

Die neuen Vorstands- mitglieder stellen sich vor!

Die Rheuma-Liga Bremen e.V. hat am 23.05.2019 einen neuen Vorstand gewählt. Stellvertretende Vorsitzende ist nunmehr Ingelore Rosenkötter und neue Schatzmeisterin Christa Clausnitzer. Wir freuen uns, die beiden Damen in unserem Team zu haben!

SCHATZMEISTERIN

Christa Clausnitzer

Mein Name ist Christa Clausnitzer, meine Berufsausbildung ist Groß- und Außenhandelskauffrau und ich habe während meiner Berufstätigkeit überwiegend in der Buchhaltung gearbeitet. Von Mai 2007 bis zu meinem Renteneintritt am 1. Sept. 2016 war ich in der Geschäftsstelle der Rheuma-Liga Bremen als Angestellte tätig.

Ich war u. a. zuständig für die Organisation der Wasser- und Trockengymnastikgruppen und der sonstigen Kurse und Seminare für unsere Mitglieder sowie Ansprechpartner für die Therapeuten. Außerdem habe ich die Geschäftsführerin, Frau Burchardt, in deren Abwesenheit vertreten.

Ich bin also wohl vertraut mit den Abläufen in der Geschäftsstelle, dem Vorstand und den Mitarbeitern und finde, dass es sich lohnt, diesen Verein ehrenamtlich zu unterstützen. Als dann ein neuer Schatzmeister gesucht wurde, habe ich mich am 23. Mai 2019 gern zur

Wahl gestellt. Vielen Dank an die Mitglieder, die mich einstimmig gewählt haben. Ich werde mit Freude das Amt ausüben und hoffe, dass ich das genauso gut und souverän hinbekomme, wie mein Vorgänger, Herr Popken. ←

Ihre Christa Clausnitzer



Christa Clausnitzer

STELLVERTRETENDE VORSITZENDE

Ingelore Rosenkötter

Ende Mai 2019 hat mich die Mitgliederversammlung der Rheuma-Liga Bremen zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt und ich freue mich, dass ich in einem so engagierten Vorstand und mit kompetenter Unterstützung der hauptamtlichen Kolleginnen der Geschäftsstelle mitarbeiten darf.

Bereits seit vielen Jahren bin ich Mitglied im Beirat der Rheuma-Liga und meine ersten „Berührungspunkte“ mit der Rheuma-Liga stammen noch aus den 1990-er Jahren aus meiner Dienstzeit beim Kreisverband des Deutschen Roten Kreuzes. Ich bin selber keine Betroffene, habe aber in meinem privaten Umfeld Menschen mit unterschiedlichen rheumatischen Erkrankungen. →



Ingelore Rosenkötter

Fortsetzung von Seite 1

→ Dieses Amt bedeutet für mich, dass ich gerne so viel mehr über Form und Therapien der Erkrankung lernen kann und muss. Ich möchte meine Erfahrungen und Kontakte einbringen, um zusammen mit den Kollegen und Kolleginnen in Vorstand und Geschäftsstelle und vor allem mit den fachlichen KursleiterInnen die Versorgung und Unterstützung der betroffenen Menschen immer weiter zu entwickeln. Dabei wird es u.a. darum gehen, weiterhin möglichst wohnortnahe Angebote in der traditionellen Trocken- und Wassergymnastik aber auch neue Formen von Bewegung und Entspannung sicherzustellen.

Ein paar Sätze zu mir: Ich bin gerade 66 Jahre alt geworden und nun „in Rente“. Also – so hoffe ich, etwas mehr Zeit für Aufgaben, die mir am Herzen liegen. Bewegung und Sport begleiten mich sowohl aktiv wie auch in verschiedenen Ehrenämtern schon fast fünfzig Jahre. Mein Verein im Findorff, der Landessportbund, Special Olympics und jetzt der Bremer Turnverband sind die ehrenamtlichen Stationen im Sport. Ich bin gelernte Bankkauffrau, war beim DRK Kreisverband und DRK Landesverband und hatte politische Ämter inne.

