



Reisen mit der Rheuma-Liga Teil III

Reisen mit der Rheuma-Liga heißt gemeinsam kuren, in der Gruppe die Gegend erkunden, nette Menschen kennenlernen, vielleicht gemeinsam ein Konzert besuchen und vieles mehr. Das vielfältige Reiseangebot des Reiseservice der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. schafft die Möglichkeit, verschiedene Wünsche und Vorstellungen weitgehend zu erfüllen. Sie lesen den dritten und vorerst letzten Teil eines Reiseberichtes.

Kaum wieder zu Hause startete ich mit 51 Personen aus ganz Niedersachsen vom 24.09. - 01.10.2012 in das Vier-Sterne Hotel Reitenberger in **Marienbad Tschechien**. Eine Schnupperkur zum Testen! Auch hier klappte der Haustürservice wieder hervorragend. Bei unserer Ankunft wurden wir von einer sehr netten deutschen Hotelbetreuerin begrüßt. Die Koffer standen schnell in den Zimmern. Am nächsten Morgen war die obligatorische Arztuntersuchung fällig, bei der wir die verschiedensten Anwendungen – Moor- und Paraffinpackungen, Perlbäder, Massagen, Magnetfeldmatte u. ä. – verordnet bekamen. Gespannt waren wir auf die „Gasspritze“ und das „Gasbad“. Beides war völlig unproblematisch. Die Gasspritze erfolgte subkutan. Beim Gassack wurden wir bis unter die Brust in einen Plastiksack

gesteckt, der zugebunden wurde. Dann wurde mit einem Schlauch Gas eingeführt, was auf Grund der vulkanischen Gegebenheiten nur in Marienbad möglich ist. Nach 30 Minuten wurden wir ausgepackt. Das Hotel verfügt über ein kleineres Schwimmbad, was außerhalb der Therapien gratis genutzt werden kann, ebenso Whirlpool, Saunabereich mit Dampfbad und einen Fitnessraum mit modernen Geräten. Auch hier ist die Nutzung gratis. Wie bei allen unseren Kurreisen konnten wir auch shoppen gehen. Natürlich fehlte in Marienbad die italienische Mode nicht.

Das Hotel liegt perfekt: zwei Gehminuten vom Wald und eine Gehminute vom Kurpark entfernt. Im Kurpark ist die „musikalische Fontaine“, die stündlich mit klassischer Musikbegleitung erfreut und die bei Dunkelheit in allen Farben erstrahlt. Ein echtes Highlight und pure Entspannung! Spaziergänge, kleine Wanderungen mit der Hotel- bzw. Stadtführerin, Fahrten nach Franzensbad, Karlsbad und nach Prag rundeten unseren Aufenthalt ab. Marienbad liegt wunderschön in einem bekömmlichen Mittelgebirgsklima. Die waldreiche Luft trägt zum Wohlbefinden bei, insbesondere auch bei Erkrankungen der Atmungsorgane. Wir erlebten bei strahlendem Son-

nenschein und angenehmen Temperaturen einen goldenen Herbst. Die Färbung der Bäume faszinierte uns immer wieder. Es war Indian Summer pur!

Das Essen und die Getränke waren gut, die Auswahl groß und abwechslungsreich. Der „Nachmittagskaffee“ mit Kaffee, Tee, Kuchen und Eis wurde gern eingenommen. Von 11:00 bis 22:00 Uhr konnten wir ganztagig nicht-alkoholische Getränke zu uns nehmen. Ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, ein leichtes Mittagsbuffet mit Suppen, Salaten, Obst inklusive Bier, Hauswein und Mineralwasser und ein abwechslungsreiches Abendbuffet, auch wieder mit Getränken machten dem „All inclusiv Programm“ alle Ehre. Das Preis-Leistungsverhältnis stimmte absolut. Das Resümee der Gruppe war: Das Angebot kann durchaus wiederholt werden.

