Bayern-Info

Nr. 79
Dezember 2018

DVMB

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

Die Wochen vor Weihnachten sind für die meisten Menschen eine sehr geschäftige Zeit. Scheinbar muss jetzt noch all das erledigt werden, was man das ganze Jahr vor sich hergeschoben hat. Keine andere Jahreszeit ist so vergangenheitsorientiert wie die Tage kurz vor Jahresende. Es kommt dabei einem in den Sinn mit wie vielen Menschen man in Kontakt getreten ist und das auf unterschiedlichstem Weg: Persönlich, telefonisch oder über andere Medien und die Unterschiedlichkeiten der Anfragen und Anliegen.
An dieser Stelle möchte sich die Vorstandschaft bei allen Mitgliedern für die Unterstützung bedanken. Ganz besonders bedanken möchten wir uns bei denen, die uns tatkräftig geholfen haben, die vielen Aufgaben zu bewältigen. Es ist ein Blick in die Zukunft, gerade jetzt, wenn wir Bilanz ziehen und Pläne schmieden für Kommendes, das Budget festlegen, den Terminkalender füllen und die wichtigsten Vorhaben für 2019 auf den Weg bringen.
Danke für Euer Vertrauen.
Wir wünschen Euch allen ein Frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.
Die Vorstandschaft

Dorn – Do it yourself!

Bericht Anne Regensburger

„Drei Kilo mehr!“ Helga steht in der Turnhalle der Comenius-Schule in Hilpoltstein mit jedem Fuß auf einer Waage und wundert sich. Die rechte Waage zeigt drei Kilo mehr an als die linke. Der Grund: Durch Fehlstellungen, oft nur leichte Verschiebungen verschiedener Gelenke kommt es zu einem Ungleichgewicht im Körper, und die Beine werden unterschiedlich stark belastet. Das kann zu Verspannungen, Blockaden und vor allem zu Schmerzen führen.

Die Dorn-Methode kann hier Abhilfe schaffen. Deshalb traf sich die Gruppe Hilpoltstein zu einem Dorn-Workshop, bei dem den Teilnehmern effektive Selbsthilfeübungen für Zuhause näher gebracht wurden.
„Das Fundament muss passen!“ lautete die Ansage von Heilpraktikerin und Workshop-Leiterin Andrea Meyer aus Heideck. Deswegen wurde der Workshop sozusagen von Fuß bis Kopf ausgeführt. Die Teilnehmer begannen mit der Lockerung der Fußgelenke und landeten nach zahlreichen Übungen schließlich beim Atlas, dem ersten Halswirbel.
Nach eineinhalb Stunden intensiver Bearbeitung der Gelenke steht Helga wieder auf den beiden Waagen. Das Ergebnis: Beide Waagen zeigen exakt dasselbe Gewicht an! Helga bleibt nicht die Einzige, die an diesem Abend ihre Mitte wieder gefunden zu haben scheint. Auch die anderen Teilnehmer werden wohl ihr Skript zu den Selbsthilfeübungen griffbereit verwahren, falls sie wieder einmal zur „Einseitigkeit“ tendieren.

Gruppensprecherschulung Nord in Schnaittach am 22. September 2018

Bericht: Jonathan Aulbach

Die diesjährigen Gruppensprecherschulungen stehen unter dem Zeichen des Datenschutzes. So erhielten die Gruppensprecher für ihr Handbuch die bereits vierte Ergänzungslieferung; unter anderem die neuesten Antragsmodalitäten für die Regionalen Runden Tische und dem ZBFS. Nach dem Einsortieren der Ergänzungen, ging es weiter mit einem Vortrag vom Datenschutzbeauftragten des Landesverbands Bayern Erwin Weis. Er klärte die Gruppensprecher über die neue Datenschutzgrundverordnung der Europäischen Union auf und beantwortete alle Fragen.

Nach einer Essenspause informierte Günter Pinter über Funktionen der Bertram-Tabelle, die vielen bis dato unbekannt schienen, wie zum Beispiel die Funktion des Updates auf die neueste Version und erläuterte diverse Hilfestellungen in der Bertram-Tabelle sowie die Möglichkeiten der Kostenstellenzuordnung. Im Anschluss klärte Christine Sedlmeier über die Änderungen in den Pauschal- und Projektanträgen auf.

Nachdem alle Fragen der Buchhaltung und Finanzierung geklärt wurden, stellte Christina Scheider eine Projektidee zur Öffentlichkeitsarbeit vor.

Dieses sieht vor, gezielt Kliniken, Rheumatologen und Therapeuten anzuschreiben, diese mit Informationsmaterialien zu versorgen und ihnen die DVMB näher zu bringen. Die jeweils örtliche Gruppe soll hierfür als Ansprechpartner dienen.

In diesem Zusammenhang stellte Sie die aktuellen Flyer und Bestelllisten für Werbematerialien sowie Broschüren den Gruppensprechern vor.

