei unserem ersten diesjährigen Stadtspaziergang im Januar ging es um ganz normale, seit hundert Jahren bekannte

Standorte wie den Eilbek-Kanal, die Wandse und z. B. die Luther-Eiche, welche zum Gedenken an den 400. Jahr Geburtstag Martin Luthers 1883 erstmals gepflanzt, dann nach dem Krieg 1946 um des Holzes willen gefällt und neben der St. Gertrud-Kirche neu gepflanzt wurde. Die Luther-Eiche ist von acht gotisierenden Obelisksen umgeben, wobei jeder Obelisk für ein Kirchen spiel im Raum Hamburg steht. Ich erfuhr auch, dass sich hier

der geografische Mittelpunkt Hamburgs befindet.

Weiter ging es an der Finkenau vorbei, ehemals eine Geburtsklinik, in der auch unser Sohn 1981 das Licht der Welt erblickte und die heute ein Medien-Zentrum beherbergt. Auch den Reiher, der sich im Ufergebüsch des Eilbek-Kanals versteckt hatte und der sich uns dann aber doch zeigte, hatte ich nicht wirklich erwartet.

Auch der Jacobi Park, der ehemalige Friedhof der Haupt-



📍 Auf der Suche nach dem geografischen Mittelpunkt Hamburgs vor der Gertruden-Kirche

kirche St. Jacobi, war mir bisher nicht bekannt. Ihn durchquerten wir nach unserem mehrstündigen Marsch mit Dialysepflichtigen und Transplantierten mit Partnern auf dem Weg zum S-Bahnhof Hassel-

brook, wo wir uns in dem zu einem Restaurant umfunktionierten alten Bahnhofsgebäude ganz gemütlich erholten.

Ich freue mich schon jetzt auf den nächsten Spaziergang am 21. März 2020, der uns ins

Marienthaler Gehölz führen wird. Wer mitmachen möchte, der lese bitte in dieser Info die Ankündigungen nach (auf den nachfolgenden Seiten 26 - 30) oder auf unserer Homepage (nieren-hamburg.de)📍

🍽️ Etwas Warmes für den Mittelpunkt unseres Körpers, den Magen



Spaziergänge 2020

Nr. 06: Sonnabend, 21. März - Eins, zwei, drei ins Gehölz

●**Treffpunkt:** U-Bahnhof Wandsbek-Markt (auf dem Bahnsteig)

●**Start:** 13:00 Uhr ●**Distanz:** Rd. 5,5 km

●**Route:** Unser Spaziergang beginnt in städtischem Ambiente mit allem, was dazu gehört: Laute Ausfallstraße, Warenhaus, Einkaufszentrum, U-Bahn, Busbahnhof, kleine Geschäfte, Cafés und Restaurants. Wir entkommen dem Großstadtgetriebe, indem wir entlang des Puvogel-Gartens und durch Überqueren der Schlosstraße im Ersten Wandsbeker Gehölz verschwinden (wir rennen allerdings nicht, denn dazu kommen wir später). Es wurde bereits 1860 vor der geplanten Abholzung gerettet. Heute ist das langgestreckte, aus vier Teilen bestehende Waldstück ein wichtiges Naherholungsgebiet. Nach einem kurzen Stopp am Gedenkstein für Matthias Claudius unterqueren wir die Bahnlinie Richtung Lübeck und schon befinden wir uns im Zweiten Gehölz mit dem Gehölzgraben, wechseln nach Überqueren der Jüthornstraße, an der auch das AK Wandsbek liegt, in die dritte Abteilung. Im vierten Gehölzteil schauen wir nach den Fröschen im kleinen Teich mit Insel. Alles ganz beschaulich und unspektakulär. Durch Überqueren der A 24 gelangen wir durch den Kleingartenverein Hamm Nord oder Horn Nord (da waren sich die Karten-Apps nicht einig) und über den Derbyweg (vorübergehend laut wegen der Autobahn) zur Horner Rennbahn. Hier darf gerannt werden, was wir aber lieber den Pferden überlassen. Wir bleiben im Spaziermodus, durchqueren so die Rennbahn in ganzer Länge, stoßen wieder auf den Gehölzgraben in Form eines Teiches und sind unserem Ziel schon ganz nah.

