

SCHÖNE REISE NACH SWINEMÜNDE/POLEN

Ein Reisebericht

Vom 08. bis 15.06.2019 machte sich eine Reisegruppe der Rheuma-Liga, überwiegend aus Niedersachsen, zu einer Erholungsreise in das polnische Seebad Swinemünde auf Usedom auf. 36 Personen wurden an ihrer Haustür abgeholt und zu den Einstiegszielen (Raststätten Garbsen, Bispingen und Stillhorn) zum großen Bus gefahren. Wir hatten wieder unseren netten Fahrer von den beiden letzten Aufenthalten in Bad Flinsberg. Und einen ganz neuen Bus, mit dem die zweite große Fahrt gemacht wurde. Einige Reisende kannten sich bereits von Fahrten der letzten Jahre und freuten sich, Bekannte wiederzusehen.



Gegen 17:00 Uhr kamen wir im Seebad Swinemünde im Hotel Hamilton an. Laut polnischer Einstufung ein 5-Sterne-Hotel. Nach deutscher Katalogeinteilung ein 4-Sterne-Hotel. Es gibt ein 29 Grad warmes sehr großes Schwimmbad, eine Sauna und einen Fitnessraum. Einige von uns nahmen auch die von ihnen als gut bezeichneten Kurmittel in Anspruch. Das Hotel liegt dicht an der Strandpromenade und nicht weit weg vom eigentlichen Ostseestrand. Swinemünde ist ein sehr sauberer und gepflegter Ort. Wir bezogen die sehr geräumigen, gepflegten und sauberen Zimmer. Allerdings kränkelte an manchen Tagen die Wasserversorgung im Hotel, was einfach nicht sein darf. Dadurch wurde der Aufenthalt be-

reits in der ersten Woche getrübt. Besonders schwierig wurde es dann für die Gäste, die eine Verlängerungswoche gebucht hatten.

Stadtrundgang durch Swinemünde

Die gebuchte Halbpension mit sehr gutem Frühstücks- und Abendbuffet reichte völlig aus. Ob Fleisch- oder Fischesser, Vegetarier oder Veganer – es gab für jeden viel Abwechslung. Das Mineralwasser auf dem Zimmer war in unserem Pauschalpreis ebenso enthalten wie die Kurtaxe. Leider gab es keinen Kofferservice. Aber das haben wir gut hinbekommen, da es ausreichend Fahrstühle gibt. Einen Busparkplatz gibt es am Hotel leider auch nicht. Aber unser Fahrer Hel-

mut hat das alles super hinbekommen. Wir sind zu allen Ausflügen pünktlich gestartet. Am Sonntag haben wir Swinemünde durch eine große Stadtrundfahrt und einen kleinen Stadtrundgang kennengelernt. Ein wirklich ansprechendes Seebad. Am Montag ging es mit der Fähre von Usedom auf die Insel Wollin – Fahrzeit 9,5 Minuten. Die Insel Wollin ist von Usedom aus nur über die Fähre erreichbar. Auf Wollin besuchten wir die Stadt Wollin. In der Bischofskirche in Kämien hörten wir ein fantastisches Orgelkonzert und aßen anschließend preiswert und gut zu Mittag in einem netten Restaurant. Weiter ging es nach Misdroy: der Badeort Polens mit einer total überlaufenen Seebrücke. Aber auch →

Fortsetzung von Seite 1

→ hier gibt es nette Eisdielen und Cafés zum Ausruhen. Am nächsten Tag fahren wir nach Kolberg. Wir machten auch hier eine große Stadtrundfahrt und sahen riesige Hotels und Wohnblocks. So richtig wohlgefühlt haben wir uns hier nur in einem netten Gartenrestaurant bei Kaffee und Kuchen.

