

## INTERVIEW

# „Ein schöner Ort für alle“

Wenn man von der Wassergymnastik der Rheuma-Liga spricht, dann ist die Sportwelt in Woltmershausen vielen Mitgliedern ein fester Begriff und eine liebgewonnene Institution. Seit vielen Jahren nutzt die Rheuma-Liga die Räumlichkeiten der Sportwelt für Wassergymnastik und als Fortbildungsräumlichkeit für TherapeutInnen. Gerne würden wir erfahren, wie sich die Zeit der Pandemie auf die Sportwelt und ihre MitarbeiterInnen ausgewirkt hat und ob zur Zeit Sport bedenkenlos möglich ist. Der für die Rheuma-Liga Bremen zuständige Ansprechpartner und Clubmanager, Michael Garms, stellte sich der Redaktion des Beihefers für die Beantwortung einiger Fragen zur Verfügung.

**Wie haben sich die letzten Pandemiemonate bei Ihnen und Ihren MitarbeiterInnen ausgewirkt?** Seit fast 2 Jahren hält uns die Pandemie nun schon in Schach, im Februar 2020 war diese Tragweite überhaupt nicht absehbar. Die Sportwelt ist für die Mitarbeiter ein zweites Zuhause, neben der täglichen Arbeit verbringen sie auch ihre Freizeit hier, haben nicht nur Kollegen, sondern auch Freunde gefunden. Die Lockdowns waren daher mental eine wahnsinnige Herausforderung. Die aktuellen Hürden überwinden wir gerne und mit aller Kraft, nur ein weite-



Michael Garms

rer Lockdown muss nicht sein! Natürlich kommt an der ein oder anderen Stelle auch mal ein bisschen die Verzweiflung durch, das ist aber nur menschlich.

**Waren die Restarts nach den Lockdowns schwierig zu bewältigen?** Ja! Das Problem dabei waren die unklaren Bedingungen. Was nur wenige wissen: die Informationen wann und unter welchen Bedingungen und Auflagen wir wieder öffnen durften, kamen nie von der Stadt oder den Ordnungsämtern. Wir haben die Nachrichten verfolgt, wie jeder andere auch.

Wir durften auf einem Montag nach dem zweiten Lockdown wieder öffnen. Am Freitag zuvor haben wir davon durch die Medien erfahren. Einen so großen Betrieb mit 12.000qm Fläche und über 50 Mitarbeitern innerhalb eines Wochenendes wieder auf den Punkt zu bekommen, war nur durch eine starke Teamleistung und viele, viele Überstunden möglich.

Am darauffolgenden Mittwoch war die Verordnung vom Land Bremen verschriftlicht online einsehbar. Montags öffnen und mittwochs wissen unter welchen konkreten Bedingungen...das war spannend!

**Läuft Ihr Kursprogramm bereits wieder wie gewohnt oder gibt es noch Einschränkungen?** Das Kursprogramm läuft bis auf Kleinigkeiten wieder wie gewohnt. Vor der Pandemie gab es keine Teilnehmerbeschränkungen, nun ist die Anzahl limitiert, außerdem ist eine Vorabanmeldung aufgrund der Kontaktverfolgung erforderlich. Damit können wir aber sehr gut leben. Die Wasserkurse laufen ohne besondere Einschränkungen, der Vorteil besteht in den festen Gruppenkonstellationen.

**Beklagen Sie, so wie die Rheuma-Liga Bremen, ebenfalls einen Mitgliederschwund?** Während der Pandemie haben wir ca. 20% unserer Mitglieder verloren. Trotz aller Bemühungen konnten wir nicht alle überzeugen zu bleiben. Der Wiederaufbau wird durch die aktuellen Bestimmungen natürlich noch erschwert. Mittlerweile stabilisieren wir uns etwas, doch der Weg ist noch lang.

**Reagierten Ihre Mitglieder bisher auf die Hygieneregeln und Einlassbestimmungen gelassen?** Das ist sehr unterschiedlich. Wir denken uns die Hygieneregeln und Einlassbestimmungen nicht aus, trotzdem ernten wir den Ärger, das ist schon frustrierend. Letztlich können wir es nicht ändern, wir halten uns streng →

Fortsetzung von Seite 1

→ an die Vorgaben des Landes, vor allem um einen sicheren Betrieb für alle Kunden zu gewährleisten. Ein Lob dafür ist sicher zu viel erwartet, ich wünsche mir aber mehr Verständnis und Geduld.

