Bayern-Info

Nr. 90
Dezember 2021

DVMB

**Mitteilungsblatt des Landesverbands Bayern e.V.
der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew**

Liebe Mitglieder,

was für ein anstrengendes Jahr!
Corona hat vieles auf den Kopf gestellt. Gemeinsam haben wir so manche Herausforderung mit Improvitationstalent und zupackender Art gemeistert und das Beste aus der Situation herausgeholt.
Kliniken und Bäder zu, Therapie unter erschwerten Bedingungen, keine geselligen Treffen, keine Schulungen.
Nun ist es an der Zeit in der wir Innehalten und sollten uns auf das Wesentliche besinnen.

Ein Gedicht für jeden Tag -
Worte, die ein jeder mag -
Lieder die wir alle singen -
Gedanken, die uns Freude bringen -
Wärme, die sich alle hoffen -
die Zukunft froh und jedem offen.

Mit diesem Weihnachtsgruß bedanken wir uns herzlich für Ihr Vertrauen.
Wir wünschen Ihnen erholsame Feststage und ein hoffentlich gesundes und wieder „normales“ Jahr.

Ihre Vorstandschaft

Bei schönstem Wetter im Steigerwald

Bericht: Rudi Reinhart, Gruppe Schweinfurt

Nach dem das geplante Patientenseminar im Jahr 2020 wegen Corona leider ausfallen musste, konnten die Teilnehmer*innen in diesem Jahr endlich bei schönstem Wetter die Angebote und die Landschaft genießen. Nicht ganz einfach war die Organisation, da die Angebote an verschieden Orten stattfinden mussten. Aber Bechterewler sind da unkompliziert und haben es gemeinsam gut gemeistert.

Am 23. September begann das Patientenseminar in der Unterkunft – im Gasthaus „Zur Traube“ in Breitbach bei Kaffee und Kuchen. So konnten sich die Teilnehmer*innen schon einmal kennenlernen bzw. einige kannten sich schon – Neuigkeiten austauschen. Aufgrund des schönen Wetters konnten die Teilnehmer*innen bei einem Spaziergang durch die Weinberge schon einmal aus ihrem Alltag heraustreten und die Landschaft auf sich wirken lassen. Viel Platz nahm am ersten Tag der Austausch ein.

Am Freitag in der Frühe ging die Fahrt zur Klinik im Steigerwald, an der sie von Fr. Hofstetter sehr freundlich empfangen wurden. Nach einem Vortrag von Oberarzt Dr. Hendriksen über die Art und Weise, wie sie an den Patienten herantreten bzw. wie das Konzept ihrer Arbeit ausschaut. Nach einem kostenlosen individuellen Beratungsgespräch erfahren die Interessenten, wie eine Behandlung aussehen könnte.

Da es eine Privatklinik iGong ein st, muss vor allem die Finanzierung geklärt werden.

Der Leiter der Körpertherapie Herr Hansen führte dann in Technik und die Hintergründe von Qi Gong ein und führte es dann auch mit den Teilnhmer*innen durch. Zum Mittagessen ging es dann auf die Stollburg in Handthal mit ihrem wundervollen Ausblick und noch besserem Essen. Rudi Reinhart und eine paar Hartgesottene machen sich dann zu Fuß auf den Weg zurück zur Steigerwaldklinik hat leider länger gedauert als gedacht mit ein paar Umwegen kamen sie dann etwas verspätet in der Klinik an. Am Nachmittag stand Akupressur auf dem Programm. So lernten die Teilnehmer*innen Akupunkturpunkte kennen, die durch Druck bzw. Erwärmung (Moxibustion) helfen können, die Schmerzen zu lindern.

Nach dem Abendessen in der Unterkunft begleiteten die Teilnehmer*innen den Nachtwächter von Prichsenstadt und erfuhren einige interessante Details über die sehr schöne Fachwerkstadt.

