

## NEUESTES MITGLIED HAT FELL

# Die beste Liga der Welt

Am 10.05.2022 konnten die Mitarbeiterinnen der Rheuma-Liga Bremen e.V. einen ganz besonderen Ratsuchenden in der Geschäftsstelle begrüßen. Kater Ernie hat die Geschäftsstelle in der Bremer Innenstadt besucht und sich über rheumatische Erkrankungen informiert.

Bei seinen „Katzeneltern“ Dagmar und Torsten Nürnberger lebt Kater Ernie in Bremen. 2012 haben die Beiden Ernie aufgenommen und ihn nach schwerer Krankheit gesund gepflegt. Nachdem es Ernie in seinem neuen Zuhause richtig gut ging, verspürte er große Lust, Bremen auf eigenen vier Beinen kennenzulernen und zu erkunden.

Viele Einrichtungen hat Ernie seither besucht und ist in Bremen eine richtige „Berühmtheit“ geworden. Von seinen Ausflügen berichtet Ernie auf Instagram und Facebook.

Nun ist Ernie schon etwas betagter, die Spaziergänge fallen nicht mehr ganz so leicht. Ab und zu zwickt es hier dort, die Gelenke sind manchmal etwas steif und die Bewegungsabläufe sind vielleicht nicht mehr ganz so rund. Ernie liebt aber die Bewegung und hat einen großen Wissensdurst.

Da liegt es nahe, dass Ernie dem Drängen seiner Katzeneltern Dagmar und Torsten Nürnberger nachgibt und sich bei der Rheuma-Liga Bremen e.V. über rheumatische Erkrankungen informiert.

Begrüßt wurde Kater Ernie zunächst mit einer kleinen Auswahl gesunder Leckereien. Eine ausgewogene und gesunde Ernährung ist gerade bei rheumatischen Beschwerden sehr wichtig. In der Broschüre „Die richtige Ernährung bei Rheuma“ wird dieses Thema aufgegriffen.

Im weiteren Verlauf des Besuchs tauschte sich Ernie mit den erfahrenen Beraterinnen der Bremer Rheuma-Liga über rheumatische Erkrankungen aus und konnte sich so einen Eindruck verschaffen, was es bedeutet, mit einer chronischen Erkrankung und Schmerzen zu leben. Im Gespräch wurde Ernie schnell bewusst, wie wichtig Bewegung bei rheumatischen Erkrankungen ist.

Ernie war beeindruckt von den vielfältigen Möglichkeiten, die die Rheuma-Liga auch neben dem für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen so wichtigen Funktionstraining bietet. Auch ist ihm bewusst geworden, dass nicht nur Wassergymnastik sondern auch Trockengymnastik die rheumatischen Beschwerden lindert. Gerade in Pandemiezeiten bei knapper Wasserfläche ist die Trockengymnastik eine mehr als gute Alternative




Ernie fühlte sich offensichtlich wohl.



zur Wassergymnastik. Im Vordergrund steht die Bewegung und in der Trockengymnastik gibt es ein großes Angebot und das Beste, die Rheuma-Liga Bremen hat hier noch freie Plätze.

Neben der persönlichen Beratung hat Ernie einige Broschüren der Rheuma-Liga und Faltblätter mit Bewegungsübungen erhalten, um die neu gewonnenen Erkenntnisse später zuhause vertiefen zu können.

Bei so viel professioneller Hilfe hat Ernie sich entschlossen, Mitglied der Rheuma-Liga Bremen e.V. zu werden. Einen grünen Schal, Erkennungszeichen der Rheuma-Liga und den Mitgliedsausweis nennt Ernie nun sein Eigentum und ist, wie er selbst sagt, Mitglied in der „besten Liga der Welt“ – der Rheuma-Liga.   
Silke Burchardt, Geschäftsführerin



Die Mitglieder bei der Abstimmung

## MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2022

# Wieder im Rhythmus

Die Corona-Pandemie hat Abläufe im Vereinsleben ganz schön durcheinandergebracht. Nun mag in der Abwechslung die Würze alles Schönen stecken. Gleichwohl sind Routinen und Stetigkeit, sprich Gewohnheiten, die Gewährleistungen zur Abwicklung geregelter Abläufe. Wir reden von der jährlichen Mitgliederversammlung. Aus gutem Grund fand sie in der Vergangenheit immer im Mai statt. Der Geschäftsbericht für das vergangene Rechnungsjahr lag vor, Wahlen mussten abgewickelt werden und die Vereinsarbeit im zurückliegenden Jahr lag noch nicht allzu weit zurück, um darüber berichten zu können.

Nach dem CoVid-19 uns in die Arbeit hineinregierte, war's vorbei mit der Routine. Die Mitgliederversammlung 2020 fiel ganz aus und die für 2021 fand erst zum Ende des Jahres statt. Das war mehr als unglücklich. Deshalb war sich der Vorstand mit der Geschäftsführung des Vereins einig in der Frage, ob und wann die Jahresmitgliederversammlung 2022 stattfinden soll. Nämlich wieder im Mai.

Lediglich der Austragungsort wurde mit dem Konsul-Hackfeld-Haus in Bremen unter Corona-Schutz-Gesichtspunkten ausgewählt. Dort sitzt man einfach großzügiger

und das Hygienekonzept stimmt. Lediglich die Teilnehmer:innenzahl fiel ein wenig zurückhaltend aus. Aber was sollte in dem halben Jahr seit der letzten Versammlung auch schon groß passiert sein!? Das Ergebnis kann man gut hier in diesem Artikel und im Sitzungsprotokoll nachlesen. Im nächsten Jahr, also 2023, ist die Infektionsgefahr (hoffentlich) weiter gebannt, die Gefährdung noch mehr reduziert und es stehen wieder Vorstandswahlen an und das ist immer spannend.

Gleichwohl fand die Mitgliederversammlung am 12.05.2022 in entspannter Atmosphäre interessierte Zuhörer:innen, als der Vorsitzende, Bernd Haar, davon berichtete, dass die Mitgliederentwicklung weiterhin einen ungünstigen Verlauf nahm. Immerhin hat der Verein im laufenden Jahr noch gut 6.000 Mitglieder, die so langsam ein immer umfangreicheres Kursprogramm vorfinden. Rückläufig ist auch die Zahl der Therapeut:innen. Zwangsläufig musste sich der oder die Andere nach einer neuen Beschäftigung umsehen, als coronabedingt nichts mehr ging.

Viele Kosten liefen aber weiter, so der Vorsitzende, ohne dass die sonst üblichen Einnahmen in gleicher Weise in die Ver-

einskasse sprudelten. Allerdings, wusste die Schatzmeisterin Christa Clausnitzer vorzutragen, konnte die Bremer Rheuma-Liga von den staatlichen Corona-Finanzspritzen profitieren, so dass nicht schon in diesem Jahr der Verein in die Nähe der Zahlungsunfähigkeit rutschte. Auch kam die Rheuma-Liga Bremen in den Genuss von Fördergeldern der Krankenkassen, der Rentenversicherung und anderen Institutionen, so dass gewisse und wichtige Projekte darüber mitfinanziert werden konnten.

Sicherheit in Pandemiezeiten war und ist für den Verein das A und O. So wurde weiterhin in der Geschäftsstelle darauf geachtet, dass Maske und Abstand selbstverständlich bleiben und auch sonst alles unternommen wurde, um das Infektionsrisiko möglichst auszuschalten. Das hat allerdings Diebe nicht davon abgehalten, Anfang des Jahres in die Geschäftsstelle einzubrechen und sich in den Räumen umzuschauen. Dabei ging schon einiges an Büromöbel kaputt. Die Eingangstür traf es am allerschlimmsten. Weil der Verein gut versichert ist, schilderte der Vorsitzende, werden aber die Instandsetzungskosten von der Versicherung übernommen. Zusätzlich wird die Gelegenheit genutzt, eine neue Eingangstür mit einer motorischen Öffnung zu versehen. Ein weiteres Mosaiksteinchen zum barrierefreien Zugang.

