

Liebes Mitglied, liebe Leserin, lieber Leser,

vor einem Jahr haben Sie an gleicher Stelle meine Weihnachtsgrüße studiert, die mit „(noch) Vorsitzender“ gezeichnet waren. Der Grund lag darin, dass die normalerweise im Mai stattfindende Jahresmitgliederversammlung unnormalerweise auf den Spätherbst gelegt werden musste. Natürlich, so muss man heutzutage schon sagen, wegen Corona. Da sich aber aktuelle Termine und Redaktionsschluss zeitlich nie in Einklang bringen lassen, sind manche Berichte zu einem Thema in Ihren Augen veraltet oder die Rechtmäßigkeit als Vereinsvertreter:in aufzutreten zum Zeitpunkt der Zustellung der „mobil“ möglicherweise überholt.

Nun haben Sie, liebes Mitglied, dem Vorstand und damit auch mir Ihr Vertrauen ausgesprochen, so dass wir Ihre Interessen bis 2023 weiterhin vertreten dürfen. Dafür unseren und meinen herzlichen Dank. Die Mitgliederversammlung 2023 wird dann ganz normal wieder für Mai geplant. Wenn das Wörtchen „wenn“ nicht wäre. Leider habe ich die berühmte Glaskugel, in die man hinein-

sehen kann, immer noch nicht gefunden. Natürlich kann die Situation im Mai 2023 so sein, dass eine Mitgliederversammlung nicht stattfinden kann. Aber lassen wir mal alle Wenn und Abers beiseite und merken uns den Mai vor. Dann wäre nämlich auch der Vorstand wieder zu wählen. Und ich fände es gut, wenn das dann normal über die Bühne gehen würde.

Leider hat sich in die Unnormalität der Corona-Pandemie, was den Einfluss auf unsere Lebensabläufe anbetrifft, auch die sich aus dem Krieg in der Ukraine ergebenden Konsequenzen entwickelt. Plötzlich entdecken wir bei uns Ängste, die wir in der sehr langen Friedensperiode seit dem Zweiten Weltkrieg gar nicht oder kaum kannten. Ich bin in dieser Friedenszeit aufgewachsen, hab den Schrecken des Krieges nur im Fernsehen und der Zeitung registriert und bin sehr dankbar dafür, nicht betroffen gewesen zu sein. Nun findet eine unnötige, barbarische und rücksichtslose Auseinandersetzung quasi vor unserer Haustür statt. Das ist für mich kein Stück normal. →



*„Unnormal“
ist das
neue Normal*

Bernd Haar

→ Fortsetzung von Seite 1

Sowohl bei Ihnen, liebe Leser:innen, als auch für die Bremer Rheuma-Liga bedeuten die Situation in der Ukraine eine Neu- und Umorganisation unseres Alltags in den nächsten Monaten. Wir müssen uns sprichwörtlich „warm anziehen“. Klimakrise, Energieverknappung, kalter Winter, Blackouts; Schlagworte, die in Summe gesehen uns vor ganz neue Herausforderungen stellen. Der Blick in den Geldbeutel wird zu einer häufigen Aktion. Die Reserven, die wir uns coronabedingt angespart und nicht alles auf Mallorca ausgegeben haben, werden rapide schwinden. Die Unterstützung, die uns der Staat geben will, ist so unklar und typisch deutsch kompliziert, dass es uns an Planungssicherheit für unsere Familien und Haushalte fehlt. Wir werden viel von unserem Komfort, den wir bisher hatten, verlieren und wenn es das warme Wasser in den Hallenbädern bei der Wassergymnastik ist.

Ich könnte jetzt weiter in dunklen Farben malen und Sie würden mir sicher beipflichten, dass so langsam das Unnormale zum Normalen wird. Aber auf Schatten folgt Licht. Das ist meine feste Überzeugung. Und deshalb ermuntere ich Sie, nach dem Positiven zu suchen und es ganz sicher auch zu finden. Lassen Sie uns ein neues Normal entdecken. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein friedliches und gesundes Weihnachtsfest und einen Jahreswechsel, der uns Allen eine sichere Zukunft bietet. Ich bedanke mich bei Allen (Institutionen und Personen), die uns in 2022 unterstützt, gespendet und geholfen haben.

Ihnen alles Gute. Auf ein gutes 2023.

IHR BERND HAAR, Vorsitzender



Collage in der Geschäftsstelle

Die Allroundtalente der Rheuma-Liga Bremen

Als Ansprechpartnerin für die Therapeutinnen und Therapeuten der Rheuma-Liga Bremen habe ich täglich Kontakt zu unseren Kursleiterinnen und Kursleitern. Sowohl persönlich, telefonisch, per Social Media und auch per Mail klären wir gemeinsam leichte Anliegen und manchmal auch schwerwiegende Probleme. Egal, um was es geht, die freundliche und oft auch lustige Art aller Therapeutinnen und Therapeuten sorgt dafür, dass auf angenehme Weise immer eine Lösung gefunden wird.

