



Das Aktivprogramm lud zum Mitmachen ein.

BEWÄHRTES UND NEUES

Rheuma-Info-Tag 2024

Am 17.04.2024 fand die größte Veranstaltung der Rheuma-Liga Bremen im Tagungszentrum des Rotes Kreuz Krankenhauses statt: der Rheuma-Info-Tag!

Diese Veranstaltung war ein voller Erfolg, circa 150 Besucher fanden sich ein. Pünktlich um 17.00 Uhr begann die Vorstandsvorsitzende Marianne Korinth mit der Begrüßung.

Frau Korinth stellte sich, den Vorstand und die gesamte Geschäftsstelle namentlich und mit Bild vor. Dies war ihr ein wichtiges Anliegen. Eine Vorstandsvorsitzende kann nur gut arbeiten, wenn

die Zusammenarbeit zwischen Vorstand und Geschäftsstelle gut läuft. Und das tut es!

Informative Vorträge

Ein von Claudia Bernhard, Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz, übersandtes Grußwort las Marianne Korinth dem Publikum vor. Leider konnte die Senatorin nicht persönlich kommen; der nette Gruß entschädigte jedoch voll und ganz.

Die Vorstandsvorsitzende gab das Wort an Prof. Dr. med. Jens Gert Kuipers weiter. Dieser hatte sich in diesem Jahr das Thema „Die Klassiker der Rheumathe-



Die Vortragenden freuten sich über die vielen Zuhörer.

rapie: Bewährtes und Neues“ ausgesucht. Professor Kuipers, Chefarzt der Klinik für internistische Rheumatologie im Rotes Kreuz Krankenhaus, informierte die Zuhörer über die gängigen Rheumaerkrank- ➔

Fortsetzung von Seite 1

→ kungen und ihre Medikation. Alle klebten an seinen Lippen - Professor Kuipers kann wirklich so anschaulich erklären, dass man ihm gerne zuhört. Abschließend stellte er seine neue Kollegin aus der Schmerzambulanz vor: Frau Dr. Imke Starp.

Danach stellte Marianne Korinth Frau Dr. Claudia Müller und Frau Dr. Susanne Dörffel vor. Beide sind Fachärztinnen für Innere Medizin und Naturheilkunde der Klinik für Naturheilverfahren am St. Joseph-Stift. Dr. Claudia Müller hielt im Namen beider einen Vortrag über „Naturheilkunde in der Rheumatologie – Möglichkeiten der begleitenden Behandlung“. Sie stellte uns die fünf Säulen der Naturheilmittel vor. Dazu gehören die Kräuterheilkunde, die Ordnungstherapie, die Hydro- und Thermo-therapie, die Ernährungstherapie und zu guter Letzt die Bewegungstherapie. Hier hat die Rheuma-Liga Bremen ja einiges anzubieten. Frau Dr. Müller hatte sicherlich viele offene Fragen der Zuschauer mit ihrem interessanten Vortrag beantwortet.

Anschließend berichtete Marianne Korinth über die aktuellen Zahlen der Mitglieder, Therapeuten und vieles mehr. Die Rheuma Liga hat über 6000 Mitglieder, 48 Therapeut:innen, mit derzeit 350 laufenden Kursen. Also kein kleiner Verein! Sie stellte auch andere Angebote des Ver-



Sängerinnen des Chors

eins vor. Sie betonte, dass der Spaß und die Freude beim Sport bzw. Funktionstraining an erster Stelle stehen müsse. Die Bewegung ist das Eine, aber wenn man nicht gerne hingehet, ... verbleibt es auch. Man muss vom Sofa hochkommen. Mit diesem Appell schickte Marianne Korinth die Zuhörer in die Pause.

Bewegtes Aktivprogramm

Nach der Pause, in der sich die Besucher an den drei Infoständen (Rheuma-Liga Bremen, Osteoporose-Selbsthilfe-



Sabine Höge zeigt wo es lang geht

gruppe, Klinik für Naturheilverfahren) tummelten und sich mit Brezeln und Getränken stärken, stellte die Rheuma-Liga ihr Aktivprogramm vor.

