

Augsburg, 28.11.2021

Weihnachtswünsche

**Ich wünsche Dir zur Weihnachtszeit
ein Päckchen voll Gelassenheit,
die Dir die Weihnachtstage retten,
die Wogen voller Hektik glätten.**

**Ich wünsche Dir zur Weihnachtszeit
ein Päckchen voll Besinnlichkeit,
die Dich die Werte lässt erkennen,
um sie beim wahren Wert zu nennen.**

**Ich wünsche Dir zur Weihnachtszeit
ein Päckchen voller Herzlichkeit,
die Dir Dein Leben heller macht,
wenn auch die Sonne mal nicht lacht.**

**Was jetzt zu wünschen übrig bliebe?
Ein Päckchen voller Menschenliebe!
Nicht nur zur Weihnachtszeit!
Ich wünsch Dir´s für die ganze Zeit!**

Liebe Mitglieder und Freunde unseres Selbsthilfe-Vereins,

das vergangene Jahr hat uns viel abverlangt. Die sozialen, gesundheitlichen und wirtschaftlichen Herausforderungen durch die Corona-Pandemie werden uns leider noch weiter begleiten.

Umso wichtiger ist es, sich auf die momentane Situation einzustellen und sie zu akzeptieren.

Leider war es aus verschiedenen Gründen, nicht möglich,
heuer Gruppentreffen abzuhalten.

Die Corona-Pandemie hat auf sehr viele Menschen erhebliche psychische Auswirkungen durch vermehrtes Stresserleben, Existenzängste, Überforderungserleben, soziale Isolation u. v. a. m. Bestehende psychische Erkrankungen wurden verstärkt oder haben sich selbst nach längeren Phasen der Besserung wieder verschlechtert, insbesondere depressive Störungen und Angsterkrankungen. Dies ist ein Auszug aus einem Bericht Tinnitus-Forum 4. Ausgabe 2021 von *Dr. med. Frank Matthias Rudolph Facharzt für Psychosomatische Medizin, Ärztlicher Direktor der Mittelrhein-Klinik und Vorstand der DTL.*

Wir, die Vorstandschaft, haben uns für das kommende Jahr einige Gedanken gemacht, wie wir euch unterstützen können, damit ein sicherer Kontaktaustausch innerhalb der Gruppe besser gewährleistet ist.

Die momentane Coronasituation lässt eine Aussicht auf baldiges Treffen in weite Ferne rücken.

- 1.) Wir werden eine zweite Internetseite aufziehen, wo sich Mitglieder über verschiedene Themen wie: Tinnitus, Hyperakusis, Morbus Meniere, Therapien und weitere Themen informieren können.
- 2.) Diese Informationsquelle (Mitglieder-Internet), wird auch für Mitglieder die mobiles Internet (Smartphone oder Tablet) besitzen, zu nützen sein.

TINNITUS-SELBSTHILFE AUGSBURG E.V.

- der gute Rat aus eigener Erfahrung -

Ihr Ansprechpartner: Andreas Kosub, Oberstdorfer Straße 18 A, 86163 Augsburg, Tel.: 0821-2629080
E-Mail: andreas_kosub@web.de, Homepage: www.tinnitus-selbsthilfe-augsburg.de

- 3.) Wir werden eine Möglichkeit schaffen, wie wir untereinander via Videokonferenz die Gruppentreffen im neuen Jahr abhalten können. Im Vorfeld prüfen wir, welches Videokonferenzprogramm das geeignete für uns ist. Auch werden wir berücksichtigen, dass auch Mitglieder dabei sein können, die mit dem Smartphone teilnehmen möchten.
- 4.) Natürlich werden wir die Mitglieder und Interessenten der T.S.A.e.V, die kein Internet haben, weiter mit Informationen vom Vereinsleben und sonstigen Neuigkeiten versorgen.

Liebe Mitglieder und Freunde unseres Selbsthilfe-Vereins!

Wir hoffen, dass im nächsten Jahr wieder Gruppentreffen möglich sind & wir freuen uns auf Euch!

Wenn Ihr was auf dem Herzen habt, teilt uns telefonisch oder per E-Mail euer Anliegen mit.

Andreas Kosub Tel.:0821 2629080 Email: andreas_kosub@web.de
Stefan Marx Tel.:0821 554654 Email: stefan@marxms.de

Liebe Mitglieder, liebe Freunde des T.S.A.e.- Vereins,
wir wünschen Euch und Euren Familien von ganzem Herzen eine schöne Advent- & Weihnachtszeit,
sowie ein glückliches, erfolgreiches und ein gesundes neues Jahr.
Bleibt achtsam und gesund.

Liebe Grüße von

Andreas Kosub S. Marx

Andreas Kosub und Stefan Marx, im Namen des Vorstandes des Tinnitus-Selbsthilfe Augsburg e.V.



Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen, sowie vom „runden Tisch Schwaben-Nord“ gefördert.