



Weihnachtsgruß

Liebe Mitglieder, liebe Ehrenamtliche, liebe Mitarbeiter, noch wenige Tage und das Jahr geht zu Ende. Gemeinsam haben wir wieder ein turbulentes, ereignisreiches und erfolgreiches Jahr für die Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. gemeistert. Das Jahr steckte voller Neuerungen und harter Arbeit, welche ohne Ihre Hilfe und Unterstützung in dieser Art und Weise nicht möglich gewesen wäre. Dafür möchte ich mich bei Ihnen herzlich bedanken und freue mich auch im neuen Jahr 2016 gemeinsam mit Ihnen die neuen Wege weiter zu gehen. Ich wünsche Ihnen ein besinnliches und ruhiges Weihnachtsfest im Kreis Ihrer Lieben und ein gesundes und erfolgreiches neues Jahr 2016!

Hans-Joachim Metzgi, Geschäftsführer

Bickbeerenfahrt der Arbeitsgemeinschaft Einbeck

Am 23.7.2015 fuhren 47 Mitglieder und Gäste der Arbeitsgemeinschaft Einbeck zum Bickbeernhof Herse nach Landesbergen. Nach einer schönen Busfahrt über Hannover und den Mittellandkanal erreichte die Gruppe gegen 11.30 Uhr das Ziel. Mit Blick auf die Plantage lud das Hofcafé unter freiem Himmel zum Verweilen ein. Die Teilnehmer hatten die Möglichkeit die vielfältigen Fruchtspezialitäten wie z. B. Hefeklöße mit Heidelbeeren, Butter, Zimt

und Zucker, Kartoffelpuffer mit Heidelbeeren, frisch gebackene Bickbeerwaffeln mit Sahne, Heidelbeeren mit Joghurt und vieles mehr zu genießen. Einige Mitfahrer nutzten auch die Gelegenheit sich selbst Heidelbeeren zu pflücken. Nach einer kurzen Weiterfahrt erreichte die Gruppe Steinhude. Hier waren die nächsten 2 ½ Stunden zur freien Verfügung. Nach diesem schönen Tag ging es wieder zurück nach Einbeck.

Udo Bertram, AG Einbeck



Seniorentreffen in der „Radener Deelee“

Die Arbeitsgemeinschaft Hankensbüttel der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. hatte die Senioren, das sind die Mitglieder über 70 Jahren, zu einem Nachmittag in das Gasthaus „Radener Deelee“ in Rade eingeladen. Eveline Nowarra – 2. Leiterin der AG – begrüßte in Vertretung von Martin Nagel 37 Mitglieder, die sich auf einen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen mit anregenden Gesprächen freuten, denn diese schöne Tradition wird den älteren Mitgliedern schon seit längerem geboten. Und dann gab es eine Überraschung: Herr Schröder, der Wirt der „Radener Deelee“ trug mit der typischen schwarzen Horn-

brille witzige Gedichte (auswendig!) von Heinz Erhardt vor. Diese Wortspiele und verdrehten Redewendungen sorgten für große Heiterkeit. Und man erinnerte sich an die 50er – 60er Jahre, in denen Heinz Erhardt als Unterhaltungskünstler und Schauspieler große Erfolge feierte. So vergingen recht schnell zwei vergnügliche Stunden, in denen die Teilnehmer in der Gemeinschaft ihren oft nicht leichten Alltag vergessen und von den Sorgen abschalten konnten.

Und es bewahrheitet sich auch hier wieder: „Lachen ist die beste Medizin“.



Vielen Dank Herr Schröder!

Und zum Abschluss brachte Eveline Nowarra die Anwesenden noch mit ihren Gedichten zum Schmunzeln.

