



Newsletter Januar 2021

Wir wünschen euch ein gutes, gesundes und möglichst beschwerdefreies neues Jahr. Auch, dass die Coronalage sich mit den Impfungen und Beschränkungen bald so verbessert, dass wir auch persönliche Treffen und Workshops durchführen können.

Wie ist es inzwischen weitergegangen?

Unsere virtuelle Gruppe für Frauen unter 35 Jahren ist inzwischen eine feste Einrichtung geworden. Ebenso unsere NRW- und Bayern-Gruppen haben sich inzwischen etabliert.

Am 29. Dezember hat zum ersten Mal unsere virtuelle Gruppe für den Raum Frankfurt, Mainz, Wiesbaden und Umgebung stattgefunden und war auch gleich gut besucht.

Wir bereiten gerade die Abbuchungen für die Mitgliedsbeiträge 2021 vor. Sie werden im Laufe des Januars eingezogen.

Inzwischen finden täglich mehr neue Mitglieder zu uns, was uns sehr freut.

Und hier sind noch ein paar Feedbacks zu unseren Dehn-Workshops, die jedes Mal innerhalb kürzester Zeit ausgebucht sind:

- Ich habe am 11.12. am Workshop Dehnen teilgenommen. Mir ging es mit dem "Thema" der Sexualität nicht gut, irgendwie fühlte sich alles aussichtslos und ungewiss an. Als ich aus dem Workshop raus gegangen bin, konnte ich wieder positiver denken. Ich habe nun den Mut, das Dehnen sicherer zu beginnen und mich selbst wieder ein Stückchen besser kennen zu lernen. Vielen, vielen Dank. Ich freue mich auf die nächsten virtuellen Treffen und Workshops.
- Der Dehnworkshop war wirklich Gold wert! Man kann sich zwar viel anlesen..., aber eben auch nicht alles. Habt daher ganz herzlichen Dank: Ich habe sehr viel mitgenommen zu diesem für uns Ladies ganz wesentlichen Thema.
- Der Workshop war überdies sehr unterhaltsam und es tat gut, einmal über "diese Dinge" zu sprechen und die Erlebnisse und Erfahrungen von anderen Frauen zu hören, über die frau sonst freilich nicht spricht. Mit wem auch? Super, dass es diese Gruppe gibt! Schönen Dank für euer Engagement!

In diesen Gruppen und Workshops sind noch Plätze frei:

- Gruppe „NRW und Kassel“: 25. Januar um 19:00 Uhr
- Gruppe „Frankfurt, Mainz, Wiesbaden und Umgebung“: 10. Februar um 19:00 Uhr
- Gruppe „alle Regionen“: 18. Februar um 19:00 Uhr
- Eltern-Workshop „Mein Kind hat Lichen sclerosus“: 22. Januar um 19:**30** Uhr
- Workshop „Dehnen“: 05. März um 19:00 Uhr

Alle anderen Gruppen und Workshops sind ausgebucht. Deswegen führen wir sie nicht extra auf.

Bei den Treffen und Workshops, für die wir **Spezialist*innen** gewinnen konnten sind noch wenige Plätze frei. Die genaueren Beschreibungen findet ihr auf der Homepage. Hier ist der Buchungsstand:

1. Gruppe für junge Frauen unter 35 Jahren mit **Frau Dr. Johanna Fischer-Gödde** am 11. März um **20:00** Uhr: 1 freier Platz
2. Gruppe für alle Regionen mit **Frau Dr. Gudula Kirtschig** am 18. März um 19:00 Uhr: 3 freie Plätze
3. Workshop „Vulvodynie“ mit **Prof. Werner Mendling** am 28. April um 19:00 Uhr: 2 freie Plätze
4. Workshop „Operationen“ mit **Prof. Andreas Günthert** am 07. Juni um 19:00 Uhr: 3 freie Plätze

2 neue Dokumente auf der Webseite im Mitgliederbereich

Zu zwei Fragen, die wir sehr regelmäßig gestellt bekommen, haben wir jetzt im Mitgliederbereich unter den „nützlichen Dokumenten“ Informationen für euch bereitgestellt:

1. „Kann Ernährung Lichen sclerosus beeinflussen?“

Studien dazu gibt es nicht. Aber es gibt einige erforschte Fakten zur Auswirkung von Ernährung auf entzündliche Prozesse. Eine Frau aus unseren Reihen ist Ökotrophologin und hat für uns ein Handout zusammengestellt. Herzlichen Dank dafür!

2. „Woran erkennt man einen Schub?“

Wir finden, dass diese Frage immer wieder gar nicht so leicht zu beantworten ist. Deshalb haben wir sechs unserer Spezialisten dazu befragt und euch deren Antworten aufgeschrieben. Das Ergebnis ist sehr interessant und zeigt noch einmal deutlich, wie wichtig es ist, dass wir unseren Körper und unseren Lichen gut kennenlernen.

Etwas Webseitenstatistik zum Schluss

Dezember 2020

Seitenaufrufe 13'304: Nutzer 3163, neue Nutzer 2949, davon 91% aus DE – die meisten Neuzugänge hatten wir aus NRW (715)

So starteten wir im Neuen Jahr:

Zeitraum 1. bis 9. Januar 2021

Seitenaufrufe 5113: Nutzer 1263, neue Nutzer 1113 davon 91% aus DE – die meisten Neuzugänge hatten wir aus NRW (310)

Herzliche Grüße

Herta und Brigitta