**Und sind unsere Rheuma-Liga-Mitglieder ebenfalls verständnisvoll?** Auch hier: unterschiedlich. Ihre Mitglieder sind zum einen sehr bedacht, dass hier alles mit rechten Dingen zugeht, Regeln eingehalten werden und alle vollständig geimpft sind. Sobald es dann an das Kontrollieren geht, sehe ich häufig genervte Gesichter. Wir haben hier ein vernünftiges und einfaches System geschaffen, um nicht jeden Kunden jedes Mal prüfen zu müssen. Wenn wir dann doch nochmals prüfen, z.B. nachdem sich Bestimmungen wieder geändert haben, muss dafür Verständnis aufgebracht werden. Ich kann hier nun empfehlen, dass der Impfausweis immer mit sich geführt wird und die Nachrichten noch intensiver bezüglich der Bestimmungen verfolgt werden. Die Kontrollen werden eher mehr als weniger. So lässt sich häufig Ärger und Frust ersparen.

**Mit welchen Worten würden Sie „Frau Mustermann“ beruhigen, wenn sie Sorge hat, sich beim Sport in Ihren Räumlichkeiten anzustecken?** Nach neuesten Studien besteht beim Training in Sportanlagen ein sehr geringes Infektionsrisiko. Zuzüglich zu den gängigen Hygieneregeln und Einlassbestimmungen haben wir darüber hinaus Maßnahmen getroffen, die dieses minimale Risiko noch weiter reduzieren. Unter anderem sind dies moderne Virenfilteranlagen, die überall in der Anlage verteilt sind. Neben der 2G+ Regel für alle Kunden, testen sich unsere Mitarbeiter jeden Tag, trotz vollständiger Impfung. Ebenfalls weitreichender als die behördlichen Auflagen. Wir tun alles, um ein sicheres Training bieten zu können.

**Was möchten Sie unseren Rheuma-Liga-Mitgliedern gerne einmal sagen?** Erst einmal ein Dankeschön, dass Sie unse-



Bewegungsbad in der Sportwelt

ren Standort gewählt haben - die Sportwelt ist doch schön, nicht wahr? Ich möchte gerne daran erinnern, dass wir kein Schwimmbad sind, sondern eine Multifunktionssportanlage mit geschlossenem Bewegungsbad. Es gibt noch viele andere Kunden, die sich freuen unsere Angebote wahrnehmen zu können, jeder sollte hier Rücksicht auf den anderen nehmen. Ein nasser Boden in der Umkleide lässt sich mit einem zusätzlichen Handtuch leicht verhindern, oder stehen Sie gerne im Nassen?

**Man munkelt, dass die Sportwelt bald die Türen für immer schließt. Ist da etwas dran? Und wenn ja, wie lange bleibt uns Ihr toller Veranstaltungsort noch erhalten?** Unser Pachtvertrag läuft zum Ende des Jahres 2023 aus. Mindestens bis dahin bleiben wir allen erhalten und haben hoffentlich eine schöne, gemeinsame Zeit. Was danach passiert, steht noch in den Sternen, mit endgültigen Aussagen tue ich mich seit der Pandemie sehr schwer.

**Abschließend noch eine persönliche Frage an Sie: was erhoffen Sie sich für 2022?** Wahrscheinlich teile ich mir den Wunsch aktuell mit vielen anderen - ein Ende der Pandemie und die Rückkehr in ein völlig normales Leben. Sollte das geschafft werden, kehrt viel Lebensfreude zurück! ←

#### RHEUMA-INFO-TAG 2022

Nachdem in den letzten beiden Jahren unser Rheuma-Info-Tag ausfallen musste, sind wir in diesem Jahr positiv gestimmt, dass wir unsere beliebte Informationsveranstaltung im **September 2022** stattfinden lassen können. Der Wille ist da und die pandemische Lage wird diesem hoffentlich nicht im Wege stehen!

Angedacht sind beispielsweise interessante Arztvorträge, die eventuelle Wissenslücken schließen! Außerdem ist eine Kostprobe aus dem Aktivprogramm unserer Rheuma-Liga-Gruppen geplant. Hierbei ist das Mitmachen unbedingt erwünscht! Natürlich wird bei so viel Aktivität auch der Snacknachschieb nicht vergessen. In einer Pause laden wir Sie daher ein, für Ihr leibliches Wohl zu sorgen.

Drücken Sie die Daumen, dass unser Vorhaben klappt! Genaue Informationen erhalten Sie in einer der nachfolgenden Beihefter. Besuchen Sie gern unsere Homepage [www.rheuma-liga-bremen.de](http://www.rheuma-liga-bremen.de) und finden Sie dort aktuelle Termine und Veranstaltungen.