●**Ziel:** U-Bahnhof Horner Rennbahn ●**Ende:** ca. 16:00 - 17:00.

●**Fahrtkosten:** Hinfahrt 2,30 Euro/Rückfahrt 2,30 Euro. Tageskarte Großbereich 6,60 Euro. (Fahrtkosten Stand 2020 von/bis Hauptbahnhof)



Der
Weg
ist
das
Ziel

Radtouren 2020

Nr. 17: Sonnabend, 9. Mai - Alsterwasser

●**Treffpunkt:** S-Bahnhof Poppenbüttel (Bus-Bahnhof)

●**Start:** 13.30 Uhr ●**Distanz:** Ca. 20 km

●**Route:** Kaum gestartet, halten wir auch schon wieder an, um einen kurzen Blick auf den Antje-Brunnen zu werfen. Er ist eine Bronze-Nachbildung des pazifischen Walrosses aus dem Tierpark Hagenbeck, das lange Zeit als Maskottchen des NDR diente.

Hinter dem Betonklotz des Alster-Einkaufszentrum dann ein weiterer Halt, denn dort steht das letzte Exemplar eines Plattenhauses, das zu einer Siedlung gleicher Häuser gehörte, die als Notunterkunft für ausgebombte Hamburger diente. Heute ist es Gedenkstätte und steht unter Denkmalschutz. Und der Kontrast zwischen Betonungetüm und kleinem Häuschen kann größer nicht sein.

Dann sind wir auch schon auf kurzem Wege an der Alster, der wir bis in die Innenstadt folgen. Im ersten Drittel des Weges noch weitgehend naturbelassen könnte man, vor allem, wenn die nahe Bebauung hinter Bäumen und Büschen verschwindet, glauben, es handele sich um eine weit in der wilden Natur gelegene Flussauenlandschaft, in der man in moorigem Boden und Tümpeln leicht auf Nimmerwiedersehen verschwinden könnte. Interessant ist, wie diese Wildnis und Unordnung nach und nach geordnet, eingezwängt, kanalisiert und aufgestaut wird, je näher man der Stadt kommt. Und die Häuser werden zu Villen und die Villen größer und prächtiger. Am Ende haben wir dann noch Gelegenheit, die Fahrradstraßen am Leinpfad und Westufer der Alster zu testen. Einkehrmöglichkeiten bieten sich unterwegs zur Genüge und nach so viel Alsterwasser links oder rechts von uns haben wir vielleicht noch Lust, eines durch unsere Kehle rinnen zu lassen.

Die Kieswege sind überwiegend gut zu befahren, auf Fußgänger mit oder ohne Hund ist zu achten. Kleine Steigungen sind vorhanden und einige Treppenanlagen lassen sich nicht vermeiden.

●**Ziel:** Hauptbahnhof
●**Ende:** ca. 17:30.
●**Fahrtkosten:** Hinfahrt 3,40 Euro



Mir ist es eingefallen, während ich
Fahrrad fuhr
(Albert Einstein über die
Relativitätstheorie)

Radtouren 2020

Nr. 18: Sonnabend, 27. Juni - Seemannsclub ohne Seemannsgarn

●**Treffpunkt:** S-Bahnhof Heimfeld (am Aufzug oben)

●**Start:** 13:00 Uhr ●**Distanz:** Ca. 22 km

●**Route:** Von unserem Treffpunkt „stürzen“ wir gleich den Geesthang hinunter und ins Elbtal hinein. Dort begeben wir uns auf den Weg nach Moorburg, das als Hafenerweiterungsgebiet eigentlich schon von der Landkarte verschwunden sein sollte, durchqueren ein kleines Waldstück und landen auf dem künstlich aufgeschütteten Moorburger Berg. Mit 21 m ist es die höchste Erhebung weit und breit und sie bietet an mehreren Aussichtspunkten eine gute Sicht auf die Hafenanlagen.