Alle diese Kurreisen sollen helfen, unsere Gesundheit zu stabilisieren und unsere Schmerzen zu lindern, damit wir die kalte Jahreszeit hier zu Hause besser überstehen. Dabei hilft auch die Erinnerung an schöne Tage! Jeder, der neu dazukommt, wird in unserer „Familie“ herzlich aufgenommen. Habe ich Sie neugierig gemacht? Dann nehmen Sie bitte mit unserem Reiseservice oder mit mir direkt Kontakt auf: 0162 6046822. ■

Annedore Rotermund

Salutogenese und das Kloster Medingen

Auf den ersten Blick? Was hat das miteinander zu tun? Nun, dank der Initiative der Landesansprechpartnerin für Fibromyalgie, Frau Marion Bunge, konnte 2012 wieder eine Arbeitstagung für Gruppenleiter zur Erkrankungsbewältigung

durchgeführt werden. Es ging um die Fortsetzung der Arbeitstagung mit dem theoretischen Teil zur „Salutogenese“ aus dem Jahr 2011.

Das Kloster, in Verbindung mit dem Gustav-Stresemann-Institut und seinen Se-

minarräumen, seinem Verzicht auf Radio und Fernsehen, ermöglicht ein intensives kommunikationsreiches Arbeiten, wobei die Diskussion nach dem Abendessen weitergeführt werden kann. Vom 30.11. - 02.12.2012 trafen sich die Ansprechpart-

ner aus verschiedenen Arbeitsgemeinschaften im Kloster Medingen, um nach der Begrüßung durch Marion Bunge, der Vorstellung des Programms, eine Zusammenfassung der vorjährigen Arbeitstagung wieder ins Bewusstsein zu holen. Nach diesem Einstieg in die Arbeitstagung wurde ein reichhaltiges Abendessen gereicht, welches uns für die weiteren Gespräche am Abend stärkte. Am nächsten Tag folgte ein sehr bewegter Tagesablauf

mit einem Wechsel zwischen Theorie und praktischen Übungen, so dass nach den zwischenzeitlichen Pausen die abendlichen Gespräche zeitlich etwas kürzer ausfielen. Am Sonntag mit Arbeitsgruppen, Rückblick und Resümee endete die Arbeitstagung mit dem Mittagessen.

Fazit: Die Arbeitstagung war dank der guten Organisation von Marion Bunge, der Dozentin Frau Beate Prüser (Physiothera-



peutin) und dem Dozenten Janusz Musial (Dipl. Physiotherapeut) ein voller Erfolg. Die sehr motivierten Teilnehmer/-innen wünschen sich im Jahr 2013 eine Fortsetzung.

Kurt Mull

30-jähriges Bestehen der Arbeitsgemeinschaft Syke

Am 13. Dezember 2012 feierte die Arbeitsgemeinschaft Syke ihr 30-jähriges Jubiläum. Rund 130 Personen, Mitglieder, Gäste und Ehrengäste fanden sich im „Dillertal“ ein, um diesen Anlass ausgiebig zu feiern. Nach der Begrüßung durch die 1. Vorsitzende Frau Ilona Rieger hielt Frau Annedore Rotermund als Schatzmeisterin des LV Hannover sowie Vorsitzende des Bezirk I und Vorsitzende der AG Springe/Bad Münder die Gastrede.

Von den anwesenden benachbarten und freundschaftlich verbundenen Arbeitsgemeinschaften Weyhe und Hoya sowie Vertreterinnen aus der Verwaltung der Stadt Syke wurden uns Glückwünsche und Grüße übermittelt und auf eine weitere, gute Zusammenarbeit vertraut.