Zum Ende der Veranstaltung gab es Kaffee und Kuchen für alle.

Jahresausflug der DVMB Gruppe Bad Brückenau

Bericht : Christina Schneider

Die medizinische Komponente an dem Ausflug der DVMB Gruppe Bad Brückenau war die eindrucksvolle Rundfahrt durch die Medizinische Fakultät der Universität Heidelberg.

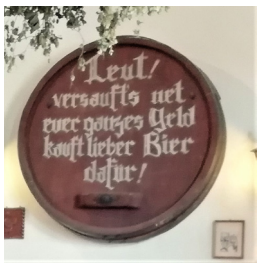
Das Klinikum in Heidelberg beschäftigt rund 13.000 Mitarbeiter, in mehr als 50 klinischen Fachabteilungen mit fast 2.000 Betten. Jährlich werden rund 65.000 Patienten vollstationär und mehr als 1 Mio. Patienten hier ambulant behandelt.

Auf das besondere Engagement der Uniklinik im Nationalen Centrum für Tumor-(NCT) Erkrankungen wies unsere Reiseleiterin hin. Patientenversorgung, Krebsforschung und Krebsprävention unter einem Dach.

Die Medizinische Fakultät der Universität Heidelberg besteht seit 1388 und ist somit die älteste in Deutschland: sie zählt zu den international renommierten biomedizinischen Forschungseinrichtungen in Europa. Derzeit studieren ca. 3.500 angehende Ärzte in Heidelberg. Kein Wunder also, dass die Studentengeschichte „Ich hab mein Herz in Heidelberg verloren“ schon 1952 verfilmt wurde.

Nun zog die ganze Gruppe in die Stadt der Romantik ein. So wurde sie bereits vor 200 Jahren von Wolfgang von Goethe beschrieben und auch der Dichter Joseph von Eichendorff erlag den malerischen Gassen der Heidelberger Altstadt.

Das Heidelberger Schloss, die bedeutendste Sehenswürdigkeit und auch gleichzeitig Wahrzeichen der Stadt thront am Fuße des Königstuhls. Zur Mittagszeit zog es uns nicht auf den Berg sondern eher an den gedeckten Tisch.



Zwischen Bierkesseln und holzvertäfelten Wänden wurde uns zu selbst gebrautem Bier gut bürgerliche Küche zur Stärkung gereicht.

Zum Abschluss unseres Ausfluges besuchten wir die Badewelt der Sinsheim Therme. Einigen machten die hohen Temperaturen zu schaffen. Von oben und unten gleichbleibende 36 Grad brachte so manchen zum Schwitzen. Da fanden wir auch im 20 Grad warmen Bewegungsbecken, keine Abkühlung. Denn dort wurde uns vom Beckenrand aus, durch den Therapeuten,

wieder eingeheizt. Nach all dem sportlichen Ehrgeiz war es Zeit für Entspannung im salzhaltigen Solebecken, oder im Calcium-Lithiumbad. Ein kühler Cocktail im Liegestuhl unter den Palmen, umgeben von einem Meer von Orchideen, da konnte man relaxen und Tagträume waren garantiert. Ob wir uns danach wie neu geboren fühlten, kann ich nicht sagen.

Jedoch war es auf der doch längeren Rückfahrt verdächtig ruhig im Bus.

Geschafft und froh gestimmt, erreichten wir gegen 19:30 Uhr unseren Ausgangsort.

Erlebnistag in Volkach

Bericht Angelika Kreitmeier

Am 21. Juli war es mal wieder soweit. Der jährlich stattfindende Erlebnistag führte dieses Mal in das historische Mainfranken. Der Wettergott meinte es nicht sonderlich gut mit uns. Immer wieder kamen ein paar Regentropfen durch.

42 Teilnehmer fanden sich am Marktplatz vor dem Rathaus ein. Durch den Anbau mit doppelläufigere Freitreppe und Spitzturm, ein beeindruckendes Gebäude. Vor diesem wurden wir vom Volkacher Ratsherrn in historischer Kleidung würdig empfangen. Neben einigen Daten zur Stadt und dem Brunnen am Marktplatz auf dem eine »Maria Immaculata« thront, erhielten wir einen Begrüßungstrunk in Form einer „kleinen Weinprobe“, die doch drei verschiedene Weinsorten beinhaltete. Nachdem einige Teilnehmer doch schon eine lange Anfahrt hatten und das Frühstück einige Stunden her war, musste man schon langsam trinken, um nicht einen Schwips am Morgen zu haben.

Im Anschluss wurden wir von der „Babett“ mit ihrem Geschichtswägele abgeholt. Diese ging mit uns durch die vielen alten Gassen. Holte immer wieder zu einem Thema etwas auch ihrem Bollerwagen und dem Schatzkästle. Zwei Teilnehmer bekamen jeweils einen Hut und waren für den Inhalt zuständig. In einem Park angekommen, waren alle froh, dass die Bäume ein sehr dichtes Laub hatten, da der Regen immer heftiger wurde. Auf der überdachten Freibühne gab es nochmals den „Minitrunk“ eines Weines. Zum Abschluss wurde noch das historische Schelfenhaus mit seinem weitläufigen Innenhof besucht.

Dieses Haus wurde im 17. Jahrhundert vom Handelsmann und Ratsherrn Johann Georg Adam Schelf erbaut und dient heute mit seinen historischen Räumen für viele öffentliche und private Veranstaltungen. Am Nachmittag gab es die Schiffsrundfahrt mit Tortengenuss. Das waren Riesenstücke einer Schwarzwälder. Es regnete in Strömen und man musste die Fahrt zur Mainschleife, die hier als größte Flussmäander-Landschaft in Bayern gilt, im Innenbereich verbringen. Nach 1,5 Std. war auch diese Fahrt vorbei. Auf dem Weg hinauf in den Stadtkern von Volkach kam die Sonne raus. Einige wollten nicht gleich das Gasthaus „Hinterhöfle“ aufsuchen, sondern diese genießen.

Der Platz war für uns reserviert und somit konnten sie sich etwas Zeit lassen. Das Hinterhöfle macht seinem Namen Ehre. Dieser Innenhof ist mit einem Glasdach versehen, das per Knopfdruck geöffnet werden kann. Zwischen den Stühlen sind Begrünungen aufgestellt, die ein Biergarten-Feeling aufkommen lassen.

Alles in Allem wieder eine gelungene Veranstaltung.

NACHRUF

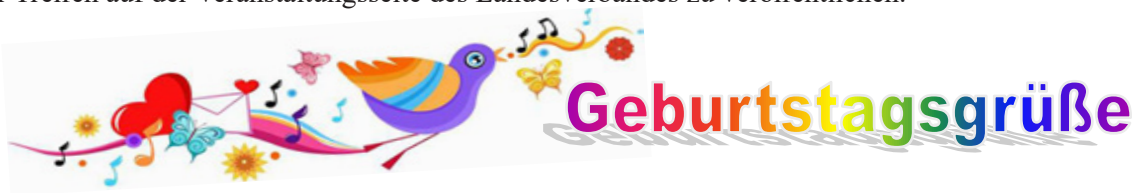
Unsere langjährige Vorstandskollegin und Gruppensprecherin Marlies Bertram ist am 16. August 2018 für immer von uns gegangen.
Von 1982 bis 2008 hat sie die DVMB Gruppe Rosenheim geführt. 1988 wurde sie als Beisitzerin in den Landesverband gewählt und hat dieses Amt bis 2006 begleitet. Trotz eigenem schweren Leiden war sie immer bereit, sich für andere einzusetzen. Sie trat stets für die Belange der Mitglieder mit beispielloser Hilfsbereitschaft ein. Für ihren ehrenvollen Einsatz wurde ihr 1996 die Verdienstnadel und 2000 die Ehrennadel in Silber verliehen.
Wir werden Frau Marlies Bertram ein ehrendes Andenken bewahren.

Veranstaltungen 2019 des Landesverbands Bayern		
16. März	Öffentlichkeitstag in Schnaittach	Info Angelika Kreitmeier
29. - 31. März	Gruppensprecherseminar in Pelham am See	Info Christina Schneider
20. Juli	Erlebnistag	Info Heinz Kreitmeier
19. Oktober	Mitgliederversammlung in Grafing	Info Christina Schneider

Öffentlichkeitstag in Schnaittach, Badsaal

Gruppensprecherseminar in Pelham am See

Gruppenveranstaltungen oder aktive Teamevents geplant? Nutzen Sie für Ihre Gruppe die Möglichkeit Ihr Treffen auf der Veranstaltungsseite des Landesverbandes zu veröffentlichen.



Und schon wieder ist ein Jahr vorbei! Gerade wenn die Zeit so schnell verfliegt ist es wichtig, immer mal wieder ein kleines Stück davon für die Dinge zu reservieren, die das Leben lebenswert machen.
Wir gratulieren allen Geburtstagskindern und Jubilaren und wünschen alles Gute!

Sprechstunde des LV Bayern:
Mittwochs 15.00-20.00 Uhr Tel. 089 768047
Fax. 089 7257621 E-Mail: info@dvmb-by.de

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

Kontakt: Junge Bechterewler: Michaela v. d. Linden
Tel. 09529 9500019, E-Mail: jugend@dvmb-by.de

Impressum:
„Bayern-Info“ ist ein Mitteilungsblatt des Landesverbands Bayern e.V. der DVMB und ist dem Morbus Bechterew-Journal beigeheftet. Eigenes Bildmaterial.
Redaktion und verantwortlich: Christina Schneider
Obertor 24, 97769 Bad Brückenau
Tel. 09741 3887
E-Mail: bayerninfo@dvmb-by.de
Redaktionsschluss: 07.01.2019