Am Samstag fuhren alle zum Steigerwaldzentrum nach Handthal und begann den Tag mit Sabrina Schenk (Physiotherapeutin der Gruppe in Haßfurt) bei Bechterewgymnastik. Einfach nur die Natur erleben sollten die Teilnehmer*innen beim anschließenden Waldbaden. An einer Station konnten alle ein kleines Bild aus Naturmaterialien erstellen. Am Nachmittag genossen alle das wunderschöne Wetter und die Aussicht beim Gang über den Baumwipfelpfad. Der Tag wurde beim des Bremserfestes mit Zwiebelkuchen und Wein im Weingut Baumann in Handthal abschlossen.

Nach dem auschecken aus der Traube in Breitbach begann der Abschluss der Tage im Steigerwaldzentrum. Nach der Gymnastik gab es noch eine Traumreise. Sehr positiv sahen die Teilnehmer*innen das Patientenseminar bei einem Rückblick. So freuen sich schon einige auf das nächste Jahr. Beim Mittagessen im Brunnenhof gingen die Tage langsam zu Ende.

Ein herzliches Dankeschön an alle Fahrer, die zwischendurch immer wieder mal den Fahrdienst übernommen haben – vor allem Werner Geiger, der die Teilnehmer*innen mit seinem Bus sicher und schnell transportierte.

Vorstellung neuer Gruppensprecher der Gruppe Würzburg

Name, Vorname:	Kerzner Gernot
Alter:	60 Jahre
Familiäre Situation:	verheiratet
an M. Bechterw erkrankt seit:	1981
Beruf:	Dipl.Ing.(FH)

Was motiviert Sie, sich in der DVMB und in Ihrer Ortsgruppe ehrenamtlich zu engangieren?
Die Gruppe Würzburg hat sich dank vieler Engagierter in den letzten Jahren sehr gut entwickelt.
Das möcht ich fortführen.

Haben Sie ein Lebensmotto? Wenn ja, bitte nennen Sie es?
Hinfallen, aufstehen, Krönchen richten, weiter machen.

Welchen Hobbis bzw. Leidenschaften gehen Sie nach?
Ich spiele gerne Golf und bin sehr interessiert an Fauna und Flora.

Worin sehen Sie die größte Herausforderung durch Ihre gesundheitlichen Defezite?
Aktiv und selbstbestimmt alt werden.

Wer oder was hilft Ihnen bei der Krankheitsbewältigung am meisten?
vielseitige, sportliche Aktivitäten; regelmäßige Krankengymnastik, Wassergymnastik in der Gruppe.

Womit kann man Ihnen immer eine kleine Freude machen?
mit einem guten Wein, den man mit Freunden trinkt.

Was halten Sie selbst noch für wichtig, über Sie zu wissen?
Ich sehe mich als Teamplayer. Die Gruppe Würzburg kann und konnte nur durch viele helfende Hände, auch die ohne offizielle Funktion so eine gute Entwicklung hinlegen. Ich bin gerne schon über 25 Jahre dabei.

Lichtblick nach langem Lockdown: Unser Ausflug in den Steigerwald

Bericht: Gabriele Rathgeber, Gruppe Erlangen

Seit Mitte Juni dürfen wir wieder unsere gemeinsame Gymnastik im Park des Klinikums am Europakanal machen, was für uns alle eine große Freude war und ist.Das beflügelte uns, nun auch einen gemeinsamen Ausflug in den Steigerwald zu wagen.Am Samstag, dem 24. Juli, trafen wir uns nach individueller Anreise am Kassenhäuschen des Baumwipfelpfades bei Ebrach. Eine echte Inklusionsveranstaltung, weil auch die Gattinnen einiger Mitglieder teilnahmen. Bei idealem Wetter wanderten wir auf dem Holzsteg in immer luftigere Höhen durch alle Etagen des Waldes zum 42 Meter hohen Aussichtsturm, den wir in einer moderat ansteigenden Spirale erklommen. Oben bot sich uns ein toller Rundumblick über die ganze Umgebung, das sanfte Lüftchen machte den Aufenthalt da oben noch angenehmer. Beim Mittagessen saßen wir unter großen Bäumen im Garten der Klosterbräu in Ebrach, ein schöner Ort. Leider hatte der Wirt nicht seinen freundlichsten Tag erwischt, die Aufmerksamkeit der jungen Frau, die uns bediente, machte das aber wieder wett.Unsere nächste Station war das Steigerwaldzentrum in Handthal. Mittlerweile war es etwas schwüler geworden, so dass der kleine Anstieg vom Parkplatz zum Infozentrum manche von uns etwas anstrengte. Im Steigerwald-Zentrum gibt es viel Wissen rund um das Thema Wald, zudem interaktive Angebote, die aufzeigen, wie es um den eigenen nachhaltigen Lebensstil bestellt ist. Da in der Ausstellung das Tragen einer FFP2-Maske vorgeschrieben ist und es drinnen auch ziemlich warm war, hatte die luftige Terrasse eine größere Anziehungskraft.Als Highlight stellte sich der Besuch eines wunderbaren Cafés in Handthal dar, ein schöner Garten, ausgezeichneter Kuchen und Kaffee und sehr, sehr nette Wirtsleute. Ein krönender Abschluss eines rundum gelungenen Tages. Zufrieden machten wir uns wieder auf den Heimweg.