Anschließend folgte durch die 1. Vorsitzende Ilona Rieger ein geraffter Überblick der letzten 30 Jahre. 1982 waren es 13 Gründungsmitglieder, im Dezember 2012 hatten wir 243 Mitglieder. Die Arbeitsgemeinschaft Syke hat vor allen Dingen in den letzten Jahren eine sehr gute Entwicklung durchgemacht. Hinter „30 Jahre Arbeitsgemeinschaft Syke“ steckt ein enormes persönliches Engagement von vielen Menschen, die sich für die RHEUMA-LIGA einsetzen. Es ist ein nicht mehr wegzudenkender Verein. Bis 2004 wurde ausschließlich Trocken- und Wassergymnastik angeboten, dann folgten Muskelaufbautraining und NORDIC WALKING. Der Gesprächskreis „Fibromyalgie“ entstand 2009. Leider habe ich in den Unterlagen niemanden gefunden, der auf eine 30-jährige Mitgliedschaft zurückblicken kann, denn aus der AG Syke heraus entstand im Jahr 1986 die AG Weyhe, sodass eine Neuaufteilung der Mitglieder erfolgte.

Als anwesende Mitglieder haben Frau Ursula Nowag (Eintritt 1983) und Frau Andrea Kownatzki (Eintritt 1984) für die langjährige Treue als Überraschung einen wunderschönen Blumenstrauß von Frau Rotermund überreicht bekommen. Den früheren anwesenden Vorstandsmitgliedern Inge Liesaus, Erika Waltz und Brigitte Schmidt wurden ebenfalls – für sie völlig überraschend – von Frau Rotermund Blumen überreicht.

Frau Rotermund bedankte sich bei unserer Ansprechpartnerin der Außenstelle in Martfeld, Frau Margarethe Thölke sowie Regine Dreyer als Ansprechpartnerin des Gesprächskreises „Fibromyalgie“, für ihren Einsatz ebenfalls mit Blumen. Unsere langjährigen Therapeuten Ilse Plitt, Regina Isensee, Sabine Neugebauer und Kerstin Wedemeyer wurden selbstverständlich an diesem Tag ebenfalls vom Vorstand bedacht. Für unser leibliches Wohl wurde im „Dillertal“ hervorragend gesorgt, die Musik von Alexandra (Alleinunterhalterin) inkl. Schunkeln war super. Die lustige Einlage von „Tante Hertha“ – woher sie wohl so einiges wusste – sowie „Madame Christin aus Paris“ mit Assistenten (Christa und Heinrich Rippe) und ihren Sketchen rundeten den Abend perfekt ab.

Zum Schluss hatten vier Weihnachtsmänner noch viel Arbeit, denn wir hatten „Schrottwichteln“ organisiert, und das war ein Heidenspaß. Zehn Kartoffelsäcke voller kleiner gebrauchter Gegenstände wurden verteilt. An diesem Abend dachte niemand an seine Schmerzen oder Zipperlein, es regierte wirklich die Lebensfreude. Die harmonische Feier hörte mit drei gemeinsam gesungenen Weihnachtsliedern auf. Besser konnte die gelungene Veranstaltung nicht enden, denn alle machten sich beschwingt auf den Heimweg.

Ilona Rieger





Jahreshauptversammlung bei der Rheuma-Liga in Helmstedt

Die diesjährige Jahreshauptversammlung der Rheuma-Liga fand mit 75 Mitgliedern und einigen Gästen im Schützenhaus statt. Traditionell gibt es vor der Jahreshauptversammlung immer einen Vortrag. Bärbel Quast freute sich, in diesem Jahr Herrn Dr. Panagiotis Bouklas, Chefarzt der Abteilung Orthopädie, Orthopädische Chirurgie und Unfallchirurgie der Heliosklinik St. Marienberg, hierfür gewinnen zu können. Herr Dr. Bouklas referierte über das Thema „Arthrose“, Entstehung, Risikofaktoren sowie Therapiemöglichkeiten. In diesem Zusammenhang ging er auch auf die vielfältigen Möglichkeiten, insbesondere auch bei komplizierteren Fällen, der Heliosklinik ein.