Regelmäßige und angemessene Bewegung ist mit der wichtigste Baustein in unserem Leben und hat oft gerade in schwierigen gesundheitlichen Lebensphasen eine große Bedeutung. Die Rheuma-Liga Bremen leistet seit vielen, vielen Jahren dazu einen so wichtigen und anerkannten Beitrag für an Rheuma erkrankte Menschen. Und dafür lohnt es sich einzusetzen. ←

Mit herzlichen Grüßen
Ihre Inge Lore Rosenkötter

RHEUMA-LIGA BREMEN UND BREMER BÄDER

Zwei gute Partner

Seit vielen Jahren gibt es eine Partnerschaft zwischen den Bremer Bäder und der Rheuma-Liga Bremen. Sie basiert auf der Tatsache, dass die Rheuma-Liga für die von ihr organisierte Wassergymnastik Wasser in einer bestimmten Temperatur benötigt. Dazu muss das Therapiebecken gewisse Voraussetzungen erfüllen, was Umfang und Wassertiefe anbetrifft. Schließlich soll Funktionstraining mit Bodenkontakt bei den Übungen erfolgen und nicht AquaJogging, was bekanntermaßen im tiefen Wasser durchgeführt wird. Letztlich muss es einen möglichst barrierefreien Zugang geben, Duschen und Umkleidegelegenheiten vorhanden sein.

So etwas hat die Rheuma-Liga Bremen als Verein nicht. Gut, dass es u.a. die Bremer Bäder gibt, die diverse Schwimmbäder in Bremen unterhält und damit der Hauptanbieter für die Rheuma-Liga ist. Dort finden wir die Übungsbecken, die unseren Mitgliedern und deren Therapeuten die Rahmenbedingungen bieten, Wassergymnastik nach den strengen

Qualitätsrichtlinien für Funktionsgymnastik in Anspruch nehmen zu können. Das ist wichtig, weil die Finanziere der Therapien, die Krankenkassen und die Rentenversicherungsträger, sehr genau darauf achten, dass die verpflichtenden Vorgaben eingehalten werden.

Zur Partnerschaft gehören aber zwei Seiten. Nicht nur, dass die Bremer Bäder Wasserfläche zur Verfügung stellt, sondern auch, dass die Rheuma-Liga Bremen dafür auch einen angemessenen Preis zahlt und zwar pünktlich. Das ist für das Funktionieren dieser Partnerschaft wesentlich, weil die Bremer Bäder nicht „auf Rosen gebettet“ sind. Vielmehr, so erklärt ihre Geschäftsführerin, Martina Baden, hat sie mit ihren Mitarbeiter*innen eine tägliche Gradwanderung zu überstehen, um das vorhandene Geld für die unterschiedlichsten Aufgaben (z.B. Renovierungen, Reparaturen, Neubauten) parat zu haben.

Eine Situation, die der Rheuma-Liga Bremen nicht unbekannt ist, denn sie muss auch den EURO dreimal umdrehen, um „Gutes für die Mitglieder“ tun zu kön-



Wasserfläche - so wichtig für die Rheuma-Liga Bremen und deren Mitglieder

nen. Die Kosten, die für die Nutzung der Einrichtungen der Bremer Bäder aufgewendet werden müssen, sind der größte Ausgabeposten im Vereinshaushalt. Und da Energiekosten ständig nach oben angepasst werden müssen, fallen die Preisverhandlungen mit den Bremer Bäder immer im Ergebnis mit einer Erhöhung aus. Diese Erhöhung kann nicht immer 1:1 an die Krankenkassen und Rentenversicherungsträger weitergegeben werden, da diese per Gesetz limitiert sind, was Gebührenerhöhungen angeht. Das ist aus Vereinssicht nicht immer leicht.