# Freie Plätze!

Melden Sie sich an unter [info@rheuma-liga-bremen.de](mailto:info@rheuma-liga-bremen.de) oder **0421/16895200**.

Alle Kurse laufen ganzjährig! Nähere Informationen unter [www.rheuma-liga-bremen.de](http://www.rheuma-liga-bremen.de)!

## PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

**Montags, 13.00-14.00 Uhr**, Bremen 1860, Baumschulenweg 9, Bremen-Schwachhausen

## STURZPRÄVENTION

**Dienstags, 11.45-12.45 Uhr**, TV Bremen-Walle 1875, Arndtstr. 6, Bremen-Walle

## QIGONG

**Mittwochs, 12.00-13.30 Uhr**, wudang-Zentrum, Grundstr. 3, Bremen-Steintor

## YOGA

**Montags, 11.15-12.30 Uhr**, Yogaschule Bremen-Nord, Heidkamp 10 A, Ritterhude-Platjenwerbe  
**Donnerstags, 15.00-16.15 Uhr**, Yogaschule Bremen-Nord, Heidkamp 10 A, Ritterhude-Platjenwerbe

## NORDIC-WALKING

**Dienstags, 9.30-11.00 Uhr**, Bürgerpark, Am Stern (Hollerallee/Parkallee), Bremen-Mitte

## FIBROMYALGIE (FUNKTIONSTRAINING)

**Donnerstags, 9.15-10.15 Uhr**, TSV St. Magnus, Auf dem Hohen Ufer 124, Bremen-St. Magnus

## HOCKERGYMNASTIK (FUNKTIONSTRAINING)

**Dienstags, 12.00-12.40 Uhr**, Bremen 1860, Baumschulenweg 9, Bremen-Schwachhausen

## TROCKENGYMNASTIK (FUNKTIONSTRAINING)

**Diverse Gruppen am Dienstag** im Baumschulenweg 9, Bremen-Schwachhausen  
**Diverse Gruppen am Dienstag** im TV Bremen-Walle 1875, Arndtstr. 6, Bremen-Walle  
**Zwei Gruppen am Mittwoch** im Verein Vorwärts, Violenstr. 27, Bremen-Mitte

**Sie konnten bisher mit der Wassergymnastik (Funktionstraining) noch nicht starten? Das Bewegungsbad befindet sich in einem Krankenhaus und bleibt vorerst geschlossen? Dann entscheiden Sie sich für die Trockengymnastik! Hier gibt es reichlich freie Plätze! ←**

AB 02.03.2022

# Ergotherapie

Wenn die Fingergelenke in ihrer Funktion eingeschränkt sind, so ist die gesamte Mobilität stark beeinträchtigt. In unserer Ergotherapiegruppe erhalten Sie von unserer ausgebildeten Ergotherapeutin Anleitungen zur Mobilisierung der Finger.

Diese gelenkschonenden Finger-Übungen sollen Ihnen helfen, das größtmögliche Bewegungsausmaß der Fingergelenke zu erhalten und die Finger- und Handmuskulatur zu kräftigen.

Auch den typischen, rheumatisch bedingten Veränderungen kann durch die Übungen entgegen gewirkt werden.

In entspannter Atmosphäre, wo Lachen erlaubt ist, werden auch Übungen für die Mobilität der Arme und der Füße angeboten, immer unter Berücksichtigung einer gesunden Haltung und Atmung.

Alleine üben macht keinen Spaß! Daher bieten wir Ihnen einen Gruppenkurs an:

**Kursleitung:** Nadine Vogel, Ergotherapeutin

**Ort:** Geschäftsstelle Rheuma-Liga Bremen, Jakobistr. 22, 28195 Bremen

**Termin:** Mittwochs, 12.30-13.15 Uhr

**Kosten:** für Rheuma-Liga-Mitglieder pro Halbjahr € 15,00 (werden vom Konto abgebucht), für Nichtmitglieder pro Halbjahr € 50,00 (bitte im Voraus überweisen) ←

## EINLADUNG

zur ordentlichen Mitgliederversammlung der Rheuma-Liga Bremen e. V.

am Donnerstag, 12. Mai 2022 um 18.00 Uhr im Konsul-Hackfeld-Haus (Atrium), Birkenstraße 34, 28195 Bremen,

