

ALS 600 KLEINE HERZEN AUF DIE REISE GINGEN

Seit 2017 arbeiten wir intensiv mit der Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. zusammen. Wichtige Tipps und ehrliche Rückmeldungen zu unserer Arbeit sind dabei besonders hilfreich. Beim Bundeskongress der Frauenselbsthilfe 2018 in Magdeburg durften wir zu Gast sein. Wir versprechen den Frauen vorab 600 kleine Dankeschönherzen - was für eine verrückte Idee. Aber zusammen haben wir es geschafft und ein riesiges Paket mit den besten Wünschen auf die Reise geschickt:

„Mutig - bunt – aktiv“

Dieses wunderschöne Motto hat uns in den vergangenen Wochen und Monaten ständig begleitet. Im Nachhinein muss man schon sagen, dass es sehr mutig war, 600 Herzen zuzuschicken. Unglaublich, was all die lieben, herzlichen, kreativen und endlos motivierten Frauen geschafft haben! Mehr als 600 Herzen wurden genäht, geschnitten, gewendet, gestopft, gedrückt, zugenäht, beknopft und bebändelt,



und Hoffnungslosigkeit lassen am Leben zweifeln. Unsere Herzen sind nur klein, aber in ihnen steckt großes! Denn sie sind ein kleiner Lichtstrahl, der Zuversicht gibt und sagt: du bist nicht allein! Und mit diesem kleinen Beitrag möchten wir das Grau vertreiben und uns entschlossen an deren Seite stellen, die vom Leben auf eine harte Probe gestellt werden und deren Träume schlagartig zerplatzt sind. Diese Geste von Frau zu Frau verändert nichts, aber sie mobilisiert Kräfte, die vielleicht



ungeahnt schlummerten. Wer durch diese Zeit gegangen ist, dem Krebs die Stirn bieten konnte, geht als anderer Mensch daraus hervor. Unsere Herzen sind auch eine Anerkennung für alle, die den Kampf aufgenommen haben, egal wie es ausgeht.



eingetütet und mit Sorgfalt und Bedacht für die aufregende Reise vorbereitet. Es sind nicht nur Stoffherzen, sondern Glücksbringer, Hoffnungsträger, Erinnerer, Begleiter und Wutball in einem. Und sie stehen damit den großen, richtigen Herzkissen in Nichts nach! In ihnen steckt viel Freude, Lachen, Mut, Entschlossenheit, Trost, Kraft, Frauempower, Glaube und nicht

MUTIG - BUNT - AKTIV

endende Hoffnung. Jede Frau, die ein Herz von uns erhält, hat Unvorstellbares erlebt. Entsetzen, Angst, Trauer, Wut, Enttäuschung



SPONSOREN

Stoff-Ideen, Koblenz
Schreinerei Schwieck, Braubach
Glas-Zitto GmbH, Koblenz
Nandoo GmbH, Koblenz
Tante ÄNNI Stoffladen, Koblenz
CM Copyright Media GU, Koblenz
Glas-Dachs, Dachsenhausen
HiA GmbH, Miehlen



WEITERE UNTERSTÜTZER

Pfarrgemeinde Weiler/Nachtsheim
FSH-Gruppe Kemperhof und Marienhof, Koblenz
Näh-AG der Grundschule Cochem
Seniorenzentrum St. Hedwig, Cochem
Kita Dieblich
Tagesförderstätte Stiftung Scheuern, Nassau



Beim **Muddy Angel Run 2019** in Bad Hönningen traten 30 kämpferische Frauen mit dem Herz auf der Brust an, um auf das Thema Brustkrebs aufmerksam zu machen.

Am 22.05.2020 starten die Herzkissen wieder, diesmal beim Ladies Run (ohne Schlamm) in Koblenz. Teilnehmerinnen und Unterstützer sind herzlich willkommen.

Bei **Bands for Friends 2019** in Osterspai rockten die Bands Claytones, Floor 6 und Steve Taylor Blues Band zugunsten der Herzkissen und erspielten knapp 1000 €.



Herzkissen erhielt im Jahr 2014 den Ehrenamtspreis der GVV-Kommunalversicherung dotiert mit 5000 €.

Verbandsgemeindeverwaltung
Loreley

HERZKISSEN RHEIN-MOSEL-LAHN
c/o Alexandra C. Weber
Verbandsgemeinde Loreley
Verwaltungsgebäude Braubach
Friedrichstr. 12
56338 Braubach

Mobil: 0175 / 721 721 4
HerzkissenRheinMoselLahn@web.de
HerzkissenRheinMoselLahn.blogspot.de

„Spende Herzkissen“
Konto der Verbandsgemeinde Loreley
IBAN DE08 5105 0015 0688 0000 76

Folge uns auf
Facebook



Verbandsgemeinde
Loreley



Registered member of
Heart Pillow Project

9 JAHRE
9000
HERZKISSEN



HERZKISSEN
RHEIN • MOSEL • LAHN
VERBANDSGEMEINDE LORELEY

MENSCHEN BEGEGNEN SICH IM LEBEN,
DAMIT SICH IHRE HERZEN BERÜHREN!



