

### RHEUMAPATIENTEN-TAG 2019

## Bewegung – das neue „Medikament“

**Bewegung und Rheuma – das war eines der zentralen Themen des Patiententages am 6. April in Bad Kreuznach. Eingeladen hatte der Landesverband Rheinland-Pfalz der Deutschen Rheuma-Liga gemeinsam mit dem Acura Rheumazentrum.**

Dr. Martin Hesse, Vizepräsident des Landesverbandes, hieß die zahlreichen Teilnehmer im grünen Saal des Parkhotels Kurhaus willkommen. Er betonte die Wichtigkeit von Bewegung bei der Bewälti-



Dr. Martin Hesse

gung der Krankheitsfolgen. Die Therapieempfehlung „Schonung und Ruhe“ sei überholt, betonte er, und die positiven Auswirkungen von Bewegung für gesunde wie für kranke Menschen durch Studien belegt.

Mit dem Funktionstraining und weiteren Bewegungsangeboten bietet die Rheuma-Liga den Betroffenen die Möglichkeit, durch kontinuierliches Training ihre gesundheitliche Situation zu bessern. Durch das gemeinsame Üben in der Gruppe werden auch soziale Kontakte geknüpft, und der Austausch untereinander kann Hilfestellung geben bei der Auseinandersetzung mit der Krankheit.

Anschließend begrüßte Prof. Dr. Andreas Schwarting, der Leiter des Acura Rheumazentrums Bad Kreuznach, die Zuhörer. Der Patiententag, der jährlich zeitgleich mit der Tagung der Arbeitsgemeinschaft Rheumatologie Rheinland-Pfalz stattfindet, hat das Ziel, den Betroffenen neue medizinische Inhalte ihre Krankheit betreffend nahe zu bringen.

### Neues aus der Rheumatologie

In seinem Vortrag „Neues aus der Rheumatologie“ stellte Dr. Manfred Rittich, Chefarzt im Marienhaus Klinikum Eifel, die wesentlichen Inhalte der 2018 neu formulierten Leitlinien der Deutschen →

### EDITORIAL

*Liebe Leserinnen  
und Leser,  
liebe Mitglieder,*

vor kurzem haben in den acht Regionen unseres Landesverbandes wieder die jährlichen regionalen Gruppentreffen stattgefunden. Für den regen Erfahrungs- und Meinungsaustausch bei diesen Treffen danke ich den beteiligten ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern herzlich. Mein Dank gilt natürlich auch all denen, die mit ihrem freiwilligen Engagement, wo auch immer in den Arbeitsgemeinschaften, dafür sorgen, dass die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz eine lebendige Gemeinschaft ist.

Seit gut einem Jahr bin ich Schatzmeister des Landesverbandes – und damit auch für unseren Haushalt zuständig. Daher möchte ich die Gelegenheit nutzen, an die Mitglieder zu appellieren, die ihren Jahresbeitrag für 2019 noch nicht gezahlt haben: Holen Sie dies bitte nach – oder besser noch, nutzen Sie die Möglichkeit des Bankeinzugs (s. Seite 5).



Ich wünsche  
Ihnen einen  
schönen Sommer!

Ihr Dr. Matthias  
Schmidt-Ohlemann

Fortsetzung von Seite 1



Thea Besic und Uta Liedtke am Infostand

→ Gesellschaft für Rheumatologie zur Versorgung von Patienten mit rheumatoider Arthritis und anderen entzündlichen rheumatischen Erkrankungen vor. Ein zentrales Anliegen dieser überarbeiteten Leitlinien ist es, dass Patienten mit entzündlichen rheumatischen Erkrankungen eine für alle gleich qualitativ hochwertige Therapie bekommen.

Als eines der wichtigsten Ziele der Leitlinien, die den neuen medizinischen Erkenntnissen angepasst wurden, wird für die Behandlung der rheumatoiden Arthritis die bestmögliche medizinische Betreuung durch den Arzt genannt. Sie soll auf gemeinsamen Entscheidungen von Rheumatologen und Patienten basieren, denn ein gut informierter Patient wird die Therapiemaßnahmen auch annehmen. Außerdem werden so leichter Ängste vor Medikamenten und ihren möglichen Nebenwirkungen sowie vor der Krankheit genommen.

Ebenfalls neu in den Leitlinien ist das Prinzip der Wirtschaftlichkeit, das den Arzt dazu anhält, die preiswerteren, aber genauso wirkungsvollen Medikamente (Biosimilars) zu verordnen. Der Einsatz von Kortison soll möglichst auf den Behandlungsbeginn zur Bekämpfung von Entzündungen beschränkt bleiben und im weiteren Verlauf durch Basismedikamente wie MTX oder bei anhaltenden Beschwerden durch Biologika oder Biosimilars ersetzt werden. Auch hier ist eine

einvernehmliche Absprache zwischen Arzt und Patient nötig.