Zur offiziellen Jahreshauptversammlung begrüßte Bärbel Quast auch Vertreter der Krankenkassen und Andrea Zerrath vom Paritätischen. Auf der Tagesordnung stand als wichtigster Punkt die Wahl des Leitungsteams der Arbeitsgemeinschaft Helmstedt. Einstimmig wiedergewählt wurde als Leiterin Bärbel Quast sowie als Stellvertreterin Helga Mende. Weiterhin einstimmig gewählt wurden Maria Beermann als Schriftführerin und Karin Kaiser als Schatzmeisterin. Edith Bergmann wurde einstimmig als Beisitzerin für die Betreuung der Mitglieder wiedergewählt. In die Rechnungsprüfungskommission wurden wiedergewählt Anneliese Hagen, Angelika Müntel und als Ersatzprüferin Lilli Kninider. Die Neuwahl wurde er-

forderlich, weil die Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. ihre Struktur geändert hat. Die einzelnen Arbeitsgemeinschaften sind nicht mehr steuerlich und rechtlich selbstständig. Die Veränderungen führen zu einer eindeutigen rechtlichen Entlastung der Ehrenamtlichen und haben eine Verknüpfung von professionellem Leistungsangebot und Ehrenamt zur Folge. Bärbel Quast ging weiter auf die vielen erfolgreich durchgeführten Veranstaltungen des letzten Jahres ein. Die Fahrten gingen zum Steinhuder Meer, Spreewald und Bad Pyrmont. Die Planung für dieses Jahr sieht drei attraktive Veranstaltungen vor. Die nächste Fahrt der Rheuma-Liga findet am 6. Mai statt und geht zum Spargelhof Mötzow in Brandenburg. Für nachmittags ist eine Fahrt auf der Havel vorgesehen. Zum ersten Mal feiert die Rheuma-Liga am 1. Oktober ein Erntedankfest, zu dem sie ein Tanz- und Gesangsensemble aus Weißrussland eingeladen hat. Gäste sind willkommen. Eine schnelle Anmeldung ist aus Organisationsgründen wünschenswert. In diesem Jahr gab es sehr viele Mitglieder, die für ihre langjährige Mitgliedschaft bei der Rheuma-Liga geehrt werden konnten, und zwar für 10 Jahre: Karl-Heinz Nose, Brunhild Otto, Ruth Schüler, Elfriede Fulge, Anita Fichter, Anette Bode, Ursula Hellmich, Margarete Götz, Hildegard Raulfs, Bringfriede Nose, Lilli Kninider, Gisela Thomas, Lieselotte Halbauer und Gertrud Lerche. Für 20 Jahre wur-

den geehrt: Horst Schardinell, Erika Westphal, Brigitte Echtermeyer, Irmgard Meinecke, Herta Schreinert, Renate Voigt, Thea Ackert und Ella Lange. Für 25 Jahre Treue zur Rheuma-Liga: Ilse Kunkel, Lisa Jagdmann und Ursula Kasten. Besonders stolz gab Bärbel Quast die zu Ehrenenden für 30 Jahre Mitgliedschaft bekannt, und zwar: Dr. Thilo Moshagen sowie Gerda Hartwig. Bärbel Quast unterstrich die Notwendigkeit, dass auch die Mitglieder in den Arbeitsgemeinschaften erhalten bleiben. Nur so kann die Rheuma-Liga für die Betroffenen auf Bundesebene politisch angemessen Einfluss nehmen. Als letzten Punkt auf der Tagesordnung teilte Bärbel Quast noch einmal das Ergebnis der Gespräche mit, welche sie mit den Fraktionen der SPD und CDU in Bezug auf die Schließung des Juliusbades im Sommer führte. Bei einer durchgeführten Unterschriftensammlung für die durchgehende – oder zumindest nicht so lange Schließungszeit im Sommer – kamen spontan 539 Unterschriften zu Gunsten einer möglichst durchgehenden Öffnung des Hallenbades zustande. Aufgrund der schlechten Kassenlage der Stadt Helmstedt konnte der Rheuma-Liga dieser Wunsch nicht erfüllt werden. Es wurde auf die Bäder in Büddenstedt und die Goethehalle verwiesen. Bestehende Mängel sollten abgestellt werden. Dieses sind natürlich nur Notlösungen. Doch solange es in Helmstedt eine Mehrheit für die Beibehaltung des Freibades gibt, wird es aus Kostengründen keine andere Lösung für das Hallenbad geben, was seitens der Rheuma-Liga in Helmstedt sehr bedauert wird. ■

