

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

Unser neugewählter Vorstand



*Günter Wagenbauer
1. Vorsitzender*



*Angelika Kreitmeier
2. Vorsitzende*



*Herta Wagenbauer
Schriftführerin*



*Eva Enzmann
Beisitzer*



*Erwin Weis
Beisitzer*



*Heinz Kreitmeier
Beisitzer*



*Steffi Schlehf
Beisitzer*

41. Bechterew-Treffen in Bayreuth

Wie beeinflusst unsere Psyche unser Schmerzempfinden und wie können wir dieses senken?

1. Vorsitzender Günter Wagenbauer begrüßte Herrn Paré. Nachdem Herr Paré sich für die Einladung bedankte sowie seinen Werdegang zum Psychologen und Gerontologen vorstellte, informierte er sehr anschaulich über das interessante Thema.

Beispiele für den Zusammenhang zwischen Psyche und Schmerzen (was sind Schmerzen?)

- Welche Faktoren beeinflussen das Schmerzerleben
- Theorien zum Einfluss des Gehirns auf das Schmerzerleben, wo finden Schmerzen statt
- Was bedeuten Schmerzen für uns, wenn diese chronisch sind
- Beispiele aus dem psychotherapeutischen Bereich
- Was können Sie im Alltag tun, um Ihr Schmerzerleben zu beeinflussen



Am Ende seines Vortrages stand Herr Paré noch vielen Fragen Rede und Antwort. Die Teilnehmer fanden seinen Vortrag sehr interessant und fanden, dass man sich mit einigen Themen selbst helfen kann.

Herr Paré verwies auch auf das Buch „Selbsthypnose“ – ein Handbuch zur Selbsttherapie von Brain M. Alman und Peter T. Lambrou, Carl-Auer-Verlag.

Günter Wagenbauer bedankte sich am Schluss für seine sehr informativen Ausführungen und Angelika Kreitmeier überreichte ihm eine kleine Aufmerksamkeit.

Bericht zur Mitgliederversammlung

Günter Wagenbauer, 1. Vorsitzender begrüßte die zahlreichen Mitglieder zur Mitgliederversammlung. Die Beitragserhöhung des Bundesverbandes führte doch zu einer zu erwartenden Kündigungswelle. Er informierte über die rückläufigen Mitgliederzahlen des LV Bayern:

01.01.2024: 2158 Mitglieder

01.01.2025: 2012 Mitglieder

01.01.2026: 1896 Mitglieder

An der „Kurzen Nacht des Bechterew“ nahmen in 2025 7 Gruppen teil. Erfreulich war, dass an den beiden Online-Schulungen wieder zahlreiche Gruppensprecher teilnahmen.

Christine Sedlmeier präsentierte den Jahresabschluss 2024 ergänzend noch per Leinwand für die allgemeine Besprechung und ergänzte ihn mit kleineren Anmerkungen. Weiterhin teilte sie mit, dass ca. 43.000 Euro an Fördermittel beantragt wurden, aber wegen der Verrechnung mit nicht verbrauchten Fördermitteln aus früheren Jahren lediglich ca. 27.000 Euro Fördermittel für 2025 ausbezahlt wurden.

Der Rechnungsprüfer Gerhard Pfeifenberger bestätigte die ordnungsgemäße Arbeit der Schatzmeisterin und empfahl die Entlastung des Vorstands.

Neuwahlen Vorstand

Günter Wagenbauer, 1. Vorsitzender, Angelika Kreitmeier, 2. Vorsitzende

Zu Beisitzern wurden gewählt:

Herta Wagenbauer, Schriftführerin, Eva Enzmann, Heinz Kreitmeier, Steffi Schlehf, Erwin Weis

Margitte Büttner und Gerhard Pfeifenberger wurden wieder als Rechnungsprüfer bestätigt sowie Erika Freudinger als Ersatzrechnungsprüferin.