Dr. Rittich informierte auch über den Therapieverlauf, wie ihn die Leitlinien als optimale Versorgung des Patienten darstellen. Sechs Wochen nach Therapiebeginn sollte eine Kontrolle stattfinden, nach drei Monaten eine weitere. Die Medikation sollte dann den Befunden angepasst werden.

Wie es mit der tatsächlichen Versorgung der Rheumapatienten aussieht, stellte Dr. Rittich anhand von Daten der Techniker Krankenkasse aus den Jahren 2012 bis 2015 dar. In diesem Zeitraum erhielten etwa 70 Prozent der erfassten Betroffenen eine zu späte oder keine zeitgemäße Therapie.

Am Ende seiner Ausführungen ging Dr. Rittich auf die Arthrose ein, unter der vor allem viele ältere Patienten leiden. Er erläuterte die überarbeiteten Leitlinien der EULAR (European League Against Rheumatism) am Beispiel der Fingerpolyarthrose. Die Schonung erkrankter Gelenke ist ein überholtes Prinzip; Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und zur Kräftigung der betroffenen Gelenke sind wichtige Elemente der Therapie. Auch Orthesen können wirksam helfen. Orale Medikation kann erfolgen, konventionelle oder biologische Rheumamedikamente sollen ebenso wie Kortison nicht eingesetzt werden. Auch der Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln wird als nicht empfehlenswert genannt.



Nicole Stefan-Schick



Prof. Dr. Andreas Schwarting (links) und Dr. Manfred Rittich

### **Bewegung und Rheuma: Wie viel, was und wann?**

Diese Fragestellung beantwortete Matthias Dreher, Sport- und Bewegungstherapeut und wissenschaftlicher Mitarbeiter der Universitätsmedizin Mainz, in seinem Vortrag. Anhand von Studienergebnissen zeigte er auf, dass kontinuierliche körperliche Aktivitäten auch bei Patienten mit rheumatoider Arthritis deutlich positive Aspekte auf den Krankheitsverlauf haben. Ausdauer und Kraft nehmen deutlich zu, und die Krankheitssymptome bessern sich merklich.

Als Empfehlung riet er, sich mindestens 30 Minuten täglich aktiv zu bewegen und einmal in der Woche für etwa 75 Minuten mit einer höheren Aktivität zu trainieren. Auch Ältere sollten regelmäßig Übungseinheiten in ihren Alltag einbauen, um so dem Abbau der körperlichen Leistungsfähigkeit entgegen zu wirken. Ein individueller Ansatz und Betreuung sind hierbei wichtig, und auch die Auswahl der Sportart sollte gut überlegt werden. Generell gilt: So viel wie möglich bewegen – jeder Schritt zählt – laufen ohne zu schnaufen – es ist nie zu spät!

### **Das Programm „aktiv hoch r“**

Anschließend hatten die Teilnehmer selbst Gelegenheit, sich zu bewegen und auch die Reaktionsfähigkeit und Konzentration zu trainieren. Nicole Stefan-Schick, Referentin Bewegungsangebote im →

Bundesverband der Deutschen Rheuma-Liga, stellte „aktiv hoch r – das Bewegungsprogramm für mehr Lebensqualität“ vor. Der Ansatz des Programms ist ganzheitlich ausgerichtet:

- Durch Bewegen werden Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit geschult.
- Mit dem Wissen über Effekte und Wirkung von Bewegungen können Teilnehmer die individuelle Belastung steuern.

• Über das Wollen entsteht Motivation zur Umsetzung in die Praxis.

Das Programm wird von geschulten Trainern als Kurs mit zwölf Übungseinheiten von 90 Minuten Dauer angeboten. Es wird von den Krankenkassen als Präventionsmaßnahme anerkannt.

Vor und nach den Vorträgen hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, verschiedene Info-Stände zu besuchen. Unter dem Motto „Leben mit Rheuma“ präsentierten sich der Landesverband Rheinland-Pfalz der Deutschen Rheuma-Liga, das Netzwerk Fibromyalgie Rheinland-Pfalz, Seltene rheumatische Erkrankungen, der Elternkreis rheumakrankter Kinder, das Acura Rheumazentrum und das Netzwerk zur Früherkennung Rheuma-VOR. ←

Mechthild Janz, öAG Frankenthal und Mitglied der mobil-Redaktion

## FRÜHERKENNUNG UND INFORMATION AM RHEUMABUS

# Fünf Tage – fünf Stationen

**Die frühzeitige Erkennung entzündlich-rheumatischer Erkrankungen und die Information über Behandlung und Selbsthilfe – das waren auch in diesem Jahr die Schwerpunkte der Rheumabus-Tour. Im Mai machte das Infomobil in fünf Städten Halt.**

Das Netzwerk Rheuma-VOR, die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz und weitere Partner informierten vom 13. bis zum 17. Mai über „Rheuma“ und aktuelle Behandlungsmöglichkeiten. „Rheuma hat viele Gesichter und ist oft schwer zu erkennen“, so Prof. Dr. Andreas Schwarting, Projektleiter von Rheuma-VOR. Etwa neun Millionen Menschen in Deutschland seien betroