



Jahreshauptversammlung der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Arbeitsgemeinschaft Hankensbüttel

Zur Jahreshauptversammlung der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Arbeitsgemeinschaft Hankensbüttel, begrüßte der Leiter Martin Nagel 61 Mitglieder im Landgasthaus Heidequelle in Oerrel. Nach der Kaffeetafel erläuterte Herr Nagel in seinem Tätigkeitsbericht die vielen Aktivitäten der Mitglieder. Im Heidebad Hagen wurde Wassergymnastik angeboten, in den Praxen Gebauer, Hankensbüttel sowie Falke, Räderloh, wurde Trockengymnastik durchgeführt. Für alle Übungseinheiten stehen der AG Hankensbüttel acht ausgebildete Therapeuten zur Verfügung. Zum Jahresprogramm gehörte auch eine Fahrt nach Glückstadt zum Matjesessen mit anschließendem Kaffeetrinken an der Schiffs begrüßungsanlage in Hamburg. Die Jahresabschlussfeier fand in Oerrel im Landgasthaus Zur Heidequelle statt.

Für den 29.07.2014 ist eine Fahrt (auch mit Partner möglich) zum Rosarium in Sangerhausen geplant. Die Senioren - Mitglieder ab 70 Jahren - sind zum 13.08.2014 ins Gasthaus Schulze in Gannerwinkel eingeladen. Die Jahresabschlussfeier wird am 01.12.2014 von den Mitgliedern aus Spra-



kensehl ausgerichtet. Der Veranstaltungsort wird noch bekanntgegeben. Die Winterfahrt mit Besuch des Weihnachtsmarktes in Goslar und Wildfütterung an der Marienteichbaude soll am 09.12.2014 stattfinden.

Die Kassenwartin Eveline Nowarra legte den Mitgliedern eine ausgeglichene Kasse vor. Die Rechnungsprüfungskommission hatte eine ordnungsgemäße Kassenführung bestätigt, das Leitungsteam und die Kassenwartin wurden entlastet. Geehrt wurden folgende Mitglieder in der

Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Arbeitsgemeinschaft Hankensbüttel:

- **15 Jahre:** Lilli Arnst, Inge Bührke
- **20 Jahre:** Erich Peters, Walter Radtke
- **30 Jahre:** Gerda Bergmann, Hildegard Buhr, Hanna Dreyer, Gerda Drube, Annelie Köllner, Ilse Wendt, Ernst Wendt

Die Arbeitsgemeinschaft Hankensbüttel hat zurzeit 235 Mitglieder. 2013 standen 19 Eintritten 26 Kündigungen, zumeist aus Altersgründen, gegenüber. Neue Mitglieder sind jederzeit willkommen.

Barbara Harms

„ES IST WIEDER GRÜNKOHLZEIT“ – ARBEITSGEMEINSCHAFT WOLFENBÜTTEL

Unter diesem Motto startete die Arbeitsgemeinschaft Wolfenbüttel der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. unter der Leitung von May-Britt Oppermann am 22.02.2014 eine Wanderung durch den Elm. Unterwegs gab es einen Vortrag über essbare Pilze sowie die Verköstigung heimischer Waldfrüchte in flüssiger Form. Nach einer ca. 1,5-stündigen Wanderung bei schönstem Wetter erreichte die 30-köpfige Gruppe das „Watzumer Häuschen“, wo sich dann am Grünkohlbuffet so richtig satt gegessen werden konnte. Die Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Arbeitsgemeinschaft Wolfenbüttel, ist mit ca. 400 Mitgliedern die größte Selbsthilfeorganisation in Wolfenbüttel. Weitere Informationen zur Rheuma-Liga erhalten Sie unter Tel. 05331 31933. **Jens Froböse**



Jahreshauptversammlung bei der Arbeitsgemeinschaft Helmstedt

Die diesjährige Jahreshauptversammlung der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., AG Helmstedt, fand mit 71 Mitgliedern und Gästen im Schützenhaus statt. Zu Gast war Herr Dr. Volker Quantz, Chefarzt der Anästhesiologie der HELIOS St. Marienberg Klinik. Die Ausführungen des Facharztes zum Thema „Schmerzpatienten“ fanden großes Interesse bei den Zuhörern.