Altenwerder ist von der Landkarte verschwunden, aber die nun einsam gelegene Kirche, jedermann von der Autobahn aus bekannt, mahnt nach wie vor. Wir statten ihr einen Besuch ab, bevor wir uns ins Hafenge triebe begeben. Mittendrin und gegenüber der Auffahrt zur Köhlbrandbrücke befindet sich der Seemannsclub „Duckdalben“, der seit über 30 Jahren Seeleuten aus aller Welt praktische Hilfe und Orientierung gibt und das hauptsächlich durch Ehrenamtliche. Dort können wir uns bei Kaffee oder Bier ausruhen, bevor wir zur Schlussetappe aufbrechen. Diese führt uns zwischen Draudenau- und Petroleumhafen an mächtigen Tanklagern vorbei und mit viel Hafentmosphäre bis zum Gebäude der Hafenlotsenbrüderschaft am Ende des Bubendeyufers. In der Nähe legt die Fähre zu den Landungsbrücken an.

Überwiegend befestigte Wege mit kleinen Steigungen am Moorburger Berg oder an einer Brücke.

●**Ziel:** Fähranleger Bubendey-Ufer ●**Ende:** ca. 17:00 - 18:00.

●**Fahrtkosten:** Hinfahrt 3,40 Euro/Rückfahrt 3,40 - Tageskarte Großbereich 6,60



Radtouren 2020

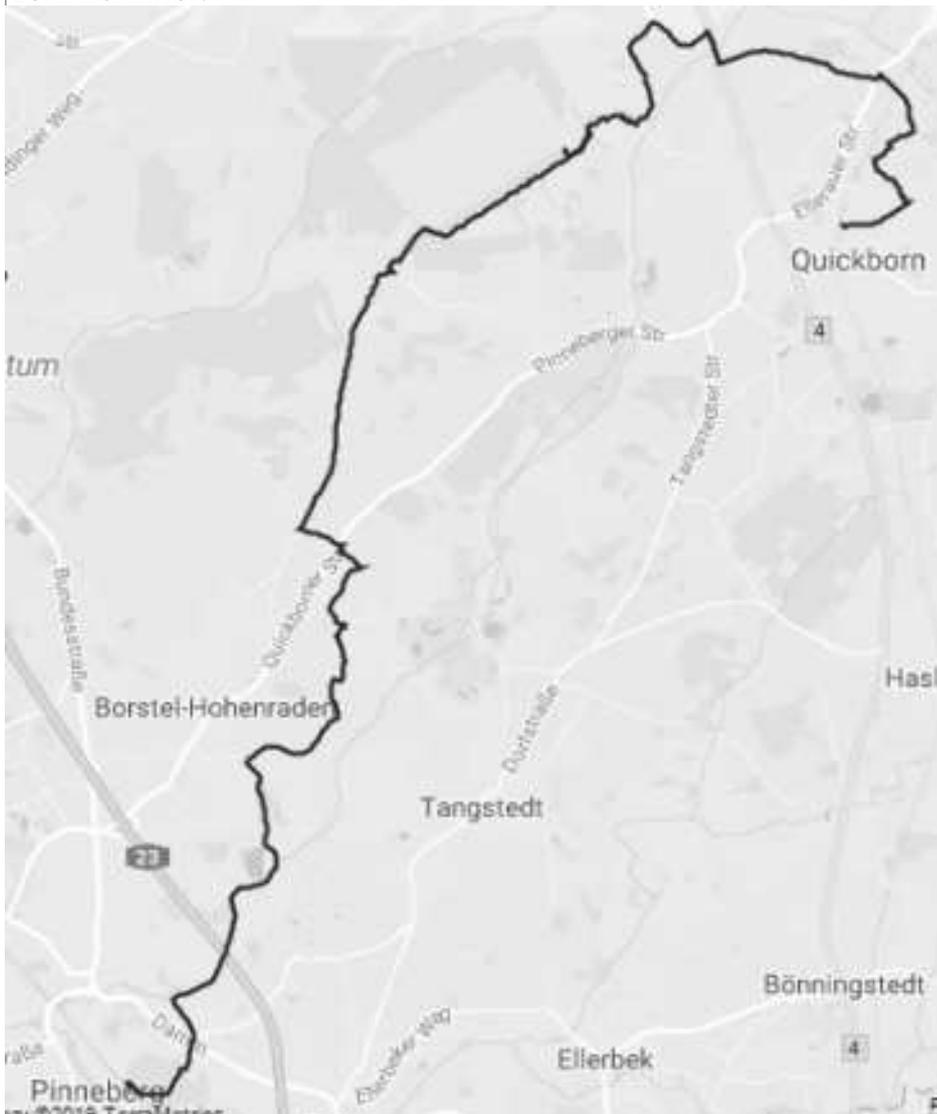
Nr. 19: Sonnabend, 15. August - Himmel!.....Moor

