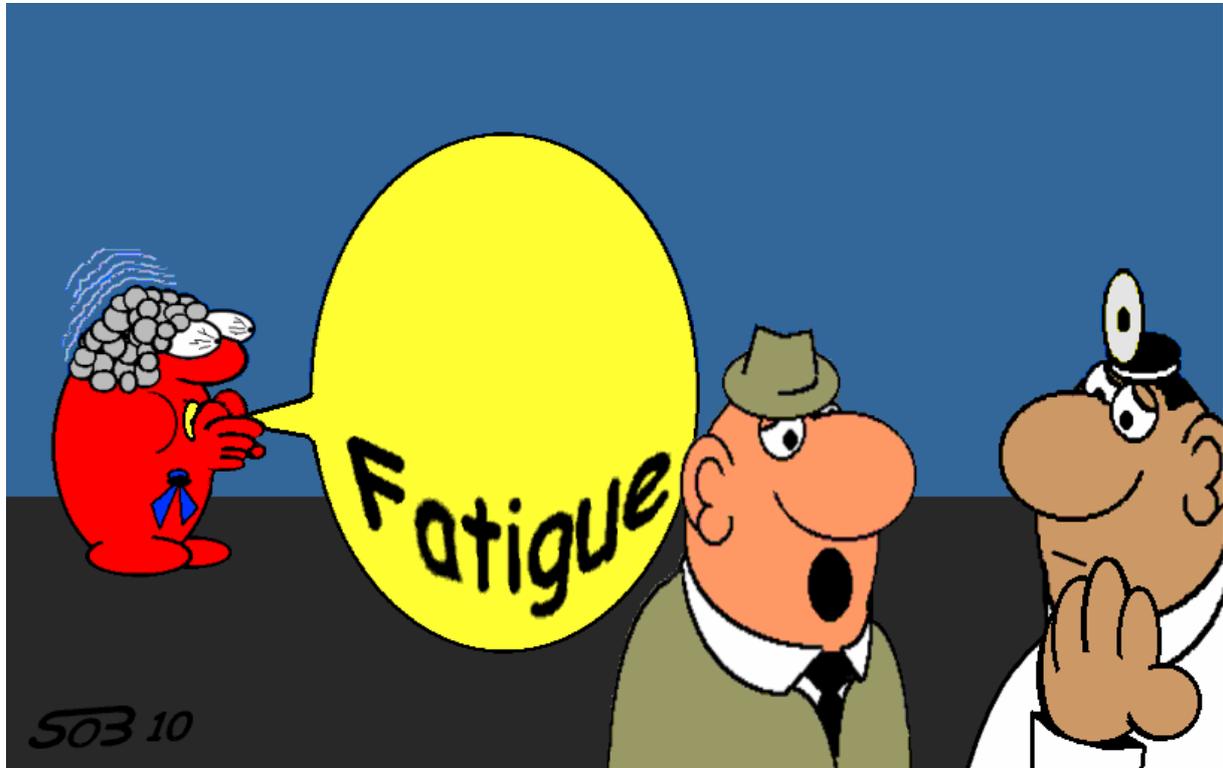


# KALENDER 2011



Es bringt nichts. Je mehr sie trainiert,  
umso größer wird die Erschöpfung.

**CARTOONS ÜBER DAS LEBEN MIT CFS  
VON HANS-MICHAEL SOBETZKO**

**virtuga**

**Virtuga**  
Print- und Multimedia Verlag  
Am Hafen 3  
25348 Glückstadt

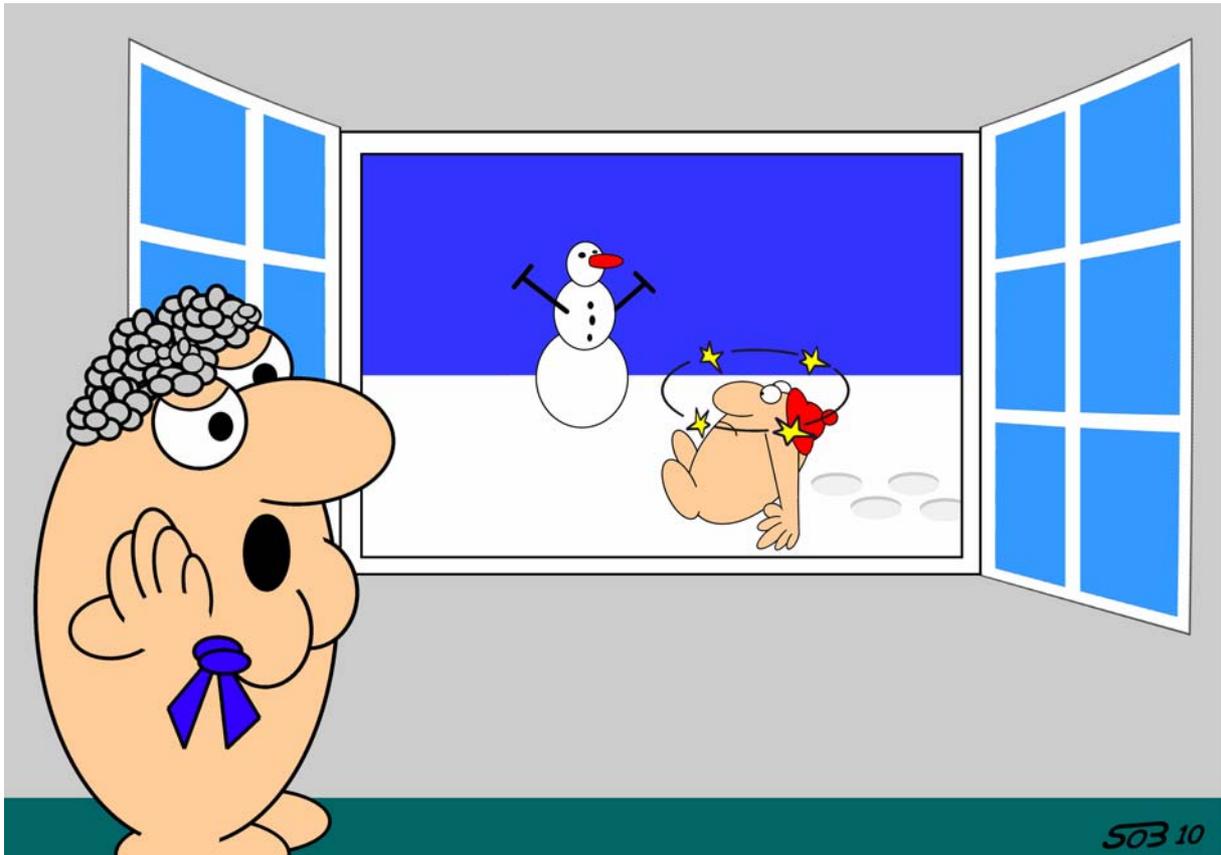
Copyright Hans-Michael Sobetzko 2010  
alle Rechte vorbehalten

Anfragen per e-Mail an: [cal2009@virtuga.com](mailto:cal2009@virtuga.com)

Die nichtkommerzielle, persönliche Nutzung dieses Kalenders ist kostenfrei.  
Verwendungen und/oder Reproduktionen, auch von Teilen, zu kommerziellen und/oder institutionellen Zwecken sowie die Weiterverbreitung in Medien oder auf Web-Sites bedürfen der schriftlichen Zustimmung.



# JANUAR



**CFS hat auch Vorteile. Bevor ich überhaupt aus dem Haus gekommen bin, sind andere schon gestürzt.**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1.	2.
3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.						

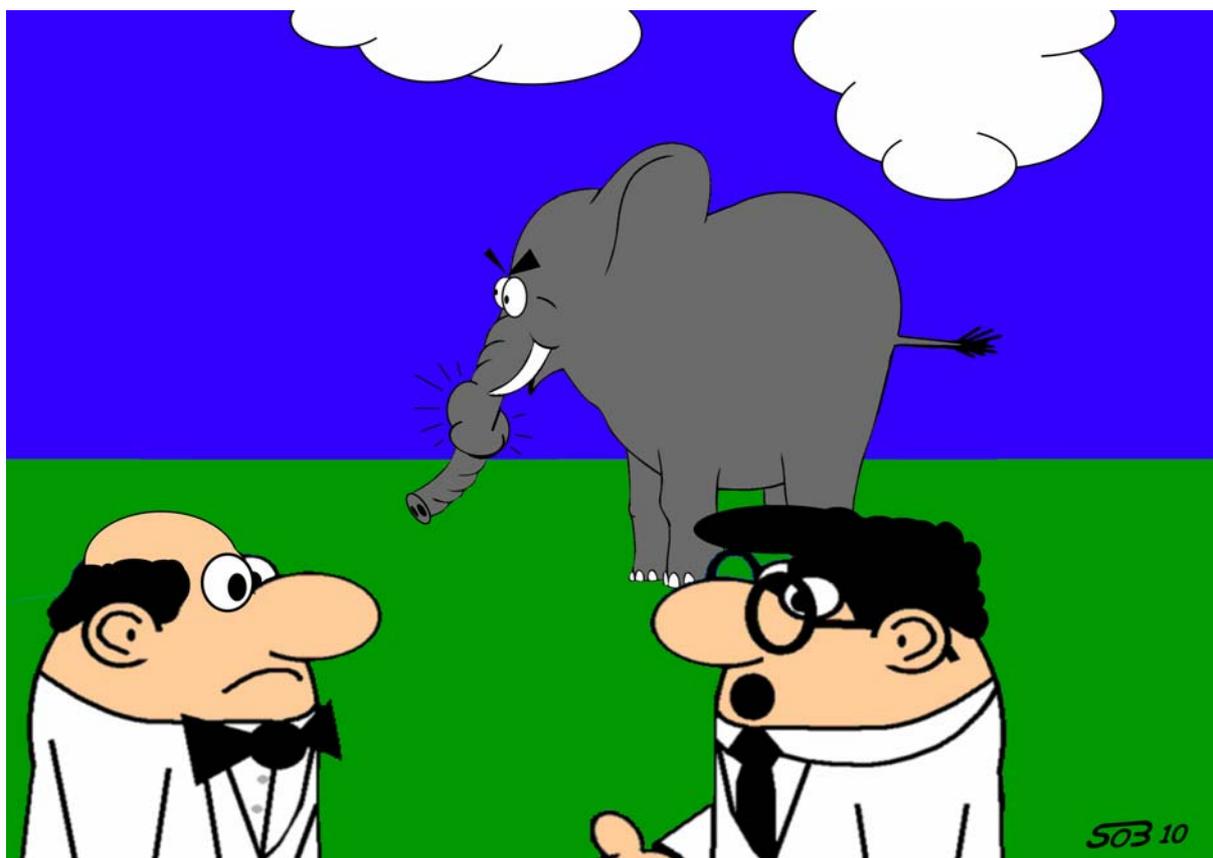
# FEBRUAR



Als erfahrener Psychiater sage ich Ihnen, hinter dieser Mauer wissenschaftlichen Widerstands finden sich die wahren seelischen Ursachen des CFS.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.						

# MÄRZ



**Im Tierversuch hat die neue Therapie gegen Geruchsempfindlichkeit gut gewirkt, allerdings scheint sie die Atmung geringfügig zu behindern.**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.	29.	30.	31.			

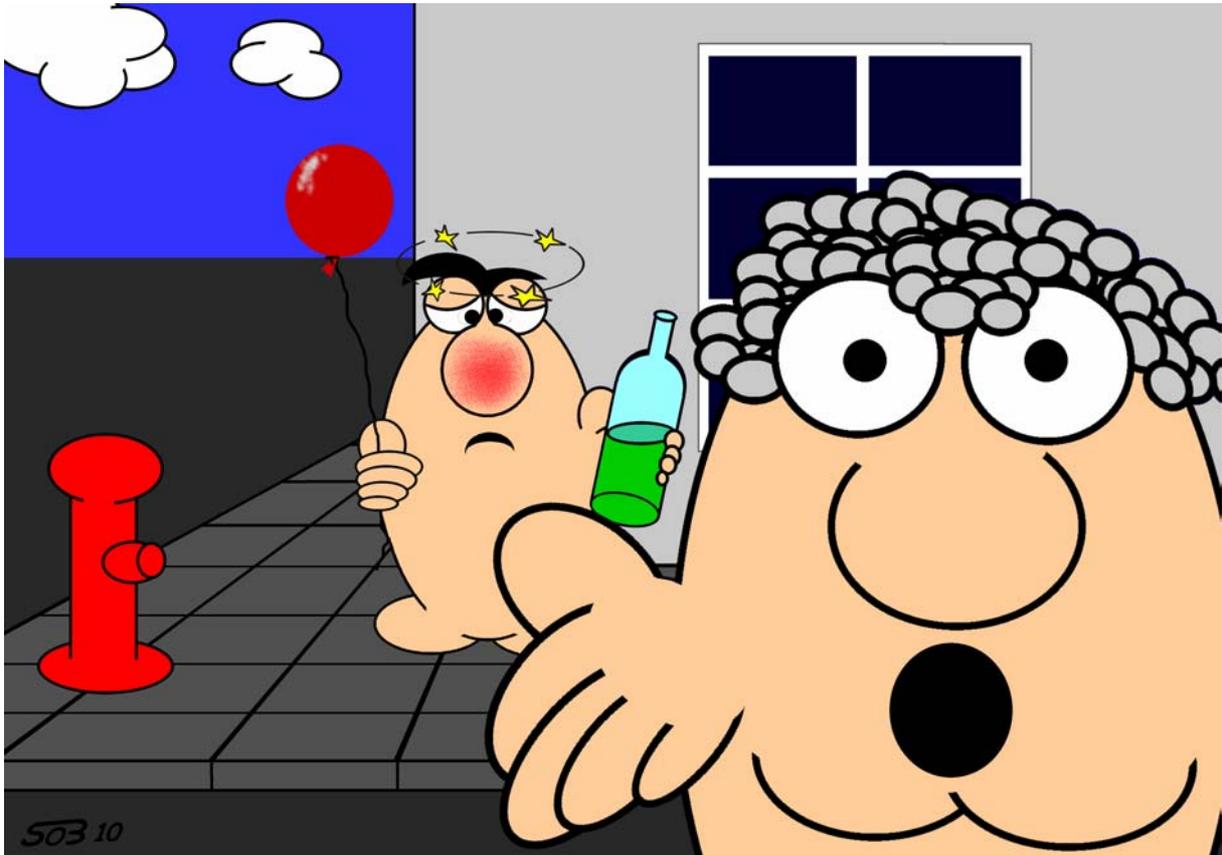
# APRIL



**Verstehe ich Sie richtig? Alle CFS-Patienten sind entweder psychisch krank oder Sie bekommen eine psychiatrische Diagnose, wenn sie das nicht akzeptieren!?"**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				1.	2.	3.
4.	5.	6.	7.	8.		10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.
18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.
25.	26.	27.	28.	29.	30.	

# MAI



Der hat's gut! Der weiß morgen genau, warum ihm der Kopf weh tut, weshalb ihm übel und schwindelig ist und wieso er sich so krank fühlt.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1.
2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
9.	10.	11.	12. 	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.
23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.
30.	31.					



= INTERNATIONALER CFS-TAG

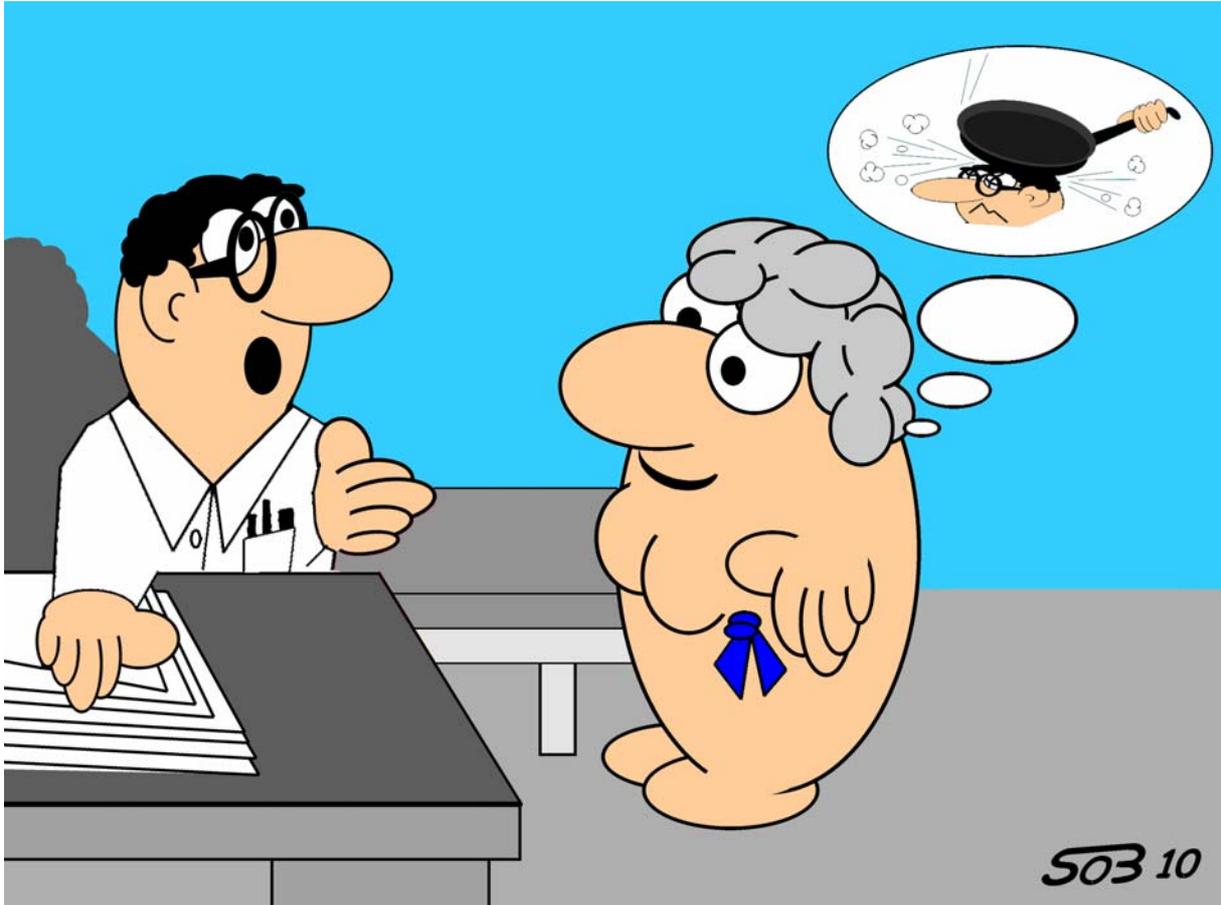
# JUNI



Die Folgen von CFS für meinen Alltag?  
Eine Zimmerpflanze lebt aktiver als ich.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.
20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.
27.	28.	29.	30.			

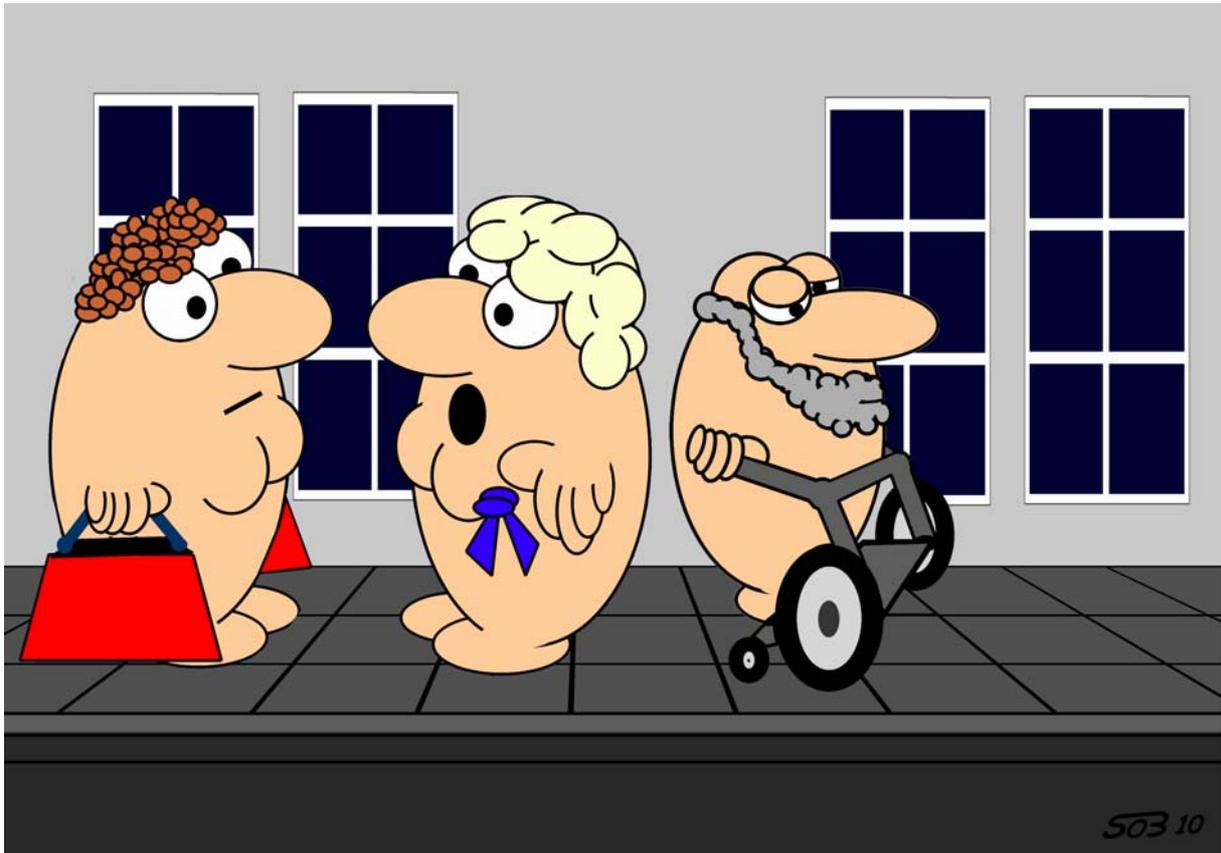
# JULI



**Denken Sie einfach an etwas, das Ihnen Spaß macht und schon sieht die Welt ganz anders aus.**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				1.	2.	3.
4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.
18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.
25.	26.	27.	28.	29.	30.	31.

# AUGUST



**„Gestern ging's mir richtig gut. Da habe ich es sogar geschafft, 500 Meter weit an Opa dran zu bleiben.“**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.
15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.
22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.
29.	30.	31.				

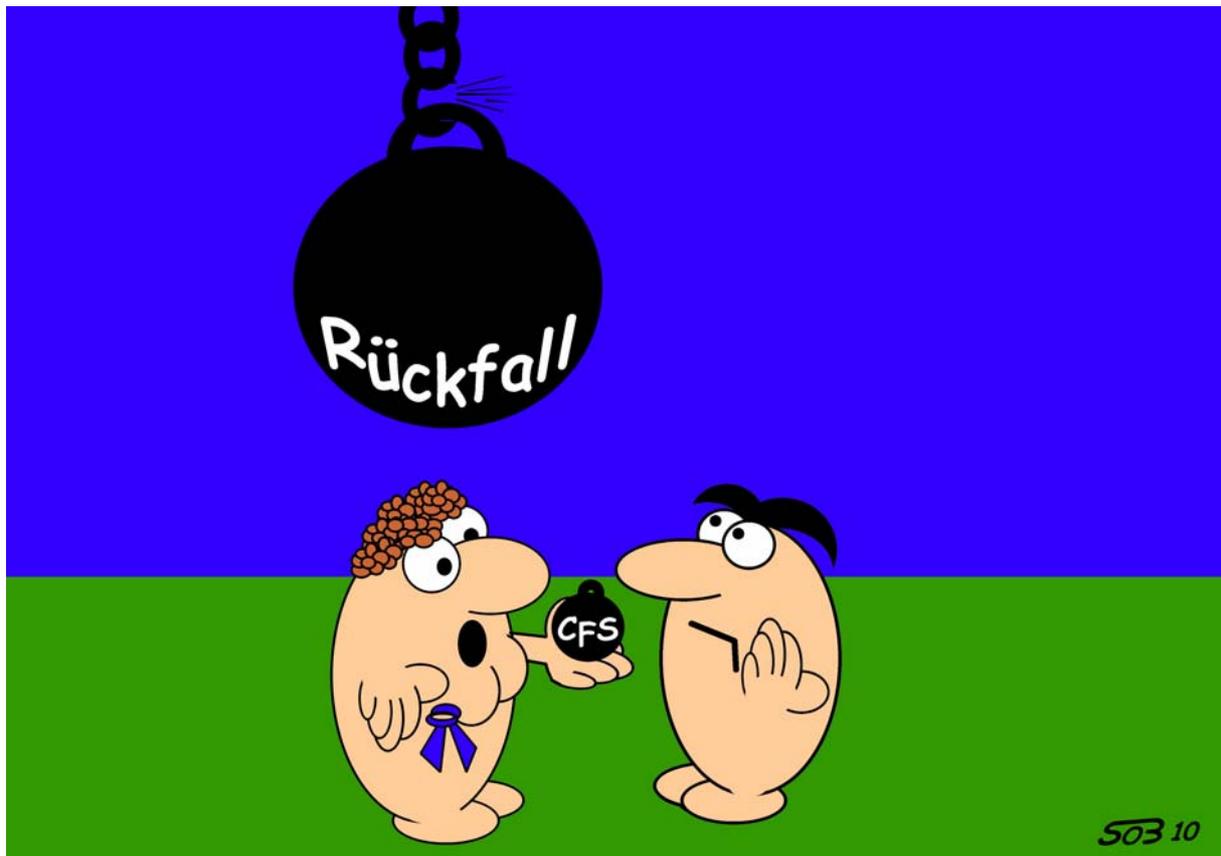
# SEPTEMBER



„Wenigstens Du stellst keine Forderungen an mich.“

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.
19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.
26.	27.	28.	29.	30.		

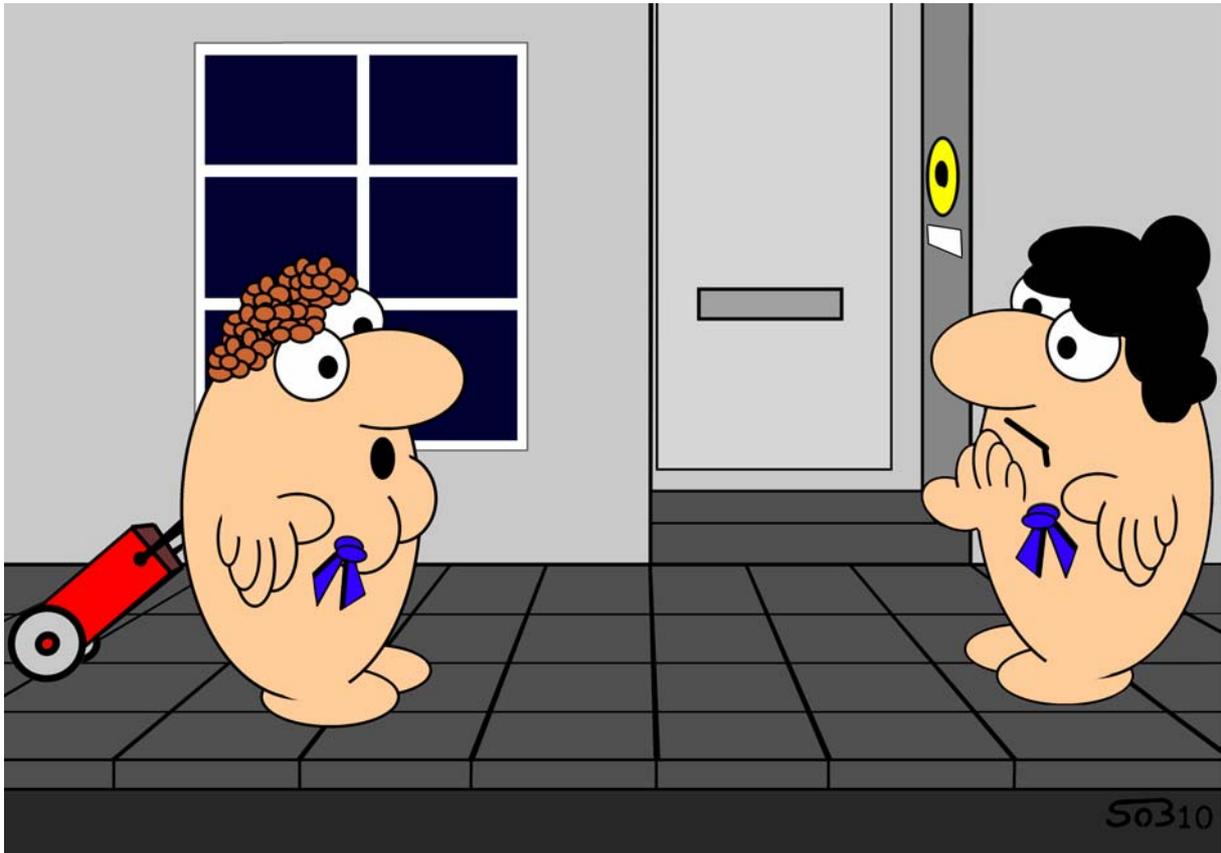
# OKTOBER



Ich glaube, ich hab' CFS langsam im Griff.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					1.	2.
3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.
17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.						

# NOVEMBER



Es gleicht sich am Ende irgendwie aus:  
Einerseits geht mit CFS alles deutlich langsamer,  
andererseits wird man viel schneller müde.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.
28.	29.	30.				

# DEZEMBER



...und ich dachte noch, toll, dass er den Baum schmückt!  
Aber ohne seine gewohnte Pause....

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.
19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.
26.	27.	28.	29.	30.	31.	

## **Internet**

**Informationen über CFS in englischer Sprache:**

**[www.cdc.gov/cfs](http://www.cdc.gov/cfs)**

**Informationen über CFS in deutscher Sprache:**

**[www.cfs-portal.de](http://www.cfs-portal.de)  
[www.cfs-aktuell.de](http://www.cfs-aktuell.de)  
[www.fatigatio.de](http://www.fatigatio.de)**