

mobil

regional NIEDERSACHSEN

Nachrichten und
Termine aus Ihrem
Landesverband

1-2024
Februar/März



Die Mitarbeitenden des Landesverbandes

DELEGIERTENVERSAMMLUNG 2023

Es geht wieder aufwärts!

Die Präsidentin der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Frau Dr. Inge Ehlebracht-König begrüßt die anwesenden Delegierten und ist sehr erfreut, dass wieder mehr Teilnehmer zur Delegiertenversammlung erschienen sind.

Nachdem Frau Dr. Ehlebracht-König den Jahresbericht 2022 vorgestellt hat, wurde von Herrn Metzsig der Jahresabschluss 2022 und der Haushaltplan 2023 den Delegierten vorgestellt. Beides wurde ohne Einwände angenommen und der Vorstand sowie der Geschäftsführer entlastet. Als neue weitere Rechnungsprüferin mit einer Amtszeit bis 2025 wurde Frau Herbst, AG Weyhe, neu gewählt.

Eines der Hauptanliegen was die Rheuma-Liga in 2022 und auch in 2023 beschäftigt, ist die Leitungsqualifikation des Funktionstrainings. Auf Bundesebene hat die Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation BAR die Rahmenvereinbarung für das Funktionstraining/den Rehabilitationssport festgeschrieben. Bei den weiteren Treffen auf BAR-Ebene ging es nun um die Festschreibung der Qualifikationsanforderungen für die Funktionstrainingsleitungen in der Zukunft. In diesem Gremium hatte die Rheuma-Liga die Möglichkeit, ihre Interessen zu vertreten. In einer Unterarbeitsgruppe der Rheuma-Liga auf Bundesebene waren die Präsidentin und Herr Metzsig involviert. Dort

wurden die Wünsche der Rheuma-Liga formuliert. Diese hat dann Frau Schmalegrede – die Präsidentin auf Bundesebene – auf BAR-Ebene vertreten. Nun ist dieses Papier fast fertiggestellt und es wurde ausführlich unter dem Tagesordnungspunkt „Funktionstraining“ darüber berichtet.

Finanzlage sichergestellt

Der Landesverband hat in den Verhandlungen mit den Krankenkassen alles versucht, um zur Vergütungshöhe des Funktionstrainings das Bestmögliche zu erreichen. Mit 8,50 EURO ist es gelungen mit der AOK Niedersachsen im bundesweiten Vergleich einen Spitzenwert →

Fortsetzung von Seite 1

→ für die Warmwassergymnastik zu erzielen.

Aber in vielen Bereichen reichen selbst diese Vergütungssätze nicht aus, um die Kosten zu decken. Der Landesverband hat in diesen Verhandlungen den Kostenträgern deutlich gemacht, dass häufig nicht der Vergütungssatz der entscheidende Faktor ist, sondern die Nichtteilnahme, die dazu führt, dass diese Gelder nicht abgerechnet werden können und mit viel weniger Teilnehmern die Kos-

ten zu decken sind. Dies wurde von Seiten der AOK eindeutig auch verstanden.

Die gesamte Argumentation hat bei den Kostenträgern jedoch nicht dazu geführt, noch höhere Vergütungssätze abzuschließen. Die Rheuma-Liga wird weiterhin auf Bundes- und Landesebene alles tun, um dort höhere Vergütungssätze zu erzielen. Fast alle Arbeitsgemeinschaften haben, soweit es möglich ist, ihre Zusatzleistung angepasst und die Selbstzahlerbeträge erhöht. So ist mit diesen Maßnahmen die Finanzlage der

Rheuma-Liga Niedersachsen soweit sichergestellt.

Die weiteren obligatorischen Tagesordnungspunkte wurden gut und schnell abgehandelt, so dass ausreichend Zeit gefunden wurde, über das Hauptthema Funktionstraining und Rehabilitationssport und die daraus resultierenden Fragen sich auszutauschen. ←

Die Delegiertenversammlung 2024 wird am 26.10.2024, 10.00 Uhr stattfinden.

ES WIRD GEFEIERT

Jubiläumsveranstaltung anlässlich des 40(1) jährigen Bestehens der Rheuma-Liga AG Syke

Dieses Jubiläum wollten wir gerne mit allen Mitgliedern der AG Syke feiern. Wir freuen uns sehr über die Resonanz, denn es waren 95 Mitglieder und 6 Ehrengäste der Einladung gefolgt.

Unsere Feier fand am 29. September 2023 im Gasthaus Dillertal in Bruchhausen-Vilsen statt. Nach einer kurzen Begrüßung und einer kleinen Rede durch Ines Plate und mich, Simone Mahlstädt, starteten wir gegen 18:00 Uhr mit einem leckeren Abendessen.

Nach dem köstlichen Essen konnten wir noch ein paar Details zu unserer Arbeitsgemeinschaft erzählen.

Da wir in den letzten Jahren leider sehr viel Wechsel im Leitungsteam hatten, war der richtige Gründungstermin der AG nur so circa bekannt. Dank Herrn Kaminski konnte aber an diesem Abend Licht ins Dunkle gebracht werden, denn dieser hat sich ins Archiv gewagt und tatsächlich die Gründungsurkunde gefunden. Somit mussten wir feststellen, dass wir mit unserem Jubiläum leider 1 Jahr zu spät waren, denn die AG wurde am **23.06.1982** gegründet. Der Vorsitz hatte damals Frau Margrit Fischer. Auf die-



ser Gründungsveranstaltung wurden 13 Mitgliedserklärungen abgegeben.

Die AG wuchs stetig und laut den Unterlagen, die wir dankenswerter Weise von Frau Bode erhielten, war Ilona Rieger bis 2016 die Leitung der AG. Seit 2021 wird die AG nun von Frau Plate und mir geleitet.

Derzeit besteht unsere AG aus 243 Mitgliedern. Bis zu der Jubiläums-Veranstaltung hatten wir

- 9 Wassergymnastik-Gruppen, 6 davon in Barrien und 3 in Martfeld. Außerdem
- 4 Funktionstrainingsgruppen Trocken (2 in Martfeld, 2 in Syke) und
- 3 Rehabilitationssportgruppen in Syke.

Ab November starten wir mit zusätzlich 4 neuen Wassergymnastik-Gruppen, so dass wir endlich unsere Warteliste abbauen können. Darüber sind wir sehr froh, auch dass wir eine neue Therapie-

tin für uns gewinnen konnten die diese Gruppen übernimmt. Seitdem sind wir zusätzlich im Hallenbad in Syke vertreten.

Leider erhielten wir zeitgleich die Kündigung von unserer TG-Therapeutin, so dass wir voraussichtlich 2 Funktionstrainingsgruppen Trocken schließen müssen, es sei denn es findet sich jemand der uns unterstützen möchte. Danke fürs „Weitersagen“.

Unsere Gruppen werden hervorragend durch unsere Therapeuten geleitet. Auf der Veranstaltung waren Regina Isensee, Nicole Katscher, Harry Krüger und Melissa Meyer. Bei diesen bedanken wir uns recht herzlich für Ihr tolles Engagement. Auch unseren Rettungsschwimmern einen herzlichen Dank.

Wunderschöner Abend

Zu den Ehrengästen zählte das Leitungsteam der AG Hoya Helga Scherber und Jutta Trumpke, das Leitungsteam der AG Weyhe Anja Herbst und Friedhelm Bode, stellvertretende Leitung der AG Sulingen Lisa Wollenweber und vom Landesverband der Rheuma-Liga unser sehr geschätzter Johannes Kaminski.

Herr Kaminski überbrachte ganz herzliche Grüße und Glückwünsche von unserem Landesverband der Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. aus Hannover. Dafür lieben Dank.

Unser anschließendes Programm mit der Lahausener Bühnener konnte nach all diesen Informationen endlich starten. Dieses tolle Ensemble zeigten uns auf der Bühne in plattdeutsch einige kleine Sketches die unsere Lachmuskeln sehr in Anspruch genommen haben und so mancher Gast konnte von diesen Lachern sehr lange zehren.

Wir hatten einen wunderschönen Abend, schöne Gespräche und wir bedanken uns bei allen Beteiligten für eine gelungene Jubiläumsveranstaltung mit ganz vielen netten Menschen. ←

Simone Mahlstädt und Ines Plate

Seminarvorschau 2024

Die Welt des Empowerments und der Resilienz



Teilnehmer/innen an dem Seminar

Das Seminar unter der Leitung von Claudia Kunz, der Physiotherapeutin und Expertin für Resilienz, bietet eine faszinierende Reise in die Welt des Empowerments und der Resilienz. Die Teilnehmer werden auf eine umfassende und praxisnahe Entdeckungsreise mitgenommen.

Der Auftakt des Seminars beginnt mit einer klaren Erklärung des Begriffs Empowerment. Hier liegt der Fokus auf der Selbstbestimmung im Alltag, und die Teilnehmer erhalten wertvolle Einblicke, wie sie aktiv durch ihr Leben gestalten können.

Die Verknüpfung von Empowerment und Resilienz wird nicht nur theoretisch vermittelt, sondern die Teilnehmer können diese Zusammenhänge auch in praktischen Übungen erleben. Dies schafft eine tiefe Verbindung zu den Konzepten und ermöglicht eine direkte Anwendung im Alltag.

Die Praxis zieht sich weiter durch das Seminar, während die Teilnehmer ihre eigenen Ressourcen erarbeiten, um verborgene Stärken zu entdecken. Der Workshop "Menschentypen kennenlernen" ermöglicht es den Teilnehmern nicht nur,

verschiedene Persönlichkeitstypen zu unterscheiden, sondern auch Strategien zu erlernen, um Gruppen effektiv zu führen und mit problematischen Teilnehmern umzugehen.

Ein Höhepunkt des Seminars ist die intensive Auseinandersetzung mit den Sieben Resilienz-Säulen. Durch praktische Übungen können die Teilnehmer erleben, wie diese Säulen ihre Widerstandsfähigkeit im täglichen Leben stärken können.

Die Teilnahme an aktiven und passiven Entspannungstechniken ermöglicht den Teilnehmern nicht nur, diese Methoden selbst zu erfahren, sondern auch Ideen zu sammeln, wie sie diese in ihr Leben zu integrieren können.

Praktische Tipps und mehr

Claudia Kunz führt ein wirkungsvolles Optimismustraining durch, das nicht nur die positive Einstellung stärkt, sondern auch praktische Werkzeuge für den Alltag liefert.

Die Themen Netzworkebildung und Zielsetzung und -verwirklichung werden mit großer Klarheit behandelt. Die Teilnehmer erhalten praktische Tipps und Strategien, um effektive Netzwerke aufzubauen und klare Ziele zu setzen und zu erreichen. →

Fortsetzung von Seite 3

→ Abschließend wird intensiv über Stressvermeidung und Kontrollverlustprävention diskutiert. Die Teilnehmer erhalten konkrete Handlungsansätze, wie sie Stress vermeiden und Kontrolle im Alltag behalten können.

Claudia Kunz, als Referentin, bringt nicht nur ihre Fachkompetenz als Physiotherapeutin ein, sondern verbindet diese geschickt mit einem tiefen Verständnis für Resilienz. Das Seminar bietet eine umfassende und anwendbare Erfahrung, die es den Teilnehmern ermöglicht, gestärkt und voller neuer Erkenntnisse in ihren Alltag zurückzukehren (S04 vom 15.03.-17.03.2024). ←

S 04 | EMPOWERMENT FÜR RHEUMATIKER

vom 15.03.-17.03.2024

im Hotel Heikenberg, Bad Lauterberg

S 03 | FELDENKRAIS – WAS IST DIE FELDENKRAIS-METHODE?

vom 08.03.-10.03.2024

im Ludwig-Windthorst-Haus,
Lingen

S 05 | „SALÜ“ WERKEN UND GESTALTEN

vom 22.03.-24.03.2024

in der m & i Fachklinik Bad Pyrmont

S 06 | „TANZ ALS THERAPIE“ – SCHNUPPERKURS FÜR NEUEINSTEIGER

vom 12.04. – 14.04.2024 in der
Jugendherberge Lüneburg,
Lüneburg

S 07 | LACHYOGA – ODER WIE GEHE ICH MIT MEHR LEBENSFREUDE DURCH DEN ALLTAG

vom 19.04.-21.04.2024

im Ringhotel „Residenz“,
Wittmund



Weitere Seminar-
ankündigungen im
nächsten Landeseinleger
Niedersachsen
02-2024.

S 08 | FIT IM KOPF

vom 26.04.-28.04.2024,

Kneipp-Bund-Hotel Heikenberg,
Bad Lauterberg

S 09 | JUNGE RHEUMATIKER – TANZEN, BEWEGUNGSSPASS UND GEHIRNJOGGING

vom 03.05.-05.05.2024

in der Bildungsstätte Bad Zwischenahn

S 10 | TAI CHI UND QI GONG

vom 17.05.-19.05.2024

im Denkhaus Loccum

S 11 | FELDENKRAIS – WAS IST DIE FELDENKRAIS-METHODE?

vom 31.05.-02.06.2024

im Gästehaus Edelweiss,
Bad Nenndorf

IMPRESSUM

Herausgeber:

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V.

Rotermundstraße 11
30165 Hannover

Telefon 0511 133 74
Fax 0511 159 84

www.rheuma-liga-nds.de
info@rheuma-liga-nds.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Hans-Joachim Metzsig, Sabine Bode

Redaktion: Geschäftsstelle

Auflage: 20.700