●**Treffpunkt:** AKN-Bahnhof Quickborn

●**Start:** 13:00 Uhr ●**Distanz:** Ca. 23 km

●**Route:** Das wenig bekannte Himmelmoor in der Nähe von Quickborn war mit 600 ha Mooroberfläche ursprünglich das größte Hochmoor in Schleswig-Holstein. Erst 2018 wurde der Torfabbau eingestellt und die in Teilbereichen schon seit Jahren vorgenommene Renaturierung und Vernässung kann auf die gesamte Fläche des Moorgebiets ausgedehnt werden. Wir erreichen das Moor auf schönen Nebenwegen mit mächtigen Eichen am Wegesrand. Mit dem Fahrrad bleiben wir am Rande des Moores, werden aber an einem der Aussichtspunkte einen Überblick über die ausgebeutete Moorfläche haben.

Danach steuern wir den Ort Borstel-Hohenraden an, um uns im "Schützenhof" bei Kaffee und Kuchen - hoffentlich im Garten - zu stärken. Weiter geht es auf lauschigen Wegen durch Feld und Wiesen bis wir zum See an den Funktürmen/Wollnysee kommen. Dort können wir bei schönem Wetter eine weitere Pause einlegen. Der Rest des Weges folgt der eher kanalartigen Pinnau und durch den Pinneberger Stadtwald kommen wir zum Bahnhof.



Am Himmelmoor teilweise schmale, ggf. rutschige Wege, ansonsten gut zu befahrende Oberflächen und keine Steigungen.

●**Ziel:** S-Bahnhof Pinneberg

●**Ende:** ca. 17:00 - 18:00

●**Fahrtkosten:** Hin-
fahrt 3,40 Euro/
Rückfahrt 3,40 - Ta-
geskarte Großbe-
reich 6,60

Nichts ist
vergleich-
bar mit der
einfachen
Freude,
Rad zu fah-
ren

(John F. Kennedy)

Radtouren 2020

Nr. 20: Sonnabend, 26. September - „...Äppel wüllt wi klaun...“

●**Treffpunkt:** Hauptbahnhof/Bahnhof Bad Oldesloe (RB 81)

●**Start:** 10.38 Uhr ab Hauptbahnhof ●**Distanz:** Ca. 30 km

●**Route:** ...ruck zuck övern Zaun“ müssen wir dafür aber nicht. Und „klaun“ müssen wir auch nicht, denn wir befahren Europas längsten Obst- und Gehölzlehrpfad, ein öffentlicher Radweg auf der ehemaligen Trasse der Kleinbahn Bad Oldesloe/Henstedt-Ulzburg. Dort wurden 1996 auf einer Strecke von 24 km 163 alte Obstsorten gepflanzt. Es finden sich Apfel-, Birnen-, Zwetschen- und Kirschbäume darunter. Jeder Baum ist mit einer Informationstafel versehen, auf der der Name, die Herkunft der Sorte, die Eigenschaft der Frucht sowie ihre Genussreife sowie der Wuchs des Baumes und seine Bodenansprüche dokumentiert sind. Vielleicht ist ja der eine oder andere Apfel im Frühherbst schon genussreif und wir können einen probieren.

