

Liebe Mitglieder in Bayern,

jetzt stehen nach dem kalten Winter wieder wärmere Monate an. Der Entschluss, etwas Schönes zu erleben, wird dann wieder leichter fallen. Einige Anregungen dazu finden Sie in den kurzen Berichten und im Veranstaltungskalender.

Ich wünsche Ihnen viele schöne Frühjahrs- und Sommertage

Ihr Dr. Eckhard Pfeiffer

Behti's Next Topmodel

Regionaler Frauentreff in Landshut/Burg Trausnitz am 4. September 2010

von Christina Schneider, Frauennetzwerk im Landesverband Bayern

Ein runder Körper mit Schwerpunkt Körpermitte. Busen und Bauch, die optisch schwer voneinander zu trennen sind und um die größere Zahl auf dem Maßband wetteifern. Sehnsuchtsvoll die Bilder von superschmalen Laufsteg-Schönheiten in Hochglanzmagazinen in sich aufsaugend. Primäre auf dem Laufsteg.

Und dann hat man auch noch eine Erkrankung, die auch Einfluss auf das Äußere nehmen kann und dabei das Streben nach diesem Schönheitsideal noch mühseliger erscheinen lässt. Damit hat doch eine Behti-Frau kein Problem oder?

Wir zeigen Mut zur eigenen Figur. Wir starten in die Erlebniswelt Mode. Wie man typgerecht gekleidet ist, zeigte uns mit viel Spaß und Engagement das Team um Frau SCHORR.

Sie setzt die Proportionen vorteilhaft in Szene, erklärt, wie man Muster am günstigsten einbringt und Accessoires als Blick-Ableiter verwendet. Es geht nicht darum, den Begriff der Schönheit neu zu definieren, sondern die Teilnehmerinnen dazu zu ermutigen, am öffentlichen Leben teilzunehmen und sich auf die Stärken, statt auf die so genannten Einschränkungen zu konzentrieren.

Was zählt ist der Gesamteindruck und die Ausstrahlung.

Glücklicherweise gibt es immer noch ein paar Dinge, die uns ohne großes Aufheben attraktiv und schön erscheinen lassen.

Dies zeigte uns Frau MORGENSTERN mit Pinsel und Puder. Das Geheimnis, warum Sie mit der einen Farbe frisch und mit der anderen abgespannter aussehen, liegt im Grundton des Teints.

Die Farbtypologie des Menschen wird nach ihrem Aussehen als auch nach ihrem Farbempfinden und ihrer Ausstrahlung einer der vier Jahreszeiten zugeordnet.

Kleine Veränderung große Wirkung:

Wussten Sie, dass jeder Mensch sich in nur drei Sekunden den ersten Eindruck vom anderen verschafft? Das Gesicht steht im Mittelpunkt dieser Bewertung und bildet den Hauptfaktor für unsere Entscheidung. Sie bedeutet nämlich, dass Schönheit und Attraktivität letztendlich im Auge des Betrachters liegen.

Und denken Sie daran, wahre Schönheit kommt von innen. Wer sich selbst mag und annimmt strahlt Positives aus. Da bedarf es keiner großen äußeren Korrekturmaßnahme mehr. Durch die Behinderung nicht auffallen, ist für das Wohlbefinden und die Akzeptanz vieler Frauen sehr wichtig. Keine Frau muss sich verstecken. Selbstbewusst zeigen wir, wie vielfältig Schönheit ist. Viel Spaß hatten wir bei der Entdeckung all der aufregenden Möglichkeiten, die in uns stecken.

Wir sind bereit für die Wahl von Behti's Next Topmodell.



Drei Tage Marienbad – ein Wochenende der Erkenntnis

von Bernd Schulz, Gruppe Coburg

Am 22. Oktober 2010 machte ein großer Teil der Gruppe Coburg einen Informationsausflug nach Marienbad.

Alle wollten wissen, was es mit der Wirksamkeit der Kältekammer hinsichtlich der Schmerzfreiheit auf sich hat. Wie gut fügt sich diese Behandlung in ein Therapiekonzept ein und wie profitieren wir „Bechti“s“ davon?