WER STECKT HINTER DER AKTION?

Im Jahr 2006 wurde die Idee von der dänischen Krankenschwester Nancy Friis-Jensen aus den USA nach Europa mitgebracht.

Herzkissen-Initiativen gibt es mittlerweile weltweit. Anfang 2011 griff eine lokale Gruppe aus Braubach die Idee auf und nannte sich von da an „Herzkissen für Koblenz“. 2018 wurde die Gruppe aufgrund des größer werdenden Einzugsgebietes in „Herzkissen Rhein-Mosel-Lahn“ umbenannt.

WAS SIND HERZKISSEN?

Die Aktion „Herzkissen Rhein-Mosel-Lahn“ der Verbandsgemeinde Loreley unterstützt an Brustkrebs erkrankte Frauen und Männer aus dem nördlichen Rheinland-Pfalz. Viele Kliniken in Koblenz und Umgebung werden von unserer Gruppe mit selbstgenähten Kissen versorgt und geben diese an die Betroffenen weiter.

Die Kissen sind aus medizinischer Sicht ein Hilfsmittel zur Verbesserung der Lebensqualität nach einer OP an der Achselhöhle und der Brust. Die besondere Form des Herzens ist optimal, um es in die Armbeuge zu klemmen. Das Kissen lindert dadurch den Operationsschmerz und ermöglicht, schneller am Leben wieder teilzuhaben. Das kleine Herz kann mit der Hand geknetet werden, unterstützt den Lymphfluss und verhilft damit zu einer schnelleren Heilung. Mit dem Herzkissen ist es für viele zum erste Mal wieder möglich, gut zu schlafen, sich bequem auszuruhen und sogar Auto zu fahren.

Natürlich hat das Herz auch einen symbolischen Charakter: Wir möchten jedem einzelnen vermitteln, dass er in dieser schweren Zeit nicht alleine ist. Dafür nähen wir zu jedem Herzkissen ein kleines Herz, das an einen wichtigen Menschen weitergegeben werden kann. Somit gibt es eine sichtbare Verbindung zwischen Betroffenen und der Familie und Freunden.



WAS UNS MOTIVIERT

„Ich möchte all den lieben Frauen danken, die es möglich machen, dass ich ein solches Herzkissen im Arm halten darf.“

„Das Kissen ist mir ans Herz gewachsen und ein netter Begleiter geworden, den ich nicht missen möchte. Diese Initiative zeigt mir auch, dass wir Betroffene nicht alleine sind.“

„Das Herzkissen lag nach meiner Operation im Krankenhaus auf dem Bett und hat mir sofort Trost gespendet.“



„Wir danken EUCH... Ihr seid die Engel, die Menschen in schlimmen Phasen ein Lächeln ins Gesicht zaubern...“

„Wie sehr können doch solche von Herzen kommende Geschenke tragen!“

„Das ist eine unbeschreiblich tolle Gruppe. Diese uneigennützigste Arbeit gibt Brustkrebskranken soviel Liebe und Wärme.“

„Inzwischen sind mein Herz und ich unzertrennliche Bettgenossen geworden, ohne das ich gar nicht schlafen kann. Abends denke ich an die fleißigen Hände, die so eine tolle Idee umsetzen.“

WO SIE UNSERE HERZKISSEN ERHALTEN

Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein – Kemperhof Koblenz
Katholisches Klinikum Koblenz – Marienhof Koblenz
Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein – St. Elisabeth Mayen
Krankenhaus St. Elisabeth Lahnstein
Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Neuwied
Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich
Krankenhaus Maria Hilf Bad Neuenahr-Ahrweiler
DRK Krankenhaus Neuwied
Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Auf Anfrage versenden wir kostenlos unsere Herzkissen, auch über unser Gebiet hinaus.



„Die Herzkissen geben den an Brustkrebs erkrankten Frauen viel Freude und die Gewissheit, dass jemand bei ihnen ist und sie nicht alleine gelassen sind.“

Das Team der Station 2b, Brustkrebszentrum Kemperhof

„Die liebevoll genähten Herzkissen werden von den Patientinnen sehr positiv angenommen und gerne genutzt.“

Dr. Anne Krämer, Marienhof

„Ich freue mich über die Initiative des Herzkissen-Teams und werde auch weiterhin die Aktion gerne unterstützen.“

Werner Groß, Bürgermeister der Verbandsgemeinde Loreley



WIE KANN ICH HELFEN?

