

Bericht zur Jahreshauptversammlung 2021

Blankenfelde 28.01.2021

Herzsport

Abteilungsleiter Rolf Stubenrauch

Die Abteilung Herzsport und Selbsthilfegruppe im MSV Zossen hat zurzeit einen Mitgliederstand von 43 Patienten. Wir betreiben REHA- Sport unter Anleitung von drei Therapeuten, die eine spezielle Ausbildung für den Bereich Herz- Kreislauferkrankungen haben. Während unserer Sportstunden ist immer ein Arzt, entsprechend der Krankenkassen-Vereinbarungen anwesend. Als Herzsportgruppe sind wir vom Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz- Kreislauferkrankungen zertifiziert worden. Wir besitzen eine hochwertige Notfallausrüstung, die glücklicherweise in den vergangenen Jahren nie zum Einsatz kommen musste.

Wir betreuen zwei Gruppen die sich einmal die Woche an jedem Mittwoch zeitversetzt von 17.00 bis 20.00 treffen. Unsere Übungsstätte ist die Turnhalle der Goethe-Grundschule in der Gerichtsstraße in Zossen.

Die Treffen der Selbsthilfegruppe erfolgen nach einem individuellen Arbeitsplan, in der Regel einmal im Monat. Wir haben im Jahr 2019, an dem ganztägigen Wandertag des Landesverbandes in Bernau teilgenommen.

Um uns weiterzubilden fanden Erfahrungsaustausche mit den anderen Herzgruppen in der Region statt. So gab es Gesprächsrunden in Burg/Spreewald zu Themen die uns aktuell bewegen. Die Therapeuten besuchten Workshops in Bernau um Neues kennenzulernen und sich mit anderen auszutauschen. Sie haben weiterhin Seminare besucht um ihre Lizenzen für weitere 2 Jahre zu verlängern.

Im Jahr 2019 haben wir mit anderen Herzgruppen einen sportlichen Gruppennachmittag gestaltet, der großen Anklang fand. Für 2020 war Ähnliches geplant, ist aber durch die Corona Pandemie, wie auch alle anderen Veranstaltungen, ausgefallen.

Im Frühjahr 2019 hatten wir einen Wandertag in Warnemünde und zum Jahresabschluss wurde eine Busfahrt nach Seiffen organisiert, an der auch die Partner mit teilnehmen konnten. Kleinere Gruppentreffen mit verschiedenen Inhalten sind durchgeführt worden und wurden immer gut besucht.

Bedingt durch die Einschränkungen in 2020 gab es keine Veranstaltungen und nur kurzzeitige sportliche Aktivitäten. Von der Herzsportgruppe wurde für die Zeit während der Pandemie ein Hygienekonzept erstellt nach dem der Sport zeitlich begrenzt durchgeführt werden konnte. Seit dem 28.10.2020 wurden alle Aktivitäten der Herzsportgruppe bis auf weiteres eingestellt.

Abteilungsleiter Herzsport