Unsere Therapeutinnen und Therapeuten sind für uns und unsere Mitglieder essentiell wichtig. Nicht nur für das Anleiten der Übungen am Beckenrand oder im Gymnastikraum, sondern oft auch als sozialer und seelischer Beistand,

Ratgeber:in und Animator:in für die Teilnehmer:innen. Die Gruppen sind bunt zusammengestellt; verschiedene Charaktere, Krankheitsbilder, Kulturen und Altersstufen treffen hier zusammen. Die Therapeutinnen und Therapeuten haben meist eine unglaubliche Geduld und ein sehr gutes Einfühlungsvermögen, so dass sich die Mitglieder rundum gut aufgehoben fühlen – körperlich UND seelisch. Sie sind quasi richtige Allroundtalente!

Nicht nur der Umgang mit den Mitgliedern gehört zur täglichen Arbeit. Die Therapeutinnen und Therapeuten sind sozusagen der Puffer zwischen Mitgliedern, Geschäftsstelle der Rheuma-Liga und den Veranstaltungsorten. Bevor Probleme an mich herangetragen werden, sind im Vorfeld oftmals schon Schwie-

rigkeiten aus dem Wege geräumt und Lösungsideen überlegt worden.

Besonders beachtlich finde ich den Einsatz vieler Therapeutinnen und Therapeuten ÜBER deren eigentliche Arbeit hinaus. Sie suchen sich selbst eine Vertretung, kommunizieren mit ihren Gruppen per Mail, Telefon oder mittels der sozialen Medien im Falle von Gruppenausfällen oder setzen sich vor Ort für die Belange ihrer Gruppe am Veranstaltungsort ein.

Genauso viel Hochachtung habe ich für die Therapeutinnen und Therapeuten, die neben ihrer Tätigkeit in der

Praxis (oft Vollzeit) noch Zeit für die Honorartätigkeit bei der Rheuma-Liga finden und einige Gruppen nach Feierabend leiten.

Unsere Mitglieder fragen oftmals hier in der Geschäftsstelle nach den privaten Telefonnummern der jeweiligen Kursleitung. Diese geben wir jedoch nie heraus. Es obliegt den Kursleitungen selbst, ihre Nummer den Mitgliedern bekannt zu geben. Das sollte jedoch gut überlegt werden, denn oftmals kann es nämlich zu Anrufen in den späten Abendstunden oder am Wochenende kommen, wenn sich die Mitglieder – nur

mal kurz – für die nächste Stunde entschuldigen möchten.

Liebe Therapeutinnen und Therapeuten, ich danke Ihnen für dieses schöne Jahr und wünsche Ihnen – auch im Namen des gesamten Teams – eine gemütliche und ruhige Vorweihnachtszeit, frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Ich freue mich auf ein lustiges und abwechslungsreiches Jahr mit Ihnen! ←

Nicole Haedecke, Mitarbeiterin der Geschäftsstelle



Gesellige Runde bei einem Wochenendseminar

Wochenendseminare 2023

Die Rheuma-Liga Bremen bietet auch 2023 wieder zwei beliebte Wochenendseminare an. Genießen Sie zwei schöne Tage in einer angenehmen Umgebung, mit entspannten Gleichgesinnten, viel Bewegung und gutem Essen. Der rege Austausch unter den Teilnehmer:innen, besonders am Samstagabend, wird sehr geschätzt. Die ebenfalls an Rheuma erkrankte Reisebegleitung Marianne Korinth ist auch als ehrenamtliche Gesprächskreisleiterin für die Rheuma-Liga Bremen tätig und gibt gerne Tipps und Denkanstöße, die die Teilnehmer:innen in der

Vergangenheit oft als hilfreich im Alltag empfanden. Das Gefühl „Ich bin nicht allein – anderen geht es auch so wie mir!“ ist für die Seele nicht unwichtig. Haben Sie Interesse dabei zu sein? Melden Sie sich schnell an unter: info@rheuma-liga-bremen.de oder **0421/16895200**. Die Plätze sind sehr begehrt!

03. UND 04. JUNI 2023

Wochenende in Bredbeck

Ort: Bildungsstätte Bredbeck in Osterholz-Scharmbeck

Programm: Meditationslehrerin Sandra Lund führt in Theorie und Praxis in das Thema Meditation ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

11. UND 12. NOVEMBER 2023

Wochenende in Bad Bederkesa

Ort: Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa
Programm: Hier läuft die Planung noch auf Hochtouren. In jedem Fall wird ein Besuch in der Moortherme (inkl. Aquafitness) auf dem Programm stehen.

ZEIT SICH AUSZUTAUŠCHEN!

Gesprächskreise und telefonische Beratung

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 Breite Straße 12d, Bremen-Vegesack:
jeden 1. und 4. Freitag im Monat von 09.00 bis 12.30 Uhr

Im Pflegestützpunkt Einkaufszentrum Berliner Freiheit 3, Bremen Vahr findet ab 01.01.2023 durch die Rheuma-Liga Bremen keine Beratung mehr statt.



Die Geschäftsstelle ist barrierefrei!

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