Den Anfang machte Sabine Höge mit ihrer Tanzgruppe. Herrlich!! Man wippte mit den Füßen und hatte gleich Lust, mit loslegen zu können. Die Tänze sahen richtig professionell aus und die Musik war mitreißend.

Daran anschließend konnten die Besucher den – bei vielen bereits gut bekannten – Chören der Rheuma-Liga „Chorado“ und „Die Nordlichter“ lauschen. Die Chöre proben erst seit April 2024 mit ihrem neuen Chorleiter Victor Ströver und man kann sich vorstellen, dass ein Wechsel nicht immer ohne Probleme abläuft. Deshalb überraschte die



Gut besuchte Infostände

150 Besucher erfreuten die Organisator:innen



tolle Leistung der Chöre alle positiv. Von Aufregung, Unsicherheiten oder Zweifeln, falls diese im Vorfeld vorhanden waren, war nichts zu merken! Die vier präsentierten Lieder klangen wunderbar und der Applaus des Publikums sprach für sich. Dass das Publikum ausdrücklich zum Mitsingen des Liedes „Abendlied“ aufgefordert worden ist, machte Freude!

Zufriedene Zuhörer:innen

Last but not least stellte Nadine Vogel ihre Ergotherapie-Gruppe vor. Hier hatte das Publikum schließlich wortwörtlich alle Hände voll zu tun! Fingerübungen mit leichten Gedächtnistrainingseinheiten sowie Schulter- und Armübungen gaben allen das Gefühl, was Richtiges getan zu haben.

Die Vorstandsvorsitzende bedankte sich bei allen am Rheuma-Info-Tag Beteiligten und den Besuchern und verabschiedete sie. Diese wirkten zufrieden und gut informiert, so dass sie – mit Spannung auf eine Fortsetzung – nach Hause gingen. ←

Marianne Korinth, Vorstandsvorsitzende der Rheuma-Liga Bremen e.V.

Die Rheuma-Liga bedankt sich für die Spenden von fast EUR 130,00!



Die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

SCHRIFTLICHES GRUSSWORT VON FRAU SENATORIN CLAUDIA BERNHARD ZUM RHEUMA-LIGA INFOTAG AM 17. APRIL 2024

Liebe Teilnehmende des Rheuma-Info-Tages,

sehr gerne wäre ich der Einladung der Rheuma-Liga Bremen zum heutigen Info-Tag gefolgt.

Daher freue mich umso mehr, dass ich trotz Abwesenheit ein paar Worte an Sie richten kann.

Informationstage wie dieser sind enorm wichtig, denn der Umgang mit einer Erkrankung bringt für Betroffene und Angehörige neben den direkten Beschwerden, immer Ängste und Fragen mit sich. Angebote zur Selbsthilfe, wie sie die Rheuma-Liga seit Jahrzehnten anbietet, sind wertvolle Möglichkeiten zum Austausch und können Klarheit und Sicherheit geben.

Fast jeder von uns kennt eine Person in seinem Umfeld, die unter rheumatischen Beschwerden leidet. Rheuma hat viele Facetten und Erscheinungsformen und es berührt die gesamte Lebensführung.

Wie meistere ich den Alltag damit?

Warum ist Bewegung unerlässlich und wie ernähre ich mich mit Rheuma?

Die Selbsthilfe nimmt auch deswegen eine immer wichtigere Rolle ein, weil wir auch hier, wie leider in fast allen medizinischen Bereichen, mit einem zunehmenden Mangel an Fachkräften zu kämpfen haben.

Natürlich kann die Selbsthilfe die ärztliche Behandlung nicht ersetzen, aber sie kann wichtige Orientierung geben, erste Ungewissheiten nehmen und das ist gerade für Menschen mit einer erst jüngst erhaltenden Rheuma-Diagnose, eine Unterstützung, die nicht hoch genug geschätzt werden kann.

Ich möchte deswegen auch an dieser Stelle der Rheuma-Liga Bremen meinen herzlichen Dank aussprechen für ihr Engagement!

