



Nachrichten aus Eurem Landesverband NRW

Zum Jahresabschluss traf sich der Vorstand zur letzten Vorstandssitzung 2025 im Restaurant „Zum Hackstück“ in Hattingen.



Im Bild von links nach rechts: Dieter Debus-Vorsitzender, Hiltrud Kühnemann-Beisitzerin, Regine Babel-Beisitzerin, Ferdinand Kehnen-Beisitzer, Barbara Wertenbroch-KassiererIn, Petra Kimmstellv. Vorsitzende, Sabine Stracke-Beisitzerin

Der gesamte Vorstand wünscht allen Mitgliedern ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und für 2026 viel Glück und beste Gesundheit.

Wir bedanken uns bei allen Mitgliedern für Ihre Teilnahme am Gruppensport sowie am Gruppenleben und bei den Gruppenleitungen für Ihren unermüdlichen Einsatz.

Nachrichten aus den Gruppen

Reise der SHG Hennef zum Weltosteoporosetag (WOT) In Bremen vom 16.-19. Oktober 2025

In diesem Jahr führte die Reise der Selbsthilfegruppe Hennef mit 17 Teilnehmenden zum Weltosteoporosetag nach Bremen. Der Anreisetag, am Freitag, war gefüllt mit Besichtigung der Sehenswürdigkeiten und Besuch der Gastronomie. Am Samstag ging es dann zum

Veranstaltungsort.

Besuch des Weltosteoporosetages (WOT)



Bildquelle: A. Müller

„Gemeinsam sind wir stärker, SHG 162 Gevelsberg & SHG 23 Hennef“

Im Bild die Teilnehmer der beiden Selbsthilfegruppen

Zum WOT schreibt Anette Walk folgenden Text: (z.T. gekürzt)

Der Samstag stand ganz im Zeichen des Weltosteoporosetages. Gemeinsam, mit den Mitgliedern Gevelsberg, sowie ihren Bus (vielen Dank), machten wir uns auf den Weg zur Veranstaltung, wo uns ein vielseitiges Programm erwartete. Neben interessanten Fachvorträgen von namhaften Expertinnen und Experten gab es zahlreiche Möglichkeiten zum Austausch und Infostände mit interessanten Flyern – sowohl mit Fachleuten als auch mit anderen Selbsthilfegruppen aus ganz Deutschland. Die Veranstalter hatten für eine kleine Bewirtung vor Ort gesorgt, bei Kaffee, kleinen Snacks und anregenden Gesprächen verging der Tag wie im Flug. Am späten Nachmittag kehrten wir zurück ins Hotel.

Weitere Information zur Gruppe und ihren Angeboten gibt es im Internet unter:

www.osteoporose-nrw.de/gruppen/hennef-1



30jähriges Jubiläum der SHG Herzogenrath

Dazu schrieb Elfriede Kreusen folgenden Text:

Da wir im Mai schon einen Ausflug nach Köln ins Schokoladenmuseum und anschließender Panoramafahrt durch Köln geplant hatten, haben wir die Feier im September mit Sektempfang, einem Rückblick auf die vergangenen 30 Jahre, musikalischer Untermalung sowie der Auftritt eines Zauberers und einem Büfett nachgeholt. Als Gäste konnten wir auch



den Bürgermeister und die SHG Würselen begrüßen.

Am 3. Dez. 2025 trafen sich 27 Mitglieder der **SHG DU-Buchholz** zur Weihnachtsfeier in gemütlicher Runde zum Mittagessen. Gemeinsames Singen und der Vortrag launiger Kurzgeschichten – initiiert durch Ferdinand Kehnen - rundeten das Treffen ab.



Die **SHG Werne** bot am 10. Dezember 2025 ihren Mitgliedern:innen und auch den Übungsleiterinnen zum Jahresabschluß ein Advents-Kaffeetrinken an. Mit selbstgebackenen Plätzchen und Kuchen sowie anderen Leckereien genossen sie das gesellige Beisammensein, auch zum Erfahrungsaustausch.

Zur Einstimmung las Petra Kimm einen Text zu "Herzenswärme" vor. Mit den besten Wünschen zur Advents- und Weihnachtszeit sowie für das Jahr 2026 endete das letzte Gruppentreffen in diesem Jahr.



Im Bild von links nach rechts: Angelika Zielonka-Übungsleiterin, Petra Kimm-Gruppenleiterin, Gertrude Gilbert-Übungsleiterin



Die SHG Werne beim geselligen Beisammensein zum Jahreswechsel

Zur Verabschiedung von **Heidi Wunner - SHG Bad Honnef** – schreibt Brigitte Windoffer folgende Zeilen:



Im Bild von links nach rechts: Brigitte Windoffer, Heidi Wunner, Dieter Debus, Petra Kim

Eine Legende unseres Vereins, Heidi Wunner, nahm am Nikolaustag in Bad Honnef bei der diesjährigen



Jahresabschlussfeier der SHG Bad Honnef offiziell Abschied. Die 86-jährige war Mitbegründerin der SHG im Jahr 1999, die sie von 2003 bis 2019 leitete. Bis heute war sie als Trainerin mehrerer Gruppen aktiv. In einem feierlichen Rahmen überreichte der Vorsitzende des Landesverbandes NRW, Dieter Debus und seine Gattin, sowie Petra Kimm, stellv. Vorsitzende, Heidi Wunner die Ehrenurkunde des Bundesverbandes. Dieter Debus und Petra Kimm dankten Heidi für ihre besonderen Verdienste und ihre jahrzehntelange Treue für den Verein. Auch die Vorsitzende der SHG Bad Honnef, Brigitte Windoffer, und ihr Vorgängerin Regine Babel würdigten das großartige Engagement von Heidi und dankten ihr für die wunderbare Zusammenarbeit. Zahlreiche Mitglieder schlossen sich diesem besonderen Dank vor Ort an.
Mach et joot, liebe Heidi, wie man im Rheinland sagt!

Eine Bitte in eigener Sache:

Gerne veröffentlichen wir Berichte aus unseren Gruppen. Damit ich, Ferdinand Kehnen-Schriftführer, sie auch problemlos weiterverarbeiten kann, bitte ich um Beachtung der folgenden Punkte:

1. Textbeiträge im WORD-Format (doc oder docx)
2. Bilder im Jpg-Format
3. Bitte als Mail und nicht über Whatsapp
4. Alternativ im Original; dann scanne ich selbst ein.

Euer Ferdinand Kehnen
und nochmals „Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!“