Geschichte und kulturelles Erbe

Am Donnerstag ging es zu den Seebädern Ahlbeck, Heringsdorf und Basin im westlichen Teil Usedom. In Heringsdorf haben wir die mit fast 500 m längste Seebrücke an der Ostsee besichtigt. Unsere Rollatorennutzerinnen haben die wunderbare Strandidylle genossen. Anschließend fahren wir vorbei an Ückeritz durch Zinnowitz bis nach Koserow und aßen frischen Fisch. Wir passierten die schmalste Stelle von Usedom zwischen Ostseeküste und Achterwasser im Seebad Zempin: 300 m. Peenemünde hätte fast einen Tag in Anspruch genommen und das wollten wir nicht. Wir fahren statt dessen durch hübsche kleine Ortschaften am Achterwasser: die Seebäder Loddin und Ückeritz, um über Benz (Kirchenbesichtigung mit einer Kassetendecke von Lionel Feininger), und Neppermin das herrliche Wasserschloss Mellenthin zu erreichen. Und wieder gab



Im alten Zentrum von Swinemünde

es Eis, Kaffee und Kuchen im wunderschönen Schlosspark. Zurück ging es vorbei am Golm – mit 69 m die höchste Erhebung Usedom. Der Golm – eine deutsche Kriegsgräberstätte. Zunächst für gefallene Soldaten aber auch für ca. 20.000 Flüchtlinge, die bei einem Luftangriff um die Mittagszeit im März 1945 auf der Flucht in Swinemünde getötet wurden.

Am letzten Tag unseres Aufenthaltes fahren wir nach Stettin, natürlich wieder mit der Fähre von Usedom auf die Insel Wollin. In Stettin war Hafenfest und alles überlaufen und diverse Straßen gesperrt. Wir haben im Radisson blue im 22. Stockwerk Kaffee und Kuchen bei herrlicher Rundschau serviert bekommen und sind anschließend zu einer einstündigen Schifffahrt auf dem Dammscher See aufgebrochen. Der Zugang zum Hafen war ein wenig unwegsam, aber wir haben es schließlich zusammen mit unseren Rollatorfahrerinnen geschafft. Im Anschluss fahren wir mit der Fremdenführerin ein wenig durch die Altstadt von Stettin. Stettin war zu 90 % zerstört, so dass nicht sehr viel erhalten ist. Allerdings stehen noch einige schöne Jugendstilhäuser.

Schöne Erlebnisse bei schönem Wetter

Das Wetter war während unseres gesamten Aufenthaltes in Swinemünde herrlich: Sonne pur. Abends fanden wir uns im 7. Stock des Hotels mit toller Aussicht auf die Ostsee zum netten Beisammensein ein. Und am Samstag mussten wir Abschied nehmen. Einige von uns hatten eine Verlängerungswoche gebucht. Sie wurden mit dem alle 14 Tage verkehrenden Buspendel aus Polen nach Deutschland abgeholt. Wegen der genannten Wasserkalamitäten werden wir dieses Hotel, wie schön es auch sonst war, als Gruppe wohl nicht noch einmal buchen. Unser Busfahrer brachte uns gut zu unseren Shuttlefahrzeugen an den Umstiegsstellen. Und dann ging es auf direktem Weg nach Hause. Es war eine angenehme Reise mit vielen schönen Erlebnissen und Erinnerungen. Nur die ← Wasserversorgung???

*Annedore Rotermund, Reisebegleiterin,
Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.*



4-Mast-Segler im Hafen von Swinemünde

IN EIGENER SACHE**Liebe Mitglieder der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.,**

als neue Mitarbeiterin in der Geschäftsstelle der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. möchte ich mich hier kurz vorstellen. Seit dem 1. April diesen Jahres bin ich für die Mitgliederverwaltung und das Seminarwesen verantwortlich.

Mein Name ist Katja Solms und bin 54 Jahre „jung“. In meiner Freizeit koche ich gerne für meine Familie und meine Freunde. Mein liebstes Hobby ist jedoch die Malerei, hauptsächlich mit Öl oder Acryl. Hier tobe ich mich gerne auf großer Leinwand sehr bunt aus. Aufgewachsen bin ich im schönen Siegerland in Nordrhein-Westfalen. Dort habe ich nach dem Abitur eine Ausbildung zur Industriekauffrau abgeschlossen. Anschließend zog es mich in den Verkauf und ich verbrachte einige Jahre als Abteilungsleiterin in verschiedenen Möbelhäusern in Marburg und in Hannover. Nach der Geburt meiner Tochter war ich als Kaufm. Angestellte bei der Fa. Expert EHG in Lehrte tätig und auch Außendienstenerfahrung bei der Fa. apetito in Rheine konnte ich sammeln. Nach diesen Jahren im Verkauf habe ich be-



Katja Solms

schlossen, neue Wege zu gehen und bin froh, diese Entscheidung getroffen zu haben.