Bärbel Quast

Fair geht vor – yes we can!

Junge und alte Menschen zusammenbringen und sich gegenseitig helfen – das ist das Ziel des gemeinsamen Projektes der Rheuma-Liga Stade und der Fußballabteilung des TuSV Bützfleth. Uwe Kowald hat 2011 die Aktion „... fair geht vor!“ mitinitiiert. Aus dieser ungewöhnlichen Kooperation heraus hat es bereits viele Veranstal-

tungen gegeben. Eine weitere sehr gelungene Veranstaltung fand am 12. Januar statt. Gleich zwei Hallenturniere mit je zehn Fußballteams wurden ausgetragen. Die beiden Siegerteams konnten jeweils einen Pokal in Empfang nehmen. Das Rahmenprogramm hatte es in sich: Taekwondo-Schüler zeigten ihr Können, der Auftritt des Tanzkrei-

ses, der Jugendzirkus „Smarties“ mit Akrobatik und Jonglagen, das Kinderhospiz Sternenbrücke stellte sich vor, das „Fair-geht-vor-Brot“, das zugunsten der Aktion verkauft wurde und vieles andere mehr. Musikalische Begleitung gehörte auch dazu, DJ Benny schaltete sogar eine Liveübertragung nach Mallorca. Abends rockte dann der Schlagersänger und Entertainer Armin Kah die Halle. Er stellte unter anderem seine neue CD „Das

ist Sylt“ vor und machte mit dem speziellen Stuhltanz Furore. Diese Veranstaltung hat wieder einmal viele Menschen in Bewegung gebracht. Das Engagement der beteiligten

ehrenamtlichen Organisatoren ist auch von den Landtagsabgeordneten der beiden großen Parteien entsprechend gewürdigt worden. Der gesamte Erlös dieser Veranstaltung

geht an das Kinderhospiz „Sternenbrücke“ in Hamburg, dort werden diese Gelder dringend benötigt.

Manuela Kowald

30 Jahre Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. Arbeitsgemeinschaft Uelzen

Mit elf Mitgliedern fing es vor 30 Jahren an. Und was dann von 1982 bis heute in der Mitgliederbewegung ablief, könnte im Kreis einzigartig sein. Zum 30-jährigen Bestehen der Uelzener Arbeitsgemeinschaft in der Rheuma-Liga Niedersachsen hielt die Leiterin Marion Bunge durchaus beeindruckende Zahlen für die rund 180 Gäste in der Stadthalle bereit.

Zehn Jahre nach der Gründung waren es 219 Mitglieder, zwanzig Jahre danach 535 und nach weiteren zehn Jahren verdoppelte sich die Zahl nochmals auf aktuell 1100 Mitglieder. „Wir sind eine Selbsthilfegemeinschaft und vertreten die Interessen an Rheuma erkrankter Menschen vor Ort und sind somit ein fester Bestandteil der kommunalen Gesundheitsvorsorge“, beschrieb Marion Bunge den allgemeinen Aufgabenbereich.