JEDER kann mitmachen – auch ohne Vorkenntnisse! Zuschneiden, nähen und stopfen können Sie in unseren Nähgruppen oder nach Rücksprache zuhause. Unsere Nähgruppen finden Sie in **Braubach**,

Mayen (Gemeindepsychiatrisches Betreuungszentrum der Barmherzigen Brüder Saffig in Mayen),

Bad Neuenahr-Ahrweiler (Selbsthilfegruppe Bad Neuenahr-Ahrweiler der Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.) und

Treis-Karden (Seniorenstift St. Katharina Treis-Karden). Außerdem nähen in **Polch**, **Wittlich** und **Niederzissen** private Helfer, die sich nach Bedarf treffen.

Termine: facebook.com/herzkissenrheinmosellahn

SACHSPENDEN

Für die Herzkissen wird reiner Baumwollstoff mit 130g/qm benötigt. Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie Stoffe spenden möchten. Unser Hauptsponsor Tante ÄNNI in Koblenz-Ehrenbreitstein hilft Ihnen gerne bei der passenden Auswahl und lässt uns die von Ihnen gekauften Stoffe zukommen.



GELDSPENDEN

Alle Spenden fließen zu 100% in die Aktion. Stichwort: „Spende Herzkissen“
Konto der Verbandsgemeinde Loreley

Nassauische Sparkasse
IBAN DE08 5105 0015 0688 0000 76

Wir freuen uns, wenn Sie Ihre Adresse angeben

WEITERE HERZENSANGELEGENHEITEN

KLEINE HERZEN

Zu jedem großen Herz bekommt die Patientin ein kleines Herz im gleichen bzw. ähnlichem Design. Dieses kann an Partner, Kinder, Freunde weitergegeben werden, um die unterstützende Verbindung sichtbar zu machen.

AUTOGURTHERZEN

Diese speziellen Herzen können mit einem Band am Autogurt befestigt werden, um den Druck durch den Gurt zu lindern. Die Benutzung geschieht auf eigene Gefahr; Es ist sicherzustellen, dass der Gurt ungehindert funktioniert.

ERGOBÄLLE UND SPIELWÜRFEL

Aus den kleinsten Resten werden wunderschöne Ergotherapiebälle und Spielwürfel gefertigt. Diese eignen sich für soziale Einrichtungen im Kleinkinderbereich, aber auch für die Arbeit mit älteren Menschen z.B. mit Demenz.

DANKESCHÖNHERZEN

Diese Herzen in verschiedenen Größen entstehen auch aus Stoffresten der Herzkissen und sind somit im gleichen Design. Um ein original Herzkissen herzustellen benötigt die Gruppe 5 €. Für eine Spende ab dieser Höhe erhält der Spender als Dankeschön ein Herzchen nach Wahl. Unsere Dankeschönherzen erhalten Sie vor Ort bei folgenden Partnern:

- Verbandsgemeinde Loreley in Braubach und St. Goarshausen
- Touristinfo Braubach
- Stoff-Ideen, Koblenz-Nord
- Tante ÄNNI Stoffladen, Koblenz-Ehrenbreitstein
- Friseur Birgit Rüdell, Kamp-Bornhofen
- Friseursalon Die Schnittstelle, Braubach
- Floristik Vergiss mein nicht, Braubach
- Gemeindepsychiatrisches Betreuungszentrum Mayen
- Seniorenstift St. Katharina, Treis-Karden
- Gynäkologische Praxis Dr. Stephanie Schmidt, Dieblich
- Zahnarztpraxis Marco Retterath, Cochem
- KIWA-OPTIK, Koblenz
- Dorfladen, Filsen
- Barmherzige Brüder, Saffig
- Glas-Zitto GmbH, Koblenz
- Sandro Haar-Trend, Dachsenhausen
- Sangwan's Traditionelle Thaimassage, Braubach



„Mein Anliegen ist es, dass alle Patienten ein Herzkissen bekommen, die es brauchen. Mein Traum ist es, dass es in Zukunft keine Patienten mehr gibt, die es benötigen.“

Nancy Friis-Jensen, Gründerin Heart-Pillow Project

„Ich bin traurig darüber, wie viele Herzkissen gebraucht werden, aber auch unendlich dankbar, dass so viele liebe Menschen helfen, alle Frauen zu versorgen und unsere Aktion voranzutreiben.“

Alexandra Weber, Initiatorin der Herzkissen Rhein-Mosel-Lahn