Die Partnerschaft mit den Bremer Bäder reduziert sich aber nicht nur auf das Geschäft mit dem Wasser. Martina Baden ist Mitglied im Beirat der Rheuma-Liga und bringt sich regelmäßig ein. Häufig tauschen sich die Bremer Bäder und die Rheuma-Liga auch auf dem kurzen Dienstweg aus, um möglichst schnell und unbürokratisch Probleme und Neuerungen gemeinsam umsetzen zu können. Gedacht ist aktuell dabei an den Brand in der Tegeler Plate in Huchting, wo das Therapiebecken vorübergehend geschlossen werden musste oder die Einführung eines neuen Einlass- und Kassensystems in den Schwimmbädern, wo der Teufel bei der Umsetzung im Detail steckt. Die Rheuma-Liga wiederum unterstützt die Bremer Bäder bei ihrer (sport- und sozial)politischen Arbeit, in dem sie sich zu Wort meldet, an Planungen mitarbeitet (z.B. das neue Westbad) und den Bremer Bäder bei Veranstaltungen ein Forum bietet.

Zusammengefasst unterhalten wir eine gute Partnerschaft, wo es, wie in jeder Beziehung auch mal grummelt, aber die Richtung stimmt und gemeinsam nach vorne gearbeitet wird. Für das jahrelange Vertrauen zum Wohl ihrer Mitglieder bedankt sich die Rheuma-Liga Bremen bei den Bremer Bäder. ←

Bernd Haar, Vorsitzender

Unsere ehrenamtlich tätigen Gesprächskreisleiterinnen

Bereits in der letzten Ausgabe des Beihefters stellten wir Ihnen Marion Riedel (sie leitet die telefonische Beratung „Seltene rheumatische Erkrankungen“) vor. Heute möchten wir Ihnen zwei weitere unserer ehrenamtlich tätigen Gesprächskreisleiterinnen näher bekannt machen: **Marlies Behning** und **Barbara Punkenburg**.



Marlies Behning

Mein Name ist Marlies Behning. Seit mehr als 30 Jahren bin ich Mitglied bei der Rheuma-Liga Bremen, da ich unter Fibromyalgie leide. Vor vielen Jahren übernahm ich die ehrenamtliche Gesprächskreisleitung für den **Gesprächskreis „Fibro“**, der jeden 3. Dienstag im Monat ab 15.30 Uhr im Café K, Rotes Kreuz Krankenhaus stattfindet. Patienten mit Fibromyalgie fühlen sich gut aufgehoben in unserer Gruppe, besonders wenn sie sich woanders unverstanden fühlen. Die Gruppe sucht neue Mitglieder, da sie sich aus Altersgründen stark reduzieren musste. Interessierte rufen mich einfach an unter **Tel. 5669995**. Wenn ich nicht ehrenamtlich für die Rheuma-Liga Bremen tätig bin, lese und tanze ich sehr gerne und freue mich, meine Freunde zu treffen.



Barbara Punkenburg

Mein Name ist Barbara Punkenburg und ich bin 63 Jahre alt. Seit meinem 23. Lebensjahr bin ich an Polyarthritiden erkrankt. Meinen erlernten Beruf Physiotherapeutin konnte ich nicht sehr lange ausüben. Ich absolvierte daher erfolgreich eine Umschulung zur MTA. Durch die Geburten meiner Kinder war ich lange Zeit nicht berufstätig. Aufgrund meiner Rheumalerkrankung folgten jahrelang mehrere Gelenkoperationen mit langwierigen Nachbehandlungen. Die damit verbundenen häufigen Aufenthalte in der Rheumaklinik weckten mein Interesse an der Rheuma Liga. Inzwischen berate ich Neuerkrankte telefonisch im Lande Bremen und arbeite in zwei Ausschüssen im Gemeinsamen Bundesausschuss (GBA) in Berlin (leider im Moment zeitlich eingeschränkt). Ebenso nehme ich an dem Projekt Patient Partner teil. Gerne stehe ich telefonisch für Beratungen zum Thema **„Rheumatoide Arthritis“** jeden 2. Montag im Monat (ab 17:15 Uhr) zur Verfügung, **Tel. 0160 8076299**.

