TAVOLA ROSA

Jahresbericht 2022

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde von TAVOLA ROSA BASEL.

Ich freue mich, euch unseren 2. Jahresbericht vorzulegen.

TAVOLA ROSA BASEL wurde im November 2019 gegründet. Der Verein bestand zu Beginn aus fünf Vorstandsmitgliedern. Heute zählen wir 50 Mitglieder. Viele Betroffene nutzen regelmässig unsere Angebote.

Wichtig ist uns die Unterstützung von Betroffenen. Unser Netzwerk ermöglicht einen regen Austausch mit anderen Betroffenen. Wir bieten unterschiedliche Aktivitäten, um gemeinsam der drohenden Isolation durch die Krankheit vorzugreifen.

TAVOLA ROSA

Was haben wir dieses Jahr gemeinsam gemacht?

- TAVOLA ROSA „MEETS" - unsere monatlichen Gruppentreffen

- TAVOLA ROSA „YOUNG" - unsere neue Gruppe für junge Betroffene ist auf grosses Interesse gestossen und füllt in der Region eine Lücke. Brustkrebs kennt keine Altersgrenze und trifft leider auch immer wieder sehr junge Frauen, darunter auch junge Mütter. In dieser Gruppe versuchen wir, gezielter auf ihre Themen und Sorgen einzugehen.

- Professionelle Einführung und „Eintauchen" ins Kneippen

- Sommerfest mit „Feueralarm" im Garten der Krebsliga beider Basel

- Picknicks in der Grün 80 (manchmal mit Angehörigen)

- Wanderungen (organisiert von Mirjam)

- Rheinschwimmen
-
- Kreativ sein (Deco by Marion)

- LA-MIT - unser 1. Solidaritäts-/Plauschlauf bei Regen (nächster LA-MIT am 22.4.23 bei Sonnenschein!)
  LA - MIT bedeutet:
  -lauf mit einem lieben Menschen
  -lauf mit Hund
  -lauf mit Stöcken
  -lauf mit Krebs
  -oder ganz einfach: lauf mit = LA-MIT

- Zusammenarbeit mit Marion von „Die Oase-therapeutische Massage" (https://www.die-oase.care/)

- Frauenstadtrundgang
  „Unsichtbar und unterbezahlt. Who cares?"

- Tango-Kurs (von und mit Oxana und Sia www.tango-mariposa.com)
  „Tanz fördert die körperliche, emotionale, kognitive und soziale Integration des Menschen"

- Kochabende
  „Wer in Gesellschaft kocht, schaltet ab und tut etwas Gutes für sich und für diejenigen, die mitessen"

- Weihnachtsabend im Restaurant Union

TAVOLA ROSA

Wie haben wir uns dieses Jahr weiter bekannt gemacht?

Nebst der bereits erfolgreich bestehenden Kooperation mit dem Tumorzentrum (USB) kooperieren wir nun auch mit dem Brustzentrum des Bethesda Spitals. Beide Kooperationen fördern aktiv die Selbsthilfe.

Sie liegen uns sehr am Herzen, denn sowohl Patientinnen und Patienten als auch ihre Angehörigen werden durch die Teilnahme in Selbsthilfegruppen darin bestärkt, besser mit der Krankheit zu leben und die eigene Gesundheitskompetenz zu fördern.

WIR SIND SELBSTHILFEFREUNDLICH

Wir haben Öffentlichkeitsarbeit geleistet und unser Angebot an folgenden Stellen vorgestellt:

- in der Krebsliga beider Basel
- im Bethesda Spital (Walk-in Veranstaltung für Mitarbeitende des Brustzentrums)
- Podiumsgespräch am Infotag des Brustzentrums Kantonsspital Baselland
- anlässlich der Vortragsreihe von Soroptimist International Club Basel
- in der Focus Me App
- am Bra Day
- In der International Community mit TAVOLA ROSA „INT": ein neues Angebot für Englisch sprechende Betroffene. Diese Frauen können meist nicht auf die Unterstützung der Familie zurückgreifen, da sie fern der Heimat sind. Für sie ist es besonders schwer, sich in Deutsch und im hiesigen «Brustkrebs-Oekosystem» zurechtzufinden. Wir bieten auch hier zusätzlich zum regelmässigen Austausch in der Gruppe, Begleitung und Übersetzung bei Gesprächen mit Fachpersonen.
- TAVOLA ROSA „BLOGS": einen ganz grossen Dank an die bewundernswerte Arbeit unserer Bloggerinnen Melanie, Nina und Karin. Sie haben ihre sehr persönlichen Erfahrungen, Ängste und Freuden mit uns geteilt. (https://www.tavola-rosa.ch/blog)
- am Basler Frauenlauf: Wir waren mit einem eigenen Stand vertreten und konnten vielen Läuferinnen und Interessentinnen Informationsmaterial geben oder sie im persönlichen Gespräch über unsere Initiative aufklären.
  Es ist immer wieder wunderbar zu sehen und spüren, wieviel Motivation und Energie plötzlich entsteht, wenn man etwas gemeinsam unternimmt.

TAVOLA ROSA

Ich möchte mit einem persönlichen Dank an euch Mitglieder, Helfende und Sponsoren und an meine engagierten Vorstandskolleginnen schliessen.

Ein besonderer Dank geht an meine Tochter Laura, die letztes Jahr die Social Media Auftritte für TAVOLA ROSA gemacht hat und an Oxana und Sia, die uns geduldig und mit viel Leidenschaft das Tangotanzen lehren.

Eure Expertise, eure grosszügigen Spenden und euer Vertrauen in unsere Arbeit sind die Grundlagen für das Bestehen und Wachsen von TAVOLA ROSA BASEL.

Dafür ganz herzlichen Dank!

Wir starten auch diesmal ins neue Jahr mit einem Tisch voller Ideen …

Herzliche Grüsse

Barbara Kundert
Initiantin und Präsidentin

TAVOLA ROSA

v.l.n.r.:

- Kneippen in der Grün 80
- Tangokurs mit Oxana und Sia
- Karin mit ihrem Blog «Verpiss dich Alexa» https://www.tavola-rosa.ch/blog
- Frauenstadtrundgang
- LA-MIT am Start
- Bra-Day
- Weihnachtsfeier
- «YOUNG» am Weihnachtsmarkt
- LA-MIT am Ziel