Nach dem Vortrag begann die Jahreshauptversammlung, zu der Vertreter der Stadt sowie der hiesigen Krankenkassen begrüßt werden konnten. Die Leiterin, Bärbel Quast, berichtete, dass es einen leichten Zuwachs der insgesamt betreuten Personen gibt. Zurzeit sind es 564 Personen. Höhepunkte der Veranstaltungen des letzten Jahres waren die Mehrtagesfahrt nach Danzig sowie eine Aufführung mit Tanz und Gesang des Kunst- und Musikensembles aus Minsk. Auch auf die Veranstaltungen 2014 wurde verwiesen. Eine Spargelfahrt nach Kirchdorf mit anschließendem Besuch einer Modenschau steht für Juni auf dem Programm. Bärbel Quast freute sich, dass in diesem Jahr sehr viele Mitglieder für eine langjährige Mitgliedschaft geehrt werden, und zwar:

- **Für 10 Jahre:** Hannelore Matthies, Roswitha Blau, Ursula Scherenberg, Helga Dolenga, Martina Fougerly, Leo-

nide Röber, Bärbel Reck, Irmgard Prusko, Christel Siebert, Monika Schenke, Eva-Regina Borchardt, Brigitta Winkler, Waltraud Rohn, Christiane Gesick, Christa Heldt, Werner Quast, Gisela Bader.

- **Für 20 Jahre:** Hanna Rittmeyer, Meta Schröder, Elisabeth Heise, Manfred Schmickaly, Rosemarie Kühnel, Erika Gericke, Doris Budich.
- **Für 25 Jahre:** Sigrid Schardinel, Gertraud Schulze.
- **Für 30 Jahre:** Sabine Tischler.

Besonders freute sich Bärbel Quast, dass die Physiotherapeutin Martina Fougerly, die wesentlich an der Entwicklung der Trockengymnastikgruppen mitwirkte, immer noch bei der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., AG Helmstedt, engagiert tätig ist. Auch die Übungsleiterin Gertraud Schulze ist immer noch aktiv. Wenn auch nicht mehr als Übungsleiterin, so blieb sie doch der Gymnastikgruppe und damit der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. als aktives Mitglied treu. Leider sind die langjährigen Leitungsteammitglieder Maria Beer- mann und Helga Mende aus ihrem Amt ausgeschieden. Bärbel Quast würdigte ihre langjährige engagierte Tätigkeit im Team. Bewegend war der Abschied von der Ehrenvorsitzenden Helga Scholz, die am



5. November 2013 verstorben war. Bärbel Quast schilderte den aktiven Lebensweg für die Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. von Helga Scholz. 1979 trat Helga Scholz in die Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. ein. Bei der Gründerversammlung der Arbeitsgemeinschaft Helmstedt 1981 wurde Helga Scholz zur 1. Vorsitzenden gewählt und begann systematisch und engagiert, die Arbeitsgemeinschaft in Helmstedt aufzubauen. Am 19. Oktober gab es einen weiteren Höhepunkt in ihrem Leben. Es wurde ihr für die Verdienste in der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland verliehen. 1998 gab Frau Scholz nach 17,5 Jahren den Vorsitz der AG Helmstedt ab und war seit der Zeit Ehrenvorsitzende. Unermüdlich setzte sie sich auch weiterhin für die Arbeit ein. So war sie nach der Wende auch für die Unterstützung zum Aufbau der Arbeitsgemeinschaften in Sachsen-Anhalt zuständig. Mit einer Schweigeminute zu dem Lied „Ave Maria“ gedachten die Anwesenden der Verstorbenen. ■

Bärbel Quast

Sjögren-Syndrom Seminar in Bad Nenndorf 2014

Am 25.04.2014 reisten 14 Teilnehmer und ich aus ganz Niedersachsen nach Bad Nenndorf ins Ringhotel Tallymann. Da sich unsere Sjögren-Gruppe kennt, aber selten sieht, war das Hallo groß. Kleine Snacks und Getränke standen bereit.

Diesmal hatte ich ein Seminarthema aus- gesucht, dass noch nicht im jährlichen Seminarheft angeboten wurde. Drums Alive® und

Tanzen als Therapie. „Trommeln, Tanzen, Temperamente.“ Der Seminarraum im Tallymann ist groß und luftig mit Blick in den Garten mit schönem Baumbestand. Unsere beiden Referentinnen, Frau Gabi Gill, Gedächtnistraining und Seniorensport, und Frau Christiane Timm, Senioren Tanzleiterin, empfingen uns bereits in einem Sitzkreis. Ich hatte mal wieder eifrig Namenskarten schreiben lassen,

falls sie nicht allen mehr geläufig waren und für die Referentinnen, die uns noch nicht kannten. Aber da hatte ich nicht mit Frau Gill gerechnet! Jeder Teilnehmer stellte sich mit dem Vornamen vor: Ich heiße Monika, dabei macht man bei jeder Silbe eine Armbewegung, z.B. auf die Schulter klopfen. Dies sagen alle mit der Bewegung nach. Dann der nächste und wieder alle, aber immer vom ers-