TERMINE

Gesprächskreise

TELEFONISCHE BERATUNG

„SELTENE RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN“

Anfragen jederzeit möglich

Ansprechpartnerin: Marion Riedel

Tel. 50 59 85 oder

kontakt@marion-riedel.de

GESPRÄCHSKREIS „FIBRO“

Jeden 1. Montag im Monat ab 17.00 Uhr
im DRK-Haus, Wachmannstr. 9

Ansprechpartnerin: Ursula Hüls,

Tel. 21 79 55

TELEFONISCHE BERATUNG

„RHEUMATOIDE ARTHRITIS“

Jeden 2. Montag im Monat ab 17.15 Uhr

Ansprechpartnerin: Barbara Punkenburg,

Tel. 0160 80 76 299

GESPRÄCHSKREIS „FIBRO“

Jeden 3. Dienstag im Monat ab 15.30 Uhr

Im Café K, Rotes Kreuz Krankenhaus

Ansprechpartnerin: Marlies Behning

Tel. 56 69 995

GESPRÄCHSKREIS

„RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN“

FÜR JÜNGERE RHEUMATIKER (30-50 Jahre)

Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 18.00 Uhr

Netzwerk Selbsthilfe, Faulenstr. 31, Raum 3

Ansprechpartnerin: Marianne Korinth

Tel. 55 76 588

GESPRÄCHSKREIS IN BREMEN-NORD

„RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN“

Jeden 1. Donnerstag im Monat ab 16.00 Uhr

Café im Bürgerhaus Vegesack

Ansprechpartnerin: Siegrid Strack

Tel. 65 80 311

ELTERNKREIS RHEUMAKRANKER KINDER

Anfragen jederzeit möglich

Ansprechpartnerin: Babette Wegehaupt

Tel. 38 07 316

JUNGE RHEUMATIKER

Anfragen jederzeit möglich

Landesjugendsprecherin Karen Baltruschat

Stellv. Landesjugendsprecher Gordon Wolter

Junge-Rheumatiker-Bremen@gmx.de

WORKSHOP

Gesunde Leckereien in der Vorweihnachtszeit

In diesem Workshop werden süße Leckereien gezaubert, die hervorragend in die Vorweihnachtszeit passen und ohne belastende Milchprodukte sowie Industriezucker auskommen. Sie sind leicht zu verdauen und enthalten viele gesunde Inhaltsstoffe. So macht Schlemmen doppelt Spaß. Es wird alles frisch zubereitet und nichts gekocht. So können die Leckereien in Windeseile fertig gestellt werden. Eine schmackhafte Alternative zu den üblichen Kalorienbomben und für Menschen mit Laktoseintoleranz geeignet.

Wir liefern Geschenkideen zum Selbermachen! Es wird Süßes (ohne Backen) vor Ort hergestellt.

Leitung: TwoTwins (Maike Kratschmer und Dr. Silke Mai)

Termin: Mittwoch, 20.11.2019 von 17.00-18.30 Uhr

Ort: Geschäftsstelle Rheuma-Liga Bremen e.V., Jakobstraße 22, 28195 Bremen

Kosten: 10 EUR für Mitglieder, 40 EUR für Nichtmitglieder



ÖFFNUNGSZEITEN

Geschäftsstelle:

Montag, Dienstag und Mittwoch

von 09.00 bis 12.00 Uhr,

Donnerstag

von 14.00 bis 18.00 Uhr

im Pflegestützpunkt Einkaufszentrum

Berliner Freiheit 3, Bremen-Vahr:

jeden 1. Donnerstag im Monat

von 9.00 – 13.00 Uhr und

von 13.30 – 15.30 Uhr

im Pflegestützpunkt

Breite Straße 12d, Bremen-Vegesack:

jeden 1. und 4. Freitag im Monat

von 9.00 – 12.30 Uhr

IMPRESSUM

Herausgeber:

Rheuma-Liga Bremen e. V.

Jakobstr. 22, 28195 Bremen

Telefon 0421/16 89 52 00

www.rheuma-liga-bremen.de

info@rheuma-liga-bremen.de

presse@rheuma-liga-bremen.de

Vorsitzender/Pressesprecher:

Bernd Haar

Redaktion: Nicole Haeddecke

Auflage: 10.000