Die ursprüngliche Eisenbahnstrecke, die noch weiter bis Barmstedt und Elmshorn führte und als Teil der Verbindung der Elbmarsch mit Mecklenburg sogar einen gewissen überregionalen Charakter hatte, wurde 1907 eröffnet und 1973 stillgelegt. Die Tour verläuft weit überwiegend auf dieser Strecke. Es ist eine gut zu befahrende Schotteroberfläche, die nur gelegentlich etwas holperig ist. Keine nennenswerten Steigungen.

●**Ziel:** AKN-Bahnhof Henstedt-Ulzburg ●**Ende:** ca. 17:00 - 18:00.

●**Fahrtkosten:** Hinfahrt 7,40 Euro/Rückfahrt 5,40/Tageskarte 13,20 - plus HVV-Fahrradkarte für 3,50, die auf jeden Fall erforderlich ist (wir können am Hauptbahnhof eine Gruppenkarte für 24,80 Euro benutzen, das ergibt bei voller Ausschöpfung der Personenzahl (5) je Person knapp 5,00 Euro zzgl. Fahrradkarte).

Bei keiner anderen Erfindung ist das Nützliche
mit dem Angenehmen so innig verbunden wie
beim Fahrrad
(Adam Opel)



Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V.

Einzugsermächtigung

Wenn Sie bereits Mitglied sind und nachträglich die Einzugsermächtigung geben wollen, bitte Name und Anschrift links angeben.

Hiermit ermächtige ich die Nieren Selbsthilfe Hamburg e. V., ab sofort bis auf Widerruf folgende Beträge zu Lasten des unten aufgeführten Kontos einzuziehen:

- 30,- Euro jährlich für Mitglieder
- 40,- Euro jährlich für Familien
- 50,- Euro jährlich für Fördermitglieder
- Euro jährlich als zusätzliche Spende
- Euro einmalige Spende

Beitrittserklärung

Name Patientin/Patient Vorname

Name Partnerin/Partner Vorname

Erziehungsberechtigte(r) (bei Kindern)

Straße

Postleitzahl/Ort

Mitglied geboren am

Telefon Festnetz

Telefon Mobil

E-Mail

Ich bin Patientin/Patient Partnerin/Partner
 Angehöriger Fördermitglied

Datenschutzhinweis:

Mit dem Speichern meiner Daten gem. der Datenschutzerklärung erkläre ich mich einverstanden

Datum, Unterschrift für die Beitrittserklärung

Bank/Sparkasse

IBAN

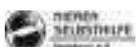
BIC

Kontoinhaber(in) falls abweichend vom Mitglied

Datum, Unterschrift für die Einzugsermächtigung

Nieren Selbsthilfe Hamburg
Maria Bandrowski
Klabautermannweg 107
22457 Hamburg

Bitte senden Sie Beitrittserklärung und/oder Einzugsermächtigung an die angegebene Adresse
Adressfeld bei entsprechender Faltung für Fensterbriefumschlag geeignet



**SIE WOLLEN DIE
NIEREN SELBSTHILFE
HAMBURG E. V.
FINANZIELL UNTERSTÜTZEN?**



UNSERE BANKVERBINDUNG

IBAN:

DE16 2001 0020 0028 4152 07

BIC: PBNKDEFF200

POSTBANK HAMBURG

Ab 100,- SPENDENBESCHEINIGUNG AUF ANFORDERUNG