ten an usw. Die Namenskarten waren überflüssig. Nun das Trommeln auf Gymnastikbällen. Man glaubt es nicht, aber man kann auch auf Bällen einen tollen Trommelzauber auslösen. Die Bälle in vielen Farben standen auf Schalen, damit sie nicht wegrollen können. Jeder bekam zwei Trommelstöcke aus Holz. Der Ball kann mit beiden Stöcken oben, rechts, links usw. getroffen werden, auch einzeln, und die Stöcke zusammenschlagen, was man Clicks nennt. Auch damit konnte man Namen trommeln. Ich heiße Gudrun. Jeder sucht sich Schläge aus, die Gruppe wiederholt zweimal. Um begeistert zu trommeln, gibt es noch viele Varianten. Am lustigsten war der Lachkanon. Man stampft viermal mit den Füßen, klatscht viermal auf die Ober-

schenkel, 4-mal in die Hände und sagt dann laut: „ha ha ha ha“. Dann als Kanon. Ein Teilnehmer sagte „ha ha ha ha“ so überzeugt und bewusst, dass mir der Atem stockte und ich ihn fasziniert anstarrte. Aber es hatten auch mich einige beobachtet, und diese brachen in schallendes Gelächter aus. Nun lachten alle und ich lachte Tränen.

Zur Ergänzung übte Frau Christiane Timm mit uns verschiedene Tänze im Sitzen, Kreistänze und moderne Blocktänze. Zur Armbeziehung mit zarten Tüchern, die wir auch in der Mitte als Regenbogen ablegten, wobei uns Frau Timm die Geschichte vom Regenbogen vorlas. Alles zusammen, Trommeln und Tanzen wurde von wunderschöner Musik, u.a. klassischer und auch afrikanischen Weisen,



begleitet. Musik beeinflusst Körper, Geist und Seele, und wir schwelgten in den Klängen. Das gelungene, fröhliche und harmonische Seminar wurde vom Hotel Tallymann mit hervorragendem Essen, nettem und hilfreichen Personal und schönen Zimmern vervollständigt. Einige Teilnehmer waren zuerst skeptisch, was sich wohl dahinter verbirgt, aber dann auch voll begeistert. Es war wohl mit das schönste Seminar, an dem wir teilnehmen durften. Dank an die Referentinnen, Frau Gill und Frau Timm, und ein besonderer Dank an die Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., die uns dies Erlebnis ermöglicht hat!

Irene Verhey

AG Bad Bentheim – Kurz vor der Aufnahme des 500. Mitgliedes

Die sehr gut besuchte Mitgliederversammlung der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V., Arbeitsgemeinschaft Bad Bentheim, fand kürzlich im Hotel Berkemeyer statt. Die Leiterin des Leitungsteams, Anne Heckhuis, begrüßte die Mitglieder und dankte für das zahlreiche Erscheinen. Ebenso begrüßte sie den Bezirksvertreter Dieter Borgmann aus Osnabrück.

Anne Heckhuis berichtete über die Aktivitäten der Mitglieder im Jahr 2013, wie zum Beispiel Grillfest, Informationsfahrt zur Arbeitsgemeinschaft der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. nach Papenburg, verbunden mit einem Besuch der Meyer-Werft, Fachvorträge an der Fachklinik und die alljährliche Jahresabschlussfeier. Im Rahmen ihrer Ausführungen erwähnte Anne Heckhuis, wie hervorragend die Zusammenarbeit mit der Fachklinik

Bad Bentheim sei. Im März 2013 erfolgte in der Mitgliederversammlung die Wahl des Leitungsteams und hierzu erläuterte der Bezirksvertreter Dieter Borgmann die Notwendigkeit dieser Neuwahl.

Das Jahr 2013 war für das Leitungsteam ein besonders arbeitsreiches und zeitintensives Jahr mit vielen Sonderaktionen, wie zum Beispiel die mit dem Landesverband abgesprochene Unterschriftenaktion zur besseren, wohnortnahen Versorgung eines zusätzlichen internistischen Rheumatologen im Landkreis Grafschaft Bentheim. Es wurden viele ausführliche Gespräche mit Patienten, dem Landkreis, der Politik und anderen betroffenen Institutionen geführt.

Für ihre 25-jährige Mitgliedschaft wurden Erika Terplane und Reinhard Marzein geehrt. Eine besondere Auszeichnung erhielt Hermann de Leve für seine langjährige Vorstandsarbeit und jetzt inzwischen 10-jährige Tätigkeit als Kassenwart in der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. Der Kassenwart Hermann de Leve stellte den Kassenabschlussbericht 2013 und den Haushaltsplan 2014 vor. Danach wurde dem Leitungsteam einstimmig Entlastung erteilt. Von den fast 500 Mitgliedern wurden insgesamt 16.800 Anwendungen durchgeführt, davon

18 Gruppen Wassergymnastik und 3 Gruppen Trockengymnastik.

Auch in diesem Jahr plant das Leitungsteam wieder einige Veranstaltungen, wie z. B. Fachvorträge, ein Grillfest, einen Tagesausflug und die Jahresabschlussfeier.

Renate Rinshoff

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 Metzig

Redaktion:

Annette Haubold, Ulrike Wittmund

Auflage:

20.700