Ich habe jetzt schon eine spannende Zeit und freue mich auf weitere neue Herausforderungen. ←

SEMINARE 2020**Seminar verpasst?**

Im Jahr 2020 bieten wir Ihnen wieder eine Vielzahl von Seminaren und Patientenschulungen an.

Lassen Sie sich jetzt für das neue Seminarverzeichnis vormerken.

Teilen Sie uns Ihre vollständige Anschrift mit und Sie erhalten Ende Dezember Ihr neues Seminarverzeichnis 2020.

Post:

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V.
Rotermundstraße 11
30165 Hannover

E-Mail:

Katja.Solms@rheuma-liga-nds.de

Fax:

05 11 / 1 59 84



EINLADUNG ZUM WELTRHEUMATAG 2019

Aktiv gegen Rheumaschmerz am 6. November 2019 in der MHH

Sehr geehrte Leserinnen,
sehr geehrte Leser,
viele Menschen leiden in Deutschland an Rheuma, Arthrose und Osteoporose. Zwar sind dies die chronischen Krankheiten unserer Zeit unter denen viele Menschen leiden, aber die Medizin entwickelt sich weiter, zeigt Chancen und gibt Hoffnungen.

Die heutigen Therapiemöglichkeiten sind das Ergebnis intensiver Forschung und Entwicklungen in der Rheumatologie und Orthopädie. Unser Immunsystem wird näher erforscht, dessen Störungen und Mechanismen werden klarer. Operative Fortschritte zeigen sich insbesondere durch mehr Sicherheit in den bekannten Verfahren.

Was aber besonders auffällt, ist die Vernetzung in der Medizin, wie die Fachbereiche besser zusammenarbeiten, wie

Sektoren aus Patientenverbänden, Klinik, Praxis und Rehabilitation konsequent zusammenfinden.

Um Ihnen dies zu zeigen, möchten wir Sie auch 2019 zum Hannoveraner Weltreumatag in die Medizinische Hochschule Hannover einladen, Ihnen aktuelle Aspekte vorstellen und mit Ihnen Fragen und Probleme diskutieren.

Wir freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme!



Medizinische Hochschule Hannover

IN TRAUERIGER SACHE

Die Rheuma-Liga Niedersachsen nimmt Abschied

Immer wieder ist es sehr traurig, Abschied nehmen zu müssen.

Für die herausragenden Leistungen und das hohe ehrenamtliche Engagement sowie die immer freundliche und hilfsbereite Art unserer, leider Verstorbenen, möchten wir danken. Wir werden sie immer in Erinnerung behalten

**Barbara Kloska, AG Weyhe
Evi Nitsche, AG Weyhe
Mechthild Kretzer, AG Göttingen
Dr. Michael Okrassa, AG Einbeck
Johann Göken, AG Friesoythe
Dr. Winfried Demary, AG Hildesheim
Dr. Angelika Eichel, AG Wolfenbüttel**

*Wer im Gedächtnis seiner Lieben lebt,
der ist nicht tot, der ist nur fern;
tot ist nur, wer vergessen wird.*

Immanuel Kant

Programm:

16:00 Uhr Begrüßung

Hans-Joachim Metzsig

**16:05 Uhr Rheuma: Neues aus der
Forschung**

Prof. Dr. med. Torsten Witte

**16:20 Uhr Unterschätzt: Funktion
von Bindegewebe und Faszien**

Prof. Dr. med. Matthias Fink

**16:35 Uhr Wann muss die Gelenk-
innenhaut entfernt werden, um das
Gelenk zu retten?**

Prof. Dr. med. Ralph Gaulke

**16:50 Uhr Zeit für Fragen aus dem
Publikum**

17:10 Uhr Aktive Bewegungspause

Monika Schäfer

**17:15 Uhr Kurze Pause mit Getränke-
ausschank**

**17:40 Uhr PRENDO – wie eine indivi-
duelle Prothesenbehandlung heute
funktioniert**

Prof. Dr. med. Gabriela von Lewinski

**17:55 Uhr Stammzelltherapie –
Optionen für Rheumapatienten**

Dr. med. Alexandra Jablonka

**18:10 Uhr Erfahrung mit dem Sport-
angebot in der Rheuma-Liga**

Dr. med. Inge Ehlebracht-König

**18:25 Uhr Zeit für Fragen von allge-
meinem Interesse aus dem Publikum**

**18:40 Uhr Zeit für persönliche Fragen
an die Vortragenden und Moderatoren**

19:00 Uhr Ende der Veranstaltung

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