### Tagesordnung:

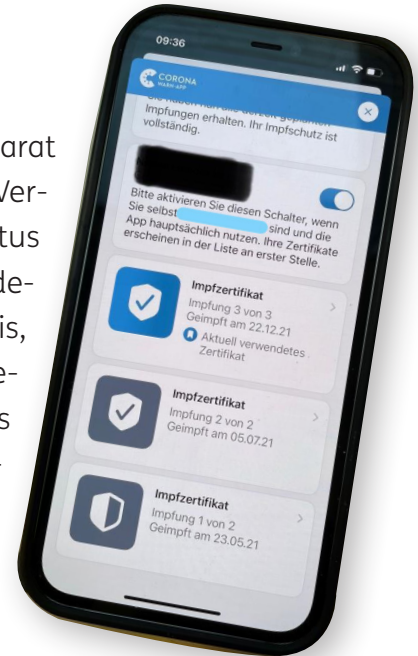
1. Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung
2. Bericht des Vorstandes
3. Bericht der Schatzmeisterin
4. Bericht der Rechnungsprüfer
5. Aussprache zu Top 2, 3 und 4
6. Entlastung des Vorstandes
7. Wahl eines Rechnungsprüfers
8. Verschiedenes

Der Vorstand

Für die Planbarkeit der Raumkapazität ist eine **ANMELDUNG** erforderlich unter [infotag@rheuma-liga-bremen.de](mailto:infotag@rheuma-liga-bremen.de) oder sprechen Sie auf den Anrufbeantworter (Name und Anzahl der Gäste) unter **Tel. 0421/16895201**.

# Impfausweis dabei?

Es gehört inzwischen zum alltäglichen Leben dazu, seinen Impfstatus parat zu haben. Um in gewissen Einrichtungen (Gaststätten, Kino, Museum, Veranstaltungen, Geschäfte) eingelassen zu werden, muss der Impfstatus nachgewiesen werden. Das Gleiche gilt für die Veranstaltungsorte, in denen die Rheuma-Liga ihre Gruppen betreibt. Bitte haben Sie Verständnis, dass der Nachweis, auch wenn er bereits mehrmals erbracht wurde, jederzeit wieder verlangt werden kann. Schlimmstenfalls ist ein Einlass sonst nicht möglich. Das wäre ärgerlich für alle Beteiligten! Eine Diskussion mit dem Personal des Veranstaltungsortes ist im übrigen unangebracht, ärgerlich und zwecklos. Denken Sie also daran: **Impfstatus in die Badetasche stecken!** ←



## Regelmäßige Teilnahme am Funktionstraining ist wichtig!

Sie besuchen zurzeit eine Gruppe für Wasser- oder Trockengymnastik? Achten Sie aus zwei wichtigen Gründen bitte auf eine regelmäßige Teilnahme!

- 1. Ihrer Gesundheit zuliebe:** nur eine regelmäßige Teilnahme kann sich positiv auf die Funktionalität Ihres Körper auswirken und so vorhandene Schmerzen lindern oder erst gar nicht entstehen lassen.
- 2. der Rheuma-Liga zuliebe:** nur für jede tatsächliche Teilnahme erhält die Rheuma-Liga Bremen Geld von der Krankenkasse. Die bloße genehmigte Verordnung (ohne Teilnahme) bringt uns keine Einnahmen. Jedoch fallen an jedem Termin Ausgaben an, wie Miete für den Veranstaltungsort und Honorar für die Kursleitung, denen bei Nichtteilnahme von Kassenpatienten keine Einnahmen gegenüber stehen.

Wir setzen strengere Maßstäbe an, was die Gruppenauslastung angeht. Für TeilnehmerInnen, die mit einer genehmigten Verordnung mitmachen, ist weiterhin ein unentschuldigtes Fehlen ab dem 4. Mal ein Ausschlusskriterium. Außerdem schauen wir nach 4 Wochen Krankheit/Urlaub genauer hin. Bei den Selbstzahlern wird es nach 8 Wochen kritisch. Längeres Fehlen sollte unbedingt mit der Geschäftsstelle abgesprochen werden. ←

### ÖFFNUNGSZEITEN

**der 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 bis 13.00 Uhr und von 13.30 bis 15.30 Uhr

**im Pflegestützpunkt Breite Straße 12d,  
Bremen-Vegesack: jeden 1. und 4. Freitag im Monat**  
von 9.00 bis 12.30 Uhr

Derzeit  
keine Beratung  
in den  
Stützpunkten

### IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Rheuma-Liga Bremen e. V.

Jakobistr. 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:** 5.600