

***Uwe Kosinowski, Vertrauensmitglied DHG-Region Sachsen***

***Tempelbergstr. 42A, 04668 Grimma, E-Mail: uwe.kosinowski@dhg.de***

Grimma, der 06.05.2026

## **Einladung zum Familienwochenende „Sachsentreffen“**

Liebe Mitglieder, liebe Angehörige,

es ist wieder so weit: Unser Familienwochenende in der schönen Oberlausitz rückt näher.

Ich lade Euch herzlich in das „Haus Gertrud“ ein – die Unterkunft kennen einige von Euch vielleicht bereits. Wir treffen uns am Wochenende vom 19. bis 21. Juni 2026 im Kurort Jonsdorf.

Am Freitag ist die Anreise ab 16:00 Uhr möglich. Nach dem gemeinsamen Abendessen und dem Beziehen der Zimmer treffen wir uns im Gemeinschaftsraum zu einer Kennenlernrunde. Ich hoffe sehr, dass neben den vielen bekannten Gesichtern auch neue Teilnehmende dabei sind. Eine kurze Vorstellungsrunde soll dazu beitragen, dass wir schnell miteinander ins Gespräch kommen. In gemütlicher Runde mit anregenden Gesprächen und dem Austausch von Erfahrungen lassen wir den Abend ausklingen.

Am Samstagvormittag berichtet Herr Thomas Altmann von der AKB Medizinische Serviceleistungen GmbH, welche Unterstützung bei der Einführung der Heimselbstbehandlung möglich ist. Für viele ist die Heimselbstbehandlung inzwischen selbstverständlich. Der Kurs zur Heimselbstbehandlung Ende März dieses Jahres hat jedoch gezeigt, dass das Erlernen der Selbstbehandlung nicht nur für junge Familien ein wichtiges Thema ist. Es gibt auch Erwachsene und Familien, für die es schwieriger ist und die hierbei mehr Unterstützung benötigen.

Nach dem Mittagessen ist es Zeit, die schöne Gegend der Oberlausitz zu erkunden. Da Wandern nicht für alle möglich ist, habe ich mich nach Alternativen umgesehen und bin dabei auf den Oybin-Gebirgsexpress gestoßen. Dieser bietet unter anderem eine Tour zum Hochwald an. Wenn genügend Interesse besteht, werde ich versuchen, eine Fahrt direkt ab unserer Unterkunft (hin und zurück) zu buchen.

Am Abend plane ich eine gemütliche Runde am Lagerfeuer. Wer am Nachmittag einen geeigneten Stock gefunden hat, kann am Feuer Knüppelkuchen backen.

Der Sonntagvormittag steht zur freien Verfügung; die Gegend lädt zum Wandern und Spaziergehen ein. Nach dem gemeinsamen Mittagessen endet das Sachsentreffen, und alle treten die Heimreise an.

Bitte denkt an Folgendes:

- Badesachen einpacken: In der Unterkunft gibt es ein kleines Bad und eine Sauna.
- Geeignete Kleidung und Schuhe für den Ausflug / die Wanderung einpacken.
- Gerinnungspräparate für Prophylaxe und Bedarf nicht vergessen.

Die DHG unterstützt dieses Treffen; für die Teilnahme ist jedoch ein Eigenanteil erforderlich.

Der Eigenanteil für Mitglieder der DHG beträgt für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren 130,00 EUR. Kinder von Mitgliedern bis 14 Jahren zahlen keinen Eigenanteil. Für Teilnehmende, die nicht Mitglied der DHG sind, beträgt der Eigenanteil pro erwachsene Person und Jugendliche ab 15 Jahren 163,00 EUR sowie für Kinder bis 14 Jahre 39,00 EUR.

Die Anmeldung bitte bis zum 06.06.2026, mittels es beiliegenden Anmeldebogens. Sendet mir gerne den Bogen per E-Mail an [uwe.kosinowski@dhg.de](mailto:uwe.kosinowski@dhg.de) zu.

Liebe Grüße Euer Vertrauensmitglied  
Uwe