Barbara Harms

„Auf ins schöne Ammerland“ Jahresinformationsfahrt der AG Goslar am 2. September 2015

Früh um 7.00 Uhr wurde mit zwei Bussen und 94 Teilnehmer von Goslar aus in Richtung Norden gestartet. „Wir haben ja viel vor, und vor allem einen weiten Weg“ begründeten Schriftführer J. Deike und Teamleiterin Chr. Maier den frühen Zeitpunkt der Abfahrt in den jeweils von ihnen geführten Bussen. Jedoch sollte die Fahrt nicht langweilig werden. Beide „Reiselei-

zenden Kurpark. Bei Sonnenschein und angenehmen Temperaturen präsentierte sich uns allen das gesamte Landschaftsbild in all seiner charakteristischen Schönheit. Nun konnte jeder Teilnehmer für sich selbst entscheiden, auf welche Weise er die Angebote dieser schönen Anlage nutzt. Während die Einen sich z.B. für das nahegelegene Ammerlander Bauernhaus mit

noch genug Zeit, vom Schiff aus die typische Naturlandschaft um den See, die sich uns bei guter Sicht in der hellen Mittagssonne zeigte, zu betrachten. Nach der Bootsfahrt haben wir uns leider von der „Perle des Ammerlands“, wie das Zwischenahner Meer mit Recht auch genannt wird, verabschieden müssen. So fuhren wir anschließend, in Richtung Schwarmstedt,

durch eine spätsommerliche Heidelandschaft, die uns bei der Durchfahrt der kleinen Ortschaften mit den gepflegten Vorgärten der typischen Heidehäuschen, oder das sich immer wieder wechselnde Landschaftsbild, erfreute. Schließlich hatten wir das „Landkaffee Rose“ in Grethem erreicht, das schon mit Kaffee und Kuchen auf uns gewartet hat. In diesem ehemaligen Heide-Bauernhof haben sich unsere Erwartungen nicht nur erfüllt, sondern weit übertraffen. In einem ehemaligen Stallgebäude, das urtypisch hergerichtet wurde, sind wir mit selbstgebackenen Torten, Blechkuchen und Kaffee satt



ter“ waren mit lustigen und humorvollen Geschichten zum Vorlesen gut versorgt. Gesorgt wurde natürlich auch für Gehbehinderte, die von der 2. Leiterin M. Stolze den ganzen Tag betreut, und darauf Wert legte, dass im Bus die am besten geeigneten Plätze reserviert wurden. Nach knapp vier Stunden, mit einer Zwischenpause, erreichten wir Bad Zwischenahn. Schon am Ortseingang erfreute uns der Anblick der Zierbäume, die von Baumschulen gestaltet, von Holzarten wie die Ölweide oder Feldahorn auf gepflegten Rasenflächen als Formhölze zu sehen waren.

Nach einer kurzen Fahrt durch die Innenstadt sahen wir schon das Zwischenahner Meer und den unmittelbar angren-

seinen 14 Häusern oder die um 1811 erbaute Holzmühle interessierten, promanierten die Anderen einfach am Ufer des Sees entlang und genossen, auf einer der vielen Parkbänke sitzend, die Idylle und Ruhe des Kurparks, mit den schönen Ausblick auf die Weite des Sees. Doch allmählich machte sich der Hunger bemerkbar. Und weil alle wussten, dass eine Schiffsrundfahrt auf dem Zwischenahner Meer anstand, und auf dem Boot unser Mittagessen bestellt ist, fand sich die gesamte Gesellschaft pünktlich zur Abfahrzeit am Bootsanleger ein. So hieß es also „Schiff ahoi“, und wir haben es nicht bereut. Binnen kurzer Zeit hat uns die Crew auf reservierten, gedeckten Tischen das Mittagmenü serviert, so dass nur zufriedene Gesichter zu sehen waren. So war auch

von einem freundlichen Bedienpersonal regelrecht verwöhnt worden. Hier haben wir uns auch mit der Leiterin der AG Walsrode, mit einer Begleitung, zu einem ausführlichen Informationsgespräch getroffen. Nach dem Kaffeetrinken haben viele auch die Gelegenheit genutzt, sich im hofeigenen Schlachterladen mit Wurst oder ähnliches zu versorgen. Nachdem sich alle Teilnehmer vor der Abfahrt zu einem gemeinschaftlichen Foto aufstellten, haben wir mit dem Bewusstsein, einen schönen Tag verlebt zu haben, die Heimreise angetreten.