Große Aufregung schon beim Treffpunkt auf dem Bahnhof in Coburg bzw. Lichtenfels: wie wird das Wetter, wie die Fahrt, wie die Anwendungen?

Organisiert hatten alles unsere Gruppensprecherin Heidemarie KEMPFER und ihr Mann Jürgen. Um es vorweg zu nehmen: es war alles gut vorbereitet und es hat ganz wunderbar geklappt. Auch die Zugfahrt verlief problemlos.

In Marienbad angekommen, wurden wir im Hotel „Cristal Palast“ herzlich willkommen geheißen. Große, freundliche Zimmer und ein gepflegtes Ambiente sollten uns die drei Tage zu einem unvergesslichen Erlebnis machen. Schon am Ankunftstag waren für jeden drei Behandlungstermine gebucht.

Zuerst konnte man die Wirkung einer Paraffinbehandlung und einer Sauerstofftherapie testen. Danach stand der Besuch der Kältekammer an. Wie fühlen sich minus 110°C an und wie lange hält man das aus? Nicht alle konnten oder wollten sich dieser Prüfung unterziehen, aber die, die sich dieser Herausforderung stellten, waren sehr gespannt.

Ein kurzes Informationsgespräch und eine Blutdruckmessung und schon konnte es losgehen. 20 Sek. Eingewöhnung bei minus 60°C, da blieb nicht viel Zeit für Gänsehaut, dann ging's auch schon in die große Kälte, die man höchstens zwei Minuten aushalten konnte. Bei der anschließenden Erwärmung auf dem Ergometer waren viele begeistert, wie leicht doch die Bewegungen bei deutlicher Schmerzlinderung fielen. Auch die Entspannung nach der Therapie sollte nicht zu kurz kommen. Dazu gab es reichlich Gelegenheit.

Beim gemeinschaftlichen Abendessen und dem anschließenden Beisammensein wurden der gute Böhmisches Wein und das noch bessere Tschechische Bier getestet. Am nächsten Tag war ein Stadtrundgang mit Verkostung der Heilquellen vorgesehen. Wir erfuhren viel über die Geschichte und die Kultur dieser wunderschönen Stadt.

Der Wettergott war uns auch hold und somit wurde auch dieser Tag unvergesslich.

Am Sonntag hieß es dann schon wieder Kofferpacken. Auch die Heimreise verlief reibungslos, so dass alle zufrieden und glücklich wieder in der Heimat ankamen.

Zu welchen Erkenntnissen sind aber nun die Teilnehmer der Informationsreise gelangt? Zum ersten wohl, dass die 2 Minuten in der Kältekammer auszuhalten waren.

Zweitens kann sich die Kryotherapie gut in eine Gesamttherapie einfügen, wenn nach der Kältekammer mit gezielter sportlicher Aktivität die Beweglichkeit trainiert wird. Denn alle, die in der Kältekammer waren, berichteten, dass Sie danach merklich weniger Schmerzen hatten, was sie für Aktivitäten nutzen könnten. Außerdem wird man danach auch schneller wieder warm.

Und noch eine Erkenntnis manifestierte sich bei den Teilnehmern: Marienbad ist eine (Kur-)Reise wert.



Volleyballturnier in Ingolstadt

Traditionell findet jedes Jahr ein Volleyballturnier der bayerischen DVMB-Gruppen statt. In diesem Jahr lädt die Gruppe Ingolstadt am 14. Mai dazu ein. Im Vordergrund stehen – neben dem Streben nach Siegen – die Freude am gemeinsamen Spiel und das gesellige Beisammensein in einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten. Hierzu sind alle Mitglieder herzlich eingeladen – als Mannschaft, als Einzelspieler oder als Zuschauer. Wichtig ist nicht die Spielstärke, sondern die Freude am Spiel.

Ehrung für Otto Reusch

Otto REUSCH, Sprecher der Gruppe Bad Kissingen, ist anlässlich der Landesmitgliederversammlung des Paritätischen in Bayern am 26. November 2010 in Nürnberg mit der silbernen Ehrennadel des Verbandes ausgezeichnet worden. In Erinnerung an die Mitbegründerin und erste Vorsitzende des Paritätischen, Luise KIESSELBACH, sind die Auszeichnungen mit ihrem Namen verbunden. Mit dem jährlich verliehenen Preis möchte der Paritätische Wohlfahrtsverband, Landesverband Bayern e.V. bürgerschaftliches Engagement stärken und auszeichnen.