Finanziell sieht es im Rechnungsbericht für 2021 nicht so gut aus. Das Jahresergebnis schließt mit einem Minus von fast 90.000 EUR. Allerdings hegte die Schatzmeisterin die Hoffnung, dieses Resultat in 2022 abmildern zu können. Es wird allerdings nicht ausbleiben können, für die Zukunft über eine Anpassung des Mitgliedsbeitrags nachzudenken und zu diskutieren. Auch werden die Partner des Vereins, die Krankenkassen und die Rentenversicherung, bei den nächsten Vergütungsverhandlungen die ungünstige Entwicklung in ihre Angebotsbereitschaft einbeziehen müssen, wenn sie weiterhin die Rheuma-Liga Bremen als ihren Dienstleister in ihre zukünftigen Versorgungsplanungen einbeziehen wollen.

Damit alles mit den Mitgliedsbeiträgen und anderen Geldern im Verein mit rechten Dingen zugeht, achten Rechnungsprü- →

→ fer, die aus der Mitgliedschaft für zwei Jahre gewählt werden, darauf. Hans-Dieter Harries, schied in 2022 aus diesem Ehrenamt aus und wurde durch den einstimmig gewählten Uwe Nielsen ersetzt. Harries stellte in seinem Prüfbericht fest, dass die Kassen- und Buchführungsgeschäfte ordentlich abgewickelt wurden und es zu keinen Beanstandungen Anlass gab. Die nachfolgende Aussprache zur Vorstandsarbeit, dem Bericht der Schatzmeisterin und dem Prüfbericht ergab einige Wortmeldungen

der Mitglieder, einschließlich Lob über die geleistete Arbeit. Anschließend wurde dem Vorstand Entlastung erteilt.

Zum Abschluss der Veranstaltung verwies der Vorsitzende auf einen Samtpfotenbesuch in der Geschäftsstelle. Kater Ernie wurde von den Mitarbeiterinnen empfangen und diese erzählten dem Schnurrer und seinen Besitzern alles über Rheumatische Erkrankungen und das Wirken der Rheuma-Liga Bremen. Die sich daraus ergebenden Beiträge sind auf Instagram und der Home-

page der Bremer Rheuma-Liga zu finden und demnächst auf Facebook. Gut informiert und um die Vereinsaktualitäten reicher verabschiedeten sich die Gäste der Jahresmitgliederversammlung. Im nächsten Jahr ist, siehe Anfang dieses Berichtes, wieder der Mai der Veranstaltungsmonat. Wir sind wieder im Rhythmus! ←

Bernd Haar, Pressesprecher

## WOCHENENDSEMINAR IN BAD BEDERKESA

# „Endlich wieder ins Wasser!“

Am Samstag, den 14. Mai 2022 trafen sich am Vormittag die TeilnehmerInnen des Wochenendseminars im Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa. Alle wiesen einen negativen Coronatest, aus einen der Testzentren, vor. Die Sicherheit stand an erster Stelle! Die sehr sympathisch zusammengesetzte Gruppe führte die ersten intensiven Gespräche bereits beim schmackhaften Mittagessen, welches alle TeilnehmerInnen für den Aufenthalt in der Moor-Therme stärkte. Um 14.30 Uhr startete der Therapeut Rainer Vetter, langjähriger und erfahrener Kursleiter der Rheuma-Liga Bremen, das Aquafitness-Programm und forderte uns körperlich mit Altbewährtem und vielem Neuen. Die 60 Minuten vergingen wie im Fluge und wir hatten viel Spaß bei unseren Übungen. Viele TeilnehmerInnen haben Übungen im Wasser sehr vermisst! Das war deutlich zu merken. Anschließend hatten wir noch genügend Zeit um die Sole-Therme zu genießen.

Die Sonne strahlte mit uns freundlich um die Wette - was für ein schöner Tag! Nach dem Abendessen setzte die ganze Gruppe die guten Gespräche in einem gemütlichen Raum fort. Wir tauschten uns

über unsere Erkrankungen aus. Viele Tipps und Tricks wurden weitergegeben. Schön, sich mit anderen Erkrankten auf Augenhöhe zu unterhalten - das tut sehr gut!

Nach einer erholsamen Nacht trafen wir uns am sonnigen Sonntag alle gutgelaunt zu einem gemeinsamen Frühstück. Gut gestärkt führte jeder einen Coronatest vor Ort durch - gottlob waren alle negativ. Einige Teilnehmer haben diesen Test bei sich sel-

ber noch nicht selbst durchgeführt und der Spaß kam deshalb bei diesem trockenen Procedere wieder nicht zu kurz.

Um 10 Uhr begannen wir mit unserem Fitnessprogramm. „90 Minuten Bewegungen im Alltag“, wiederum mit dem lieben Therapeuten Rainer Vette. Einige Übungen hatten wir am Tag zuvor bereits im Wasser gemacht. Wir merkten schnell, dass das ein großer Unterschied ist, ob diese im Wasser oder an →

**JETZT ANMELDEN!**  
Ganzjähriger  
**Nordic-Walking-Kurs**  
im Knoop's Park. Wann: immer  
Dienstags von 16.00-17.00 Uhr  
Wo: Treffpunkt Parkplatz Kränholm,  
Bremen-St.Magnus  
Kosten: EUR 30,-/Halbjahr  
für Mitglieder



Fröhliche Gruppe vor der Moortherme

→ Land durchgeführt werden. Einerseits ist die Trockengymnastik etwas schwerer, Übungen können jedoch gezielter ausgeführt werden und wirkt daher intensiver.

Nach den tollen Übungen vertrieben wir uns mit netten Gesprächen und einem Kaffchen die Zeit bis zum Mittagessen. Danach löste sich die sympathische Gruppe langsam auf. Wir waren uns alle einig, das war ein wunderschönes Wochenende, welches Körper und Seele wunderbar gut tat! Die Sonne schien die ganze Zeit, die Unterkunft stimmt, das Essen war lecker, das Bewegungsprogramm und die Gespräche taten so gut und die Gruppe war Spitze. Es wäre schön gewesen, wenn wir noch einen Tag länger zusammen gehabt hätten. ←

Marianne Korinth, Reisebegleiterin und stellv. Vorsitzende des Vorstandes



Marianne Korinth und Rainer Vette

## ZEIT SICH AUSZUTAUSCHEN!

### Gesprächskreise

#### Stammtisch der jungen Rheumatiker:

Den nächsten Termin bitte anfragen über Junge-Rheumatiker-Bremen@gmx.de, Ansprechpartner/in: Karen Baltruschat (Landesjugendsprecherin); Gordon Wolter (stellv. Landesjugendsprecher) Anfragen jederzeit möglich

#### Telefonische Beratung:

„Seltene rheumatische Erkrankungen“ Ansprechpartnerin Frau 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 Frau Ursula Hüls, Tel. 21 79 55

#### Gesprächskreis „Fibro“:

Jeden 3. Dienstag im Monat ab 15.30 Uhr im Café K, Rotes Kreuz Krankenhaus Ansprechpartnerin Frau Marlies Behning, Tel. 56 69 995

#### Gesprächskreis für jüngere Rheumatiker (30-50 Jahre):

Jeden 1. Mittwoch im Monat ab 18.00 Uhr im Netzwerk Selbsthilfe, Faulenstr. 31, Raum 3 Ansprechpartnerin Marianne Korinth, Tel. 55 76 588



MARLIES BEHNING



URSULA HÜLS



MARIANNE KORINTH



BARBARA PUNKENBURG



MARION RIEDEL

Fragen Sie zuerst telefonisch die jeweilige Ansprechpartnerin, ob der Gesprächskreis während der Pandemie stattfindet.

#### Telefonische Beratung

##### „Rheumatoide Arthritis“:

Jeden 2. Montag im Monat ab 17.15 Uhr Ansprechpartnerin Frau Barbara Punkenburg, Tel. 0160 8076299

#### Ansprechpartnerin für Eltern rheumakranker Kinder

(Familienseminar): Ansprechpartnerin Frau Babette Wegehaupt, Tel. 38 07 316

## 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 12.30 Uhr

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

Ab sofort sind wir auch in den Pflegestützpunkten wieder für Sie da!

## 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 Haedecke

**Auflage:** 5.400