Wir stehen vor anspruchsvollen Aufgaben in der Zukunft, keine Frage. Den Mangel an Rheumatolog:innen und anderen Fachkräften erwähnte ich bereits. Daher ist es umso wertvoller, dass wir als senatorische Behörde in einem guten Austausch mit der Rheuma-Liga Bremen stehen und ein offenes Ohr füreinander haben.

Ich möchte noch einen Punkt kurz ansprechen, der mir sehr wichtig ist und das sind die geschlechtsspezifischen Ausprägungen von Erkrankungen, die stärker in den Blick genommen werden müssen. Frauen erleiden und erleben Rheuma anders als Männer und wie in vielen Bereichen der Medizin hat auch die Rheumatologie hier noch Nachholbedarf, wenn es darum geht, die unterschiedlichen Erscheinungsformen besser in Diagnostik und Therapie zu übertragen.

Jetzt bleibt mir noch, Ihnen viele gute Gespräche und Anregungen aus dem heutigen Rheuma-Info-Tag mitzunehmen. Ich wünsche Ihnen allen einen informativen Tag!

Herzliche Grüße

CLAUDIA BERNHARD

Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

VORSTELLUNG VON VICTOR STRÖVER

Neuer Chorleiter für „Chorado“ und „Die Nordlichter“



Auch Victor Ströver steht der grüne Rheuma-Liga-Schal gut

Seit Anfang Februar 2024 proben die Chöre der Rheuma-Liga „Chorado“ und „Die Nordlichter“, die seit 2015 bestehen, unter der neuen Leitung von Victor Ströver!

Victor Ströver ist 67 Jahre jung und selbst jahrelanges Mitglied im Chor Skybirds in Rablinghausen. Seine Ausbildung zum Chorleiter hat er bei Hans-Werner Kniese absolviert. Für ihn steht die Freude am Singen absolut im Vordergrund! Neben der Musik engagiert sich Victor Ströver bei der Hilfe für obdachlose Menschen in Bremen.

„Singen macht glücklich und ist gesund. Die positiven Auswirkungen des Singens auf die Gesundheit sind wissenschaftlich erwiesen. Bei uns kann jeder mitmachen, niemand muss vorsingen. Die Freude am gemeinsamen Singen wird bei uns groß geschrieben. Besondere Vorkenntnisse sind in unseren Chören nicht vonnöten und Leistungsdruck und Konkurrenzdenken ein Fremdwort!“ Diese wichtige Botschaft von Victor Ströver entspricht genau unseren Vorstellungen, weshalb wir uns auf eine gemeinsame Zusammenarbeit umso mehr freuen!

Der Chorleiter und die Sänger:innen proben an folgenden Standorten

- Bremen-Walle („Chorado“) immer montags von 17.00-18.30 Uhr in den Räumlichkeiten Begegnungsstätte DRK Haferkamp, Haferkamp 8, Bremen-Walle
- Bremen-Vegesack („Die Nordlichter“) immer mittwochs von 18.00-19.30 Uhr in den Räumlichkeiten Evangelisch-methodistische Kirche, Georg-Gleistein-Str. 1, Bremen-Vegesack.

Wenn Sie Interesse haben und ebenfalls in netter Gemeinschaft singen möchten, bereit sind regelmäßig an den wöchentlichen Proben und dann und wann an Auftritten teilzunehmen, schnuppern Sie doch mal rein! Die Teilnahme am Chor ist kostenlos für unsere Mitglieder! ←

RUFEN SIE UNS AN

unter **0421/16895200** oder schicken Sie eine Mail an **info@rheuma-liga-bremen.de**.

Wir beantworten gerne Ihre offenen Fragen!

ÖFFNUNGSZEITEN

- **Geschäftsstelle:**
Montag, Dienstag und Mittwoch von 09.00 bis 12.00 Uhr,
Donnerstag von 14.00 bis 18.00 Uhr
- **Pflegestützpunkt Breite Straße 12d Bremen-Vegesack:**
jeden 1. und 4. Freitag im Monat von 09.00 bis 12.30 Uhr



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

Redaktion: Nicole Haedecke

Auflage: 5.200