

PCOS-Workshop-Wochenende 2016 vom 30.09. bis 02.10.2016

ein Bericht von Kerstin Futterer

Ein breitgefächertes Programm erwartete die Teilnehmerinnen des diesjährigen PCOS-Workshop-Wochenendes.

Zum Warmwerden starteten wir mit unseren Teilnehmerinnen am Freitagabend bei Schnittchen mit einer Vorstellungsrunde und einem anschließenden gemütlichen Austausch. Anwesend waren sowohl unsere Übernachtungsgäste, wie auch einige der Tagesgäste für die Vorträge am Samstag, die den Auftakt nicht verpassen wollten. Nach Besprechung des Ablaufs des Vortragstages konnten wir einen kurzen Werbeblock für unser besonderes „Workshopschmankerl“ einbauen. Wir hatten zwei Visagistinnen und einen Fotografen gebucht, die die Schönheit unserer Teilnehmerinnen hervorheben und festhalten sollten. Auch zwei Kurzenschlossene konnten wir noch zum Shooting gewinnen. Die Einteilung der Teilnehmerinnen hatte Daniela Klein akribisch vorbereitet und kümmerte sich auch am Samstag um den reibungslosen Ablauf von Schminken und Fotografieren. Außer den Teilnehmerinnen war auch unser Beiratsmitglied, Professor Dr. Onno Janßen, am Freitag schon anwesend. Dr. Janßen konnte den Teilnehmerinnen Anekdoten der Vereinsentstehung zum Besten geben und sorgte mit für eine gute Stimmung. So war der Freitagabend kurzweilig und ließ einen guten Start für den Samstag erahnen.

Ganz früh am Samstagmorgen stießen der Fotograf, Gregor Wildförster, und die Visagistinnen, Melanie und Carmen, zu uns. Schnell waren Schminkplatz und erste Foto-Location gefunden und die erste Teilnehmerin konnte sich verschönern lassen. Tagesgäste und Workshopteilnehmer trafen sich zum ersten Vortrag. Als erste Referentin stand uns unser Beiratsmitglied, Privat-Dozentin Dr. Susanne Reger-Tan, zur Verfügung und berichtete über das „PCOS für Einsteiger“. Sie hatte, außer Ihrem Vortrag, auch eine Überraschung für uns dabei. Da wir an diesem Wochenende, zusätzlich zum Workshop, auch noch das 10-jährige Bestehen des Vereins feiern konnten, gab es von ihr eine ganz besondere Geburtstagstorte, die alle begeistert hat. [Foto]

Als zweite Beirätin hielt Frau Dr. Aida Hanjalic-Beck einen Vortrag über das PCO-Syndrom und seine Ausprägungen, die sie mit Fallbeispielen untermauerte. Danach traf man sich zur ersten gemeinsamen Kaffeepause, in der auch Zeit zum Austausch untereinander blieb. Als nächster begeisterte Professor Dr. Sven Benson unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit seinem Beitrag über Stress und PCOS. Anschließend löste ihn Professor Dr. Onno Janßen ab und gab einen Überblick über das PCOS im Zusammenhang mit Diabetes und Hashimoto.

Zur Stärkung gab es anschließend ein leckeres Mittagsbüffet vom Hotel Bredeney. Die ersten Teilnehmerinnen konnten schon begeistert vom Schminken und Fotoshooting berichten und es herrschte allgemein eine gute Stimmung, die auch für den zweiten Vortragsteil am Nachmittag erhalten blieb.

Den zweiten Teil eröffnete Privat-Dozentin Dr. Susanne Hahn mit ihrem Vortrag über das PCOS und seine Folgen, die ja gerade für die „alten Hasen“ unter uns interessant sind und nicht außer Acht gelassen werden sollten. Den zweiten Vortrag am Nachmittag bestritt Privat-Dozent Dr. Thomas Jansen, der als Hautarzt die dermatologische Sicht auf das PCOS

beleuchtete. Bei einer zweiten Kaffeepause konnten dann alle nochmals durchschnaufen um sich dann ganz dem finalen Beitrag von Sozialpädagogin Angela Hartmann-Fischotter zu widmen. Sie behandelte - auf unseren Wunsch hin - das Thema „Selbsthilfe – Was bringt mir das?“, das Sie perfekt mit Hilfe der Teilnehmerinnen umsetzte.

So ging der Samstag mit seinen Vorträgen auch sehr schnell zu Ende und ich durfte mich bei allen Anwesenden für Ihre Mühe und für einen tollen Tag bedanken. Nicht alle, aber doch viele, sind auch am Abend bei uns geblieben, um unseren Vereinsgeburtstag mitzufeiern. Wir hatten eine schöne Feier mit Musik und Tanz und einer Menge Spaß.

Der Sonntag nach dem anstrengenden und informationsgeladenen Vortragstag stand ganz im Zeichen der Behandlung von Fragen und den Wünschen der Teilnehmerinnen. So wurde z.B. der Wunsch nach einer Gruppenleiterinnenschulung geäußert, den wir gerne aufgreifen.

Nach einem gemütlichen Vormittag standen eigentlich nur noch das Zusammenpacken und die Abreise auf dem Plan. Sehr schnell war das Workshopwochenende auch schon wieder beendet.

Da Gregor uns die schönen Fotos der Teilnehmerinnen sehr schnell zuschickte, mussten die Frauen nicht lange auf die Weiterleitung durch uns warten. Die Fotos zeigen tolle Frauen, strahlende Gesichter, tolle Haare, schöne Lichteffekte. Aber eines fehlt auf jedem einzelnen Foto: Das PCOS! Und das war genau das, was wir mit diesem Workshop erreichen wollten. Zu zeigen, dass die Frau im Vordergrund steht und nicht das PCOS und das auch erkrankte Frauen wunderschön sind!!!

Ich möchte mich ganz herzlich bei folgenden Beteiligten bedanken:

- zuallererst bei meinen Mitvorständinnen - Danke! Denn ohne euch hätte dieses Wochenende nicht funktioniert!
- bei allen Teilnehmerinnen – Danke für eure Unterstützung und eurer Engagement!
- bei unseren Beiräten – Danke, dass ihr das mit uns immer wieder mitmacht! Ich freue mich schon auf den nächsten Workshop!
- bei Frau Claußen von der TK – Danke, dass Sie unsere Idee auch so toll gefunden haben wie wir und dass Sie die Förderung möglich gemacht haben!
- bei Gregor Wildförster, dem „Fiddler of Light“ – Danke Dir, dass Du Zeit für uns hattest und für all die tollen Bilder!
- bei den Visagistinnen Melanie und Carmen – Danke dass ihr da ward, ihr habt das Beste aus uns rausgeholt!
- bei unseren Ehemännern/Familien – Danke dass ihr immer mit dabei seid und helft!
- beim Team vom Hotel Bredeneu – Danke für die tolle Betreuung! Wir haben uns sehr wohl gefühlt bei Ihnen!