Mit großem Engagement organisieren Betroffene vor Ort die Rheuma-Liga. Im Landkreis werden jede Woche 58 Wassergruppen, zehn Trockengymnastikgruppe und fünf Gruppen mit Muskelaufbautraining durch das Leitungsteam aufgestellt betreut. Die Kapazitäten der Kooperationspartner sind damit ausgeschöpft. „Fast hundert Menschen stehen auf unserer Warteliste, um an der Wassergymnastik teilnehmen zu können“.

Die Uelzener Arbeitsgemeinschaft ist eine von 112 Untergliederungen in Niedersachsen. Landesweit können 60.000 Mitglieder auf ein Funktionstraining in hoher Qualität zurückgreifen. „Die Rheuma-Liga ist die größte Patientenorganisation in Deutschland“, informierte Landes-Geschäftsführer Hans-Jochim Metzsig die Zuhörer. „Wir sind längst kein kleiner Verein mehr, befassen uns mit Qualitätsmanagement, haben eine ei-

gene Dienstleistungsgesellschaft ins Leben gerufen, die sich ausschließlich mit der Organisation von Gesundheitsreisen befasst.“

In Uelzen haben sich von Anfang an Peter Koch und Wolfgang Sleumer an der Aufbauarbeit und der Organisation beteiligt. Als Dank und Anerkennung für ihre 30-jährige Treue zur Arbeitsgemeinschaft wurden sie mit Blumenstrauß und Urkunde geehrt.

Vor einigen Jahren hatte der Landtagsabgeordnete Jörg Hillmer die Schirmherrschaft über die Uelzener Arbeitsgemeinschaft übernommen und zeigte sich in seinem Grußwort beeindruckt von dem bisher geleisteten. Selbsthilfe decke Lücken in der Gesundheitsvorsorge ab und helfe Strukturen zu finden, wo geholfen werden kann. Ähnlich zeigte sich auch die Bundestagsabgeordnete Kirsten Lüthmann, die in der Selbsthilfeorganisation eine ernstzunehmende Lobby und mit den ehrenamtlich tätigen Mitgliedern erfolgreiche Mittler sah.

Nach der Fülle an Informationen und unterstützenden Worten wartete auf die Anwesenden ein abwechslungsreiches Programm mit musikalischen, tänzerischen und humorvollen Darbietungen. Mit dabei waren die Jazztanzgruppe des TuS Wieren, die Tanzgruppe „Poststomper“ vom Uelzener Postsportverein und eine höchst interessante „Abordnung“ aus Rom, die es sich nicht nehmen ließ, Grüße von Seiner Exzellenz zu überbringen.

Hintergrund

In Deutschland sind etwa 20 Millionen Menschen von einer rheumatischen Erkrankung betroffen. Die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises sind vielfältig und gehen fast immer einher mit Behinderungen, massiven Einschnitten im Alltag, in einer



Unter- und Fehlversorgung der Patienten und werden allzu oft zu spät diagnostiziert.

Dem entgegen zu wirken hat sich 1970 mit der Deutschen Rheuma-Liga und ihren zwischenzeitlich 260.000 Mitgliedern eine der größten Selbsthilfeorganisationen im Gesundheitsbereich gebildet. Angebote der Hilfe und Selbsthilfe für die Betroffenen, die Aufklärung der Öffentlichkeit und die Vertretung der Interessen Rheumakranker gegenüber Politik und Gesundheitswesen sowie die Forschungsförderung sind vorrangige Aufgaben der Organisation. Bundesweit engagieren sich rheumakranke Menschen, Angehörige, Therapeuten, Ärzte sowie haupt- und ehrenamtliche Helfer in einer großen Gemeinschaft.

Ulrich Bleuel

IMPRESSUM

Herausgeber:

Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.

Lützwowstraße 5

30159 Hannover

Telefon 0511 13374

Fax 0511 15984

Internet: www.rheuma-liga-nds.de

E-Mail: info@rheuma-liga-nds.de

verantwortlich: Hans-Joachim Metzsig

Redaktion:

Annette Haubold, Ulrike Wittmund

Auflage:

20.700