Vorstellung neuer Gruppensprecher der Gruppe Kempten

Name, Vorname:	Dr. Detlev Schulz
Alter:	58 Jahre
Familiäre Situation:	verheiratet
an M. Bechterw erkrankt seit:	1993
Beruf:	Dipl.Chem

Was motiviert Sie, sich in der DVMB und in Ihrer Ortsgruppe ehrenamtlich zu engangieren? Erhalt der Gruppe. Um weiter trainieren zu können zusammenhalt in der Gruppe Hoffnung, jüngere Mitglieder zu motivieren
Haben Sie ein Lebensmotto? Wenn ja, bitte nennen Sie es? Sag nie, es geht nicht, bevor du es nicht versucht hast
Welchen Hobbis bzw. Leidenschaften gehen Sie nach? Lesen, Oldtimer (hoffentlich bald eigener), sportliche Aktivitäten (radeln, Skilanglauf, Schneeschuh), kochen
Worin sehen Sie die größte Herausforderung durch Ihre gesundheitlichen Defezite? Einschränkungen in Bezug auf berufliche Reisefähigkeit
Wer oder was hilft Ihnen bei der Krankheitsbewältigung am meisten? Sport, Sport, Sport
Womit kann man Ihnen immer eine kleine Freude machen? Gutes Essen
Was halten Sie selbst noch für wichtig, über Sie zu wissen? Wenn ich etwas mache, dann richtig (keine halben Sachen) Sehr ungeduldig

Veranstaltungen 2022 des Landesverbands Bayern		
1. Quartal	Jubes “Medidatives Yoga-Wochenende“	Info Kirsten Dahm
09. - 12. Juni	FNW in Neckarelz “Malen für die Seele“	Info Angelika Kreitmeier

Leben ist das langsame Ausatmen der Vergangenheit und das
tiefe Einatmen der Gegenwart, um genügend Luft für die Zukunft zu haben.

Wir gratulieren allen Geburtstagskindern und Jubilaren und wünschen alles Gute!

Sprechstunde des LV Bayern:
Geschäftsstelle: Obertor 24, 97769 Bad Brückenau
Montag bis Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr
Tel. 089 58804 3360
Fax. 089 58804 3361 E-Mail: info@dvmb-by.de

Kontakt: Frauenansprechpartnerin: Angelika Kreitmeier
Tel. 09153 4158, E-Mail: frauennetzwerk@dvmb-by.de

Kontakt: Junge Bechterewler: Kirsten Dahm
Tel. 0160 93868262, E-Mail: jugend@dvmb-by.de

Impressum:

„Bayern-Info“ ist ein Mitteilungsblatt der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew Landesverband Bayern e.V. und ist dem Morbus Bechterew-Journal beigeheftet.

Redaktion: Heinz Kreitmeier
E-Mail: heinz.kreitmeier@dvmb-by.de
E-Mail: bayerninfo@dvmb-by.de
verantwortlich: Christina Schneider
Redaktionsschluss: 05.01.2022