Die Gruppe Bad Kissingen wurde am 24. Februar 1986 gegründet. Seit diesem Tag setzt sich Otto Reusch mit unermüdlichem Engagement für die Belange der Mitglieder als Gruppensprecher ein.



Otto Reusch bei der Verleihung der silbernen Ehrennadel des Luise-Kiesselbach-Preises. Wir gratulieren!



Gruppenbild mit den Geehrten des Paritätischen in Bayern 2010. Vorne (mit der roten Jacke) Helga JÄHNICHE aus Dachau, Mitglied des Bundesvorstands der Deutschen Rheumaliga. Wir gratulieren ihr herzlich zur goldenen Ehrennadel

25 Jahre Gruppe Bad Kissingen

Eine Einladung

Im Frühjahr 2011 feiert die Gruppe Bad Kissingen ihr 25-jähriges Jubiläum. Zu den Veranstaltungen in Bad Bocklet lädt der Gruppensprecher Otto REUSCH herzlich ein. Das Programm beginnt am Freitag, den 25. März

15:30 Führung durch die Kuranlagen von Bad Bocklet

18:00 Abendessen im Caritas Kurhaus

19:30 Gemütlicher Erfahrungsaustausch

Samstag den 26. März

9:00 Öffnung der Infostände in der Wandelhalle Bad Bocklet

10:00 Eröffnung der Jubiläumsveranstaltung im Großen Saal, Grußworte von Oberbürgermeister Kai BLANKENBURG, Landrat Thomas BOLD und dem Landtagsabgeordneten Robert KIESEL

Ca. 10:30 Arztvortrag von Frau Dr. Ursula EMMERT
Chefärztin der Orthopädie im Rehaszentrum Bad Bocklet

Von 12:30 bis 18 00 ist das Gruppensprechertreffen des Landesverbands Bayern mit Information und Erfahrungsaustausch der Gruppensprecher

18:30 Eröffnung des bunten Abends

19:00 Kalt - warmes Büfett

20:00 Musik, Tanz und Tombola.

Sonntag den 27. März

9:30 Abfahrt nach Bad Kissingen mit dem Bus

10:00 Stadtführung Treffpunkt Maxbrunnen, ca. 90 min

Zu allen Programmpunkten sind Gäste herzlich eingeladen.

Dank

Im Jahr 2010 wurde der Landesverband Bayern der DVMB großzügig unterstützt von:

dem Land Bayern (Zentrum Bayern Familie und Soziales),

der Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassen (Pauschalförderung)

und bei Projektförderungen von

der TK,

der Arbeitsgemeinschaft der AOK, BKK, LKK und Innungskassen,

der DAK

und der GEK/Barmer.

Wir danken vielmals für die gewährten Unterstützungen, ohne die uns nicht alle Aktivitäten für unsere Gruppen und Mitglieder möglich gewesen wären. Die Förderungen tragen wesentlich zu den finanziellen Mitteln des Landesverbands bei.

Jin Shin Jyutsu – Japanische Heilströme

Frauenregionaltreffen in Landshut

von Christina Schneider, Frauennetzwerk im Landesverband Bayern

Beim Frauentreff in Landshut wurde uns auch „Jin Shin Jyutsu“ vorgestellt, eine japanische Heilmethode, in der wir westlichen Menschen uns meist unbewusst im täglichen Leben bereits üben. Versuchen wir uns an etwas zu erinnern oder wir sollten uns konzentrieren, fassen wir uns an die Stirne. Auch bei Rückenproblemen gehen wir vielleicht mit den Händen an das schmerzende Kreuz. Kleinkinder beruhigen sich oft, indem sie sich den Finger in den Mund stecken. Erwachsene lutschen nicht mehr am Daumen, aber sie drücken und halten ihn und wünschen sich, dass etwas gelingt.

Jin Shin Jyutsu hat etwas mit unseren energiebegabten Händen und den 26 Energieschlössern (Körperzonen) zu tun. Zehn Finger und zehn Zehen, die das Ende und den Anfang der Energieleitbahnen (Meridiane) in unserem Körper bilden.

Werden diese Bahnen durch physische oder oft auch psychische Belastung blockiert, können Funktionsstörungen auftreten. Unwohlsein und Schmerzen können folgen. Der Stau muss beseitigt werden.

Jin Shin Jyutsu bringt die Lebensenergie einfach ins Gleichgewicht.

Durch Berührung der Energiezentren mit der positiv gepolten rechten und der negativ gepolten linken Hand entsteht, wie beim elektrischen Strom ein Spannungsfeld. Mit dessen Hilfe wird Energie zum Fließen gebracht. So können auch ganz alte Blockaden aufgehoben und verloren gegangene Funktionen neu belebt werden.

Es gibt keine Massage, keinen Druck, keine Stimulation oder Reizung. Es braucht jedoch Zeit. Der Vorteil dieser Kunst (Vorläufer der Akupunktur), die kluge japanische Meister vor über 4000 Jahren ihren Schülern lehrten, liegt darin, dass sie sich als Werkzeuge nur der Hände und der Intelligenz des eigenen Körpers bedienen.



Therapeutin Frau Walburga-Helena RAGNER bei der Vorstellung und praktischen Übung

Wir gratulieren:

Am 7. Februar hatte Anton GSCHWENDTNER, Gruppensprecher in Deggendorf, seinen 55sten Geburtstag.

Am 8. Februar konnte Angelika KREITMEIER, sehr rührige Sprecherin der Gruppe Lauf, einen runden Geburtstag feiern.

Am 6. März hat Erwin RESTER, Gruppensprecher in Ingolstadt, seinen sechzigsten Geburtstag.

Gerhard MÜLLER, Sprecher in Marktheidenfeld, wird am 27. April seinen sechzigsten Geburtstag feiern können.

Thomas DIET, Gruppensprecher in Weilheim, hat am 18. Mai 45sten Geburtstag.

Am 25. Mai wird Gisela KASTNER, Sprecherin der Gruppe Amberg, einen runden Geburtstag feiern.

Wir gratulieren diesen und allen anderen Geburtstagskindern herzlich und wünschen alles Gute.

Veranstaltungen 2011 des Landesverbands Bayern		
Sa./So., 26./27. März 2011	Gruppensprechertreffen in Bad Bocklet	Info Wolfgang Klimsch
Samstag, 14. Mai 2011	Volleyballturnier in Ingolstadt	Info E. Rester, 0841 - 41729
Do., 19. - So., 22. Mai 2011	Seminar der Jungen Bechterewler in Jáchimov (Tschechien)	Info Christin Fröhmel
Sa., 2. Juli 2011	Frauentreff in Augsburg	Info Christina Scheider
Fr., 30. Sept. - Mo., 3. Okt. 2011	Entspannung und Mobilisation in Oase Steinerskirchen, 86558 Hohenwart	Info Christina Scheider
Samstag, 15. Oktober 2011	Mitgliederversammlung in Ingolstadt	Info Wolfgang Klimsch

Sprechstunde des LV Bayern:
Mittwochs 15.00–20.00 Uhr ist Wolfgang Klimsch im Büro des LV zu erreichen: Tel. 089 768047, Fax. 089 7257621;
E-Mail: klimsch@dymb-by.de
Telefonsprechzeit bei Frauenansprechpartnerin
Christina Schneider:
Mo. 18.00–21.00 Uhr; Tel. 09741 3887
Kontakt Junge Bechterewler: Christin, Tel. 089 20353032
E-Mail: Christin@dymb-by.de

Impressum:
„Bayern-Info“ ist ein Mitteilungsblatt des Landesverbands Bayern e.V. der DVMB und ist dem Morbus-Bechterew-Journal beigeheftet.
Redaktion: Dr. Eckhard Pfeiffer, Bichlstr.15, 83278 Traunstein
E-Mail: Pfeiffer@bechterew.de
Verantwortlich: Dr. Eckhard Pfeiffer.