H.J. Deike

Weltrheumatag 2015 – Aktiv gegen Rheumaschmerz

RHEUMA BEWEGT UNS ALLE

Der diesjährige 7. Weltrheumatag war ein voller Erfolg. In Zusammenarbeit mit dem Annastift, der Medizinischen Hochschule Hannover, dem Rheumazentrum Hannover e.V. fand die Veranstaltung in einem Hörsaal der MHH statt.

Herr Metzger begrüßte die ca. 300 Besucher und stellte das Motto des Weltrheumatages vor. „Aktiv gegen den Rheumaschmerz“ so ging es dann auch gleich in die Vorträge.

Herr Prof. Schmidt moderierte die Veranstaltung und gab den Startschuss an Prof.



Witte zum Thema Rheumatoide Arthritis: Neue Perspektiven in der Diagnostik und Therapie, weiter.

Dieser berichtete von den neuen Forschungsergebnissen aus dem Gebiet. Herr Prof. Tegtbur übernahm zu dem Thema Sport bei Rheuma – Wie wirkt Training für die Gesundheit der Gelenke? Bei diesem Vortrag motivierte Herr Prof. Tegtbur bereits die anwesenden Besucher, so dass Friederike Ziebold mit der aktiven Bewegungspause alle Anwesenden von den Stühlen riss.

In der Pause konnten sich die Gäste reichlich informieren.

Sehr anschaulich dozierte im Anschluss Dr. med. Ralph Gaulke zum Thema Spontanfrakturen der Beine als wichtige Differentialdiagnose zur Arthritis.

Mit Schmerzen leben? Ist ein Thema, welches viele Patientin betrifft. Herr Dr. Michael Stephan berichtete sehr eindrucksvoll darüber.

Gleich im Anschluss übernahm Frau Dr. Ehlebracht-König zum Thema Multimodale Schmerztherapie – ein Umsetzungsbeispiel.

Die Veranstaltung ließ wir Raum für Fragen zwischen den einzelnen Vorträgen, welche sofort beantwortet wurden. Auch im Anschluss standen die Referenten für Fragen zur Verfügung. Auch in diesem Jahr hat der Weltrheumatag gezeigt, wie wichtig dieses Thema ist und wieviel Interesse besteht.

Wir bedanken uns bei allen Beteiligten, Organisatoren, Zuwendern, Referenten und ehrenamtlichen Mitarbeitern.

Fahrradtour zum Weltrheumatag – Aktiv gegen Rheumaschmerz – Arthritis in Bewegung

Zum Weltrheumatag fand eine Fahrradtour unter ärztlicher Leitung von Prof. Torsten Witte statt. Leider kommt die Bewegung in unserem Alltag meist viel zu kurz. Dabei kann sie helfen, die Schmerzen noch besser zu kontrollieren, die Entzündung weiter zu verringern und die generelle Funktion der Gelenke wieder zu verbessern. In diesem Sinne wurde mit freundlicher Unterstützung der Firma diese Fahrradtour möglich gemacht. Eine Gruppe von Menschen, die

mit einem ähnlichen Krankheitsbild betroffen sind, haben sich aufgemacht rund um die MHH die die schöne Eilenriede zu fahren.



In eigener Sache: Wir begrüßen die neuen Mitarbeiter in der Landesgeschäftsstelle



Friederike Ziebold, die Nachfolgerin von Swantje Cramer

Liebe Rheuma-Liga-Mitglieder, als neue Mitarbeiterin der Abteilung Qualitätsmanagement und Lehrgangswesen möchte ich mich hier nun kurz vorstellen.

Mein Name ist Friederike Ziebold ich bin 29 Jahre alt und komme ursprünglich aus Kiel. In meiner Freizeit gehe ich gerne Segeln oder treibe Sport. Nach meiner Ausbildung zur Physiotherapeutin und einjähriger Tätigkeit in dieser Funktion studierte ich an der Hochschule Bremen internationales Gesundheitsmanagement und schloss das Studium mit dem Bachelor ab. Im Rahmen des Studiums führte ich Praktika in einer Unternehmensberatung, in der Verwaltung eines Krankenhauses und im Personalbereich durch. Des Weiteren absolvierte ich ein Auslandssemester in Schweden. Ich hoffe mein physiotherapeutisches Hintergrundwissen und meine Kenntnisse aus dem Studium optimal in meine Arbeit mit einbringen und neue Impulse setzen zu können. Daher freue ich mich auf eine spannende und interessante Zeit.

Friederike Ziebold

Andreas Röders, der Nachfolger von Doreen Lederer

Seit dem 01. Oktober 2015 bin ich neuer Mitarbeiter in der Finanzbuchhaltung der Landesgeschäftsstelle in Hannover und stelle mich nachfolgend kurz vor:



Mein Name ist Andreas Röders, ich bin 44 Jahre alt und komme aus Walsrode. Nach meiner Schulzeit absolvierte ich eine Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann und war im Anschluss etliche Jahre als kaufmännischer Angestellter in einem Baustoffhandel/Baumarkt tätig. Im Laufe der Zeit interessierte ich mich mehr und mehr für das Fachgebiet Buchhaltung und habe somit eine Weiterbildung zum Finanzbuchhalter erfolgreich abschließen können. Seit vielen Jahren bin ich nunmehr in diesem Bereich tätig.

In meiner Freizeit engagiere ich mich als Kassenwart für die Arbeitsgemeinschaft in Walsrode und dieses bereits seit fünf Jahren. Ich bin verantwortlich für die Mitgliederverwaltung, die Abrechnung des Funktionstrainings und natürlich für die Finanzbuchhaltung. Weiterhin betreibe ich Tanzsport, etwas Fitness, jedoch ganz oben steht immer die gemeinsame Zeit mit meiner Partnerin.

Ich hoffe, die bis jetzt erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten optimal einsetzen zu können. Auf Grund meiner ehrenamtlichen Tätigkeit bin ich mit vielen Abläufen innerhalb der Rheuma-Liga ja bereits vertraut.

Ich freue mich sehr auf meine neue Tätigkeit und eine langjährige, stets vertrauensvolle Zusammenarbeit. An dieser Stelle wünsche ich auch allen Leserinnen und Lesern weiterhin beste Gesundheit, freue mich auf viele neue und interessante Kontakte und bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit.

*Herzlichst Ihr
Andreas Röders*

Nach drei Monaten in der Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement möchte ich nun die Gelegenheit nutzen mich kurz vorzustellen.

Mein Name ist Jana Malkowa, ich bin 23 Jahre alt, habe meine allgemeine Hochschulreife an der BBS 11 in Hannover absolviert und befinde mich seit dem 01.08.2015 in der Ausbildung. In meiner Freizeit schaue ich am liebsten Filme und vor allem Serien, dabei haben es mir besonders das Horror und Sciene-Fiction Genre angetan. Außerdem fahre ich gerne Fahrrad, wenn das Wetter mitspielt, und lese gelegentlich. Zum Team der Rheuma-Liga zähle ich mich schon seit August letzten Jahres, damals habe ich noch die Abrechnungsabteilung unterstützt und fleißig Verordnungen bearbeitet. Nun darf ich als Azubine der Verwaltung zur Seite stehen und freue mich sehr auf die kommenden Herausforderungen in der Rheuma-Liga.



Impressum

Herausgeber: Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.

Rotermundstraße 11, 30165 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: Geschäftsstelle

Auflage: 20.700

RHEUMA LIGA
Niedersachsen e.V.



Dieses Jahr bleibt unsere Geschäftsstelle vom 24.12. bis 31.12.2015 geschlossen. Ab 4. Januar 2016 sind wir wieder wie gewohnt für Sie da.