Ehrennadel in Silber erhielten:

Johann Tschürtz, Traunreut, Heike Schulenburg, Bad Windsheim, (nicht anwesend) und Heinz Kreitmeier, Lauf



Heinz Kreitmeier

Alfred Englbrecht

Beate Rebhan

Gerhard Pfeifenberger

Verdienstnadel erhielten:

Ulrike Nebel, Gruppe Würzburg, Horst Grüninger, Gruppe Aschaffenburg, Gerhard Pfeifenberger, Gruppe Erlangen, Achim Spörl, Gruppe Staffelstein, Beate Rebhan, Gruppe Kronach, Manfred Otte, Gruppe Bad Gögging, Christine Obermair, Gruppe Mühldorf, Alfred Englbrecht, Gruppe Altötting

Unsere neu gewählten bzw. bestätigten Delegierten

Platz	Name Vorname; Gruppe	Stimmen
1	Kreitmeier Angelika, Lauf	44
2	Enzmann Eva, Neuburg	41
3	Wagenbauer Günter, Erding	39
4	Kreitmeier Heinz, Lauf	38
5	Schneider Christina, Bad Brückenau	37
6	Sedlmeier Christine, Freising	34
7	Gadenz Franz, Berchtesgaden	32
8	Hammel Ludwig, Schweinfurt	32
9	Weitbrecht Hannelore, Regensburg	32
10	Wagenbauer Herta, Erding	30
11	Weis Erwin, Fürstenfeldbruck - Ersatzdelegierter	29
12	Sieme Ulrich, Erlangen - Ersatzdelegierter	27
13	Schlehf Steffi, Amberg - Ersatzdelegierte	20

Verabschiedung von Schatzmeisterin Christine Sedlmeier

Christine Sedlmeier legte ihr Amt als Schatzmeisterin nieder. Angelika Kreitmeier bezeichnete sie als Herrin der Zahlen. Sie berichtete über ihre langjährige Arbeit im Landesverband.

Ihre außergewöhnlichen Leistungen und ihre Menschlichkeit werden uns sehr fehlen.

Die Arbeit eines Schatzmeisters bewegt sich ständig zwischen Begeisterung über die erreichten Ziele und Ernüchterung über Projekte, die nicht so angenommen werden, wie gedacht. Dieses Wechselbad der Gefühle, diese Höhen und Tiefen kann kaum jemand besser verstehen als unsere Schatzmeisterin Christine Sedlmeier.

Sie hat über viele Jahre hinweg nicht nur die Finanzen unseres Vereins mit ruhiger Hand und klarem Blick geführt, sondern war auch ein fester Anker und bedeutender Abschnitt in der Geschichte in unserem gemeinsamen Miteinander.

Ihr Debüt in der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew begann 1999 durch die Übernahme der Gruppe Freising. Diese führte sie bis 2022.

Sie hatte bei der Erstellung unseres Gruppenhandbuches mitgewirkt und war von 2014 bis 2018 im Arbeitskreis Finanzen tätig. In 2018 übernahm sie die Funktion der Schatzmeisterin im Landesverband Bayern.

Mit großem Verantwortungsbewusstsein, Präzision und Herzlichkeit hat sie stets dafür gesorgt, dass die finanziellen Belange unseres Vereins transparent, verlässlich und solide geführt wurden. Sie hat mit ihrem Engagement nicht nur Zahlen verwaltet, sondern Menschen verbunden, Strukturen geschaffen und mit ihrer stillen, aber kraftvollen Präsenz den Verein geformt.

Es ist ein Vermächtnis, das bleibt – sichtbar in jeder gelungenen Bilanz und spürbar in den Herzen all jener, die sie als verlässliche Ansprechpartnerin geschätzt haben.

Sie hat bewiesen, wie mit ehrenamtlicher Arbeit, und Leidenschaft man zu einer tragenden Säule einer Gemeinschaft wird. Mit großer Genauigkeit, Verantwortung und vor allem mit Herzblut hat sie dafür gesorgt, dass unser Verein finanziell immer gut aufgestellt war. Sie liebt die Zahlen und wir haben es geliebt, dass sie die so gut im Griff hatte.

Sie war nicht nur unsere „Herrin der Zahlen“, sondern auch ein Mensch, auf den man sich jederzeit verlassen konnte – zuverlässig, ehrlich. Ihre offene und hilfsbereite Art wurde von allen geschätzt.

Sie hatte es mit einigen Gruppen sicher nicht immer leicht, doch sie hat es geschafft, dass eine Jahresabrechnung stimmte auch wenn sie dabei mal ein Auge zudrücken musste, was den Inhalt oder die Form betraf. Allein schon deshalb ist es hervorzuheben, dass ihre Kompetenz, Jahresabschlüsse zu erstellen, den höchsten Ansprüchen genügte.

Sie hatte einen, wie sie immer sagte, „ordentlichen Abschluss“, abzugeben und auch die Abrechnung manch einer Gruppe durchgeführt. Sie sieht sich zwei Positionen an und kann sofort erkennen, dass da was nicht stimmt.

Auch wenn sie meist im Hintergrund gewirkt hat, war ihre Arbeit unverzichtbar. Und ganz ehrlich: Wer kann schon von sich behaupten, dass nie auch nur ein Cent fehlte?

Mit ihrem Rückzug übergibt sie nicht nur Aktenordner, sondern auch das Vertrauen, dass die Werte, für die sie gestanden hat, weitergetragen werden.

Der Abschied fällt uns schwer, doch zugleich verbinden wir damit auch den Wunsch nach einem neuen Lebensabschnitt für Frau Sedlmeier. Wir verabschieden sie mit einem lachenden und einem weinenden Auge: lachend, weil sie nun endlich mehr Zeit für sich, ihre Familie, Reisen oder persönlichen Interessen hat – und weinend, weil wir wissen, dass wir jemanden verlieren, der fachlich kompetent und menschlich geschätzt, eine große Lücke hinterlassen wird. Sie war in vielerlei Hinsicht eine prägende Figur unserer Selbsthilfevereinigung. Denn Menschen wie sie hinterlassen Spuren, die uns weiter begleiten und auch bleiben werden.

Im Namen aller Mitglieder – sagen wir Danke

- **Danke** für die Zeit, die Energie, die Verlässlichkeit, und ihr Engagement
- **Danke** für alles, was sie gegeben und bewegt hat

Wir wünschen ihr für ihren weiteren Lebensweg alles erdenklich Gute, vor allem Gesundheit, Glück und Zufriedenheit. Möge die Zukunft ihr Freude und Erfüllung bringen.

Eberhard Dunst bedankte sich auch bei ihr und überreichte ihr eine besondere Briefmarke.



Christine Sedlmeier bedankte sich bei allen für die langjährige Zusammenarbeit. Es hatte ihr trotz der umfangreichen Zahlenarbeit immer Spaß gemacht.



Die Mitglieder würdigten Sie mit langanhaltenden „Standing Ovation“.

Ein Yoga-Wochenende aus Sicht eines Mannes

Bericht: Matthias Bierlein

Es ist für mich das zweite Yoga Wochenende und damit auch das zweite Mal, dass ich Yoga mache. Ich starte dieses Jahr etwas früher um nicht wieder der Letzte zu sein. Gegen 17:15 Uhr erreichte ich mein Ziel: die Evangelische Familienerholung in Sulzbürg im Landkreis Neumarkt in der Oberpfalz. Ich war der Vorletzte.

Letztes Jahr fand das Yoga Wochenende bereits hier statt. Es ist sehr idyllisch und ruhig. Wir waren heuer die Einzigen im Haus und konnten so die Ruhe und den Platz um so mehr genießen.

Ich ging zu meinem Zimmer und wen erblickte ich da in dem Seminarraum? Unsere wunderbare Yogalehrerin Konstanze. Sie hat wieder ihre vielen verschiedenen Klangschalen dabei, ihre Herzkarten und richtet sich ein. Ich brachte meine Tasche ins Zimmer, schnappte meine Yoga-Sachen und begab mich in den Seminarraum. Es gab eine herzliche Begrüßung mit Konstanze. Ich breitete meine Matte schon einmal aus, um mir den besten Platz zu sichern und danach ging es zum ersten Programmpunkt: das Abendessen. Hier trafen sich die neun Yoga-Interessierten. Für mich gab es viele bekannte Gesichter. Neben 7 Damen war diesmal ein weiterer Herr mit in der Runde. Wie schon im letzten Jahr fühlte ich mich direkt willkommen und wohl. Nach dem Hauptgang begannen wir mit einer kleinen Vorstellungsrunde.

Im Anschluss gab es als Einführung für das Wochenende eine entspannte Yogaeinheit. Ich konnte abschalten, in mich gehen und meinen Körper spüren. Ich spürte, dass ich im vergangenen Jahr sehr steif geworden bin und genoss es mich wieder zu bewegen. Danach traf sich ein Teil der Runde im Kaminzimmer zum Tagesausklang.

Der Samstag stand ganz unter dem Motto Yoga. Der Tag startete für die willigen Frühaufsteher bereits um 7:30 Uhr mit einer kurzen Yogaeinheit. Nach dem gemütlichen Frühstück gab es eine ausgiebige Yogaeinheit mit viel Bewegung, Tiefentspannung und immer dabei: die Klangschalen. Diese werden auf den Bauch gelegt und angeschlagen, diese Klänge und Vibrationen sind sehr beeindruckend und wirken sehr entspannend auf mich. Danach begaben wir uns auf einen fast meditativen Spaziergang, untermalt mit Klanghölzern. Hier wurde der Kreislauf an der frischen Luft angekurbelt und dabei konnten wir den schönen Garten und die Natur genießen.

Das Wetter war etwas wechselhaft, was uns aber nicht davon abhielt nach dem Mittagessen eine Runde durch die Ortschaft und die angrenzenden Wälder zu spazieren. Hierbei entstanden gute Gespräche und ein ehrlicher Austausch.

Nach dem Spaziergang trafen wir uns wieder alle zusammen zu einer Tee-Zeremonie, eine sehr spirituelle Erfahrung. Nach der Zeremonie leitete Konstanze uns mit Hilfe der Strichmännchen-Technik an, wie wir etwas loslassen können, das uns beschäftigt und von dem wir uns lösen wollen. Die entstandenen Zeichnungen verbrannten wir am Abend in einer Feuerschale unter einem beeindruckenden Vollmond untermalt mit den Lauten eines Waldkauzes. Entspannt und gelöst traf sich danach ein Teil der Gruppe wieder im Kaminzimmer und ließ den Abend bei netten Gesprächen ausklingen.

Der Sonntag begann für die Frühaufsteher wieder mit einer kurzen Yogaeinheit vor dem Frühstück. Nachdem sich alle bei Kaffee und dem leckeren Frühstücksbuffet gestärkt hatten trafen wir uns noch einmal zu einer ausgiebigen Yogaeinheit. Konstanze gestaltet diese abwechslungsreich durch die Klangschalen, Achtsamkeitskarten und das Singen eines Mantras. Dieses Mantra wurde bereits auf dem letzten Yoga Wochenende gesungen und ich habe das letzte Jahr oft daran denken müssen. Nach einer weiteren Tee-Zeremonie gab es eine Feedbackrunde mit Konstanze. Alle Teilnehmer sprachen sehr positiv über das gelungene Wochenende mit Konstanze. Mein Fazit als Mann: Ich kann es jedem empfehlen Yoga auszuprobieren. Meinem steifen Körper hat es sehr gut getan und ich ging tiefenentspannt nach Hause. Ein herzlicher Dank geht an den Landesverband Bayern für die finanzielle Unterstützung, an die Organisatoren des Yoga-Wochenendes und an unsere Yogalehrerin Konstanze, die sehr einfühlsam auf alle TeilnehmerInnen mit ihren jeweiligen Bedürfnissen eingegangen ist.



Gruppe München mit Neuwahlen und Mitgliederversammlung

Am 9.12. fand in großer Runde (28 Teilnehmer!) die Weihnachtsfeier und Mitgliederversammlung der Gruppe München statt. Wir sprachen unseren 3 Therapeutinnen und engagierten Mitgliedern unseren Dank aus. Jara Barth verabschiedet sich nach einem Jahr als Gruppensprecherin wegen Nachwuchs und anstehendem Wegzug aus München aus dem Amt. Sie bleibt aber als Schatzmeisterin erstmal erhalten, genauso wie die Kassenprüferin Edith Schmid.

Neuer Gruppensprecher ist das langjährige Mitglied Thomas Hilsenbeck. Und auch bei der Organisation des Funktionstrainings gibt es einen Wechsel: Rolf Saalfeld gibt das Amt nach jahrelanger gewissenhafter Ausführung weiter an Ingeborg Konrad, genannt Conni. Vor und nach dem offiziellen Teil gab es leckeres Essen und gut genutzte Gelegenheit zum Austausch.



Ingeborg Konrad, Jara Barth, Thomas Hilsenbeck

Weltrheumatag Gruppe Lauf in Hersbruck



40 Jahre Gruppensprecher Bad Kissingen

Der 09. November ist ein denkwürdiger Tag. Vor allem für Otto Reusch. Er feierte an diesem Tag sein 40jähriges Gruppensprecher-Jubiläum.

Vierzig – ein Alter, in dem man jung genug ist, um noch alle Flausen im Kopf zu haben, aber alt genug, um zu wissen, was noch geht.

Aber Spaß beiseite: Wir alle wissen, dass das Leben mit Morbus Bechterew manchmal ziemlich steif verlaufen kann – und nicht nur im übertragenen Sinne! Mit Tanzen hält er sich fit. Denn Bewegung ist wichtig – und gemeinsames Lachen ist manchmal auch die beste Gymnastik. Er hat es geschafft, alle mit seinem Humor, mit Herz und Energie anzustecken.

Der Landesverband Bayern gratuliert einem unermüdlichen Gruppensprecher wie Otto Reusch von Herzen. Ihm gilt ein besonderer Dank. Er hat gezeigt, dass Selbsthilfe nicht nur sich gegenseitig zu unterstützen bedeutet – sondern auch gemeinsam das Leben zu feiern.



Die Gruppe bedankte sich bei ihm mit einer Urkunde sowie mit einem Präsentkorb



Das Glück ist nicht in einem ewig lachenden Himmel zu suchen, sondern in ganz feinen Kleinigkeiten, aus denen wir unser Leben zurechtzimmern.

(Carmen Sylva)

Wir gratulieren allen Geburtstagskindern und Jubilaren und wünschen alles Gute!

Veranstaltungen 2026 des Landesverbands Bayern		
28. - 31. Mai	Frauenseminar in Würzburg Mit Fermentation zum gesunden Darm; Ansätze der TCM in der Begleitbehandlung des Morbus Bechterew	Info Angelika Kreitmeier
11. Juli	Erlebnistag in Passau Passaus Glanz und Elend	Info Heinz Kreitmeier
24. - 27. September	Patientenseminar in Bad Abbach	Info Rudi Reinhard
17. Oktober	Mitgliederversammlung in Landsberg am Lech	Info Günter Wagenbauer

Sprechstunde des LV Bayern:
 Verwaltungssitz: Goethering 15, 85570 Markt Schwaben
 Mittwochs 15.00 Uhr - 20.00 Uhr Tel. 089 588043360
 Fax. 089 588043361 E-Mail: info@dymb-by.de

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

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

Impressum:

„Bayern-Info“ ist ein Mitteilungsblatt der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew Landesverband Bayern e.V. und ist dem Morbus Bechterew-Journal beigeheftet.
 Die Redaktion behält sich vor, Kürzungen vorzunehmen. Für den Inhalt der Anzeigen ist ausschließlich der jeweilige Inserent verantwortlich. Der Abdruck werblicher Informationen bedeutet in keinem Fall eine Empfehlung des Herausgebers.

Herausgeber und Redaktionsanschrift:

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew Landesverband Bayern e.V.
 Heinz Kreitmeier E-Mail: heinz.kreitmeier@dymb-by.de
 Günter Wagenbauer E-Mail: bayerninfo@dymb-by.de
 verantwortlich: Heinz Kreitmeier

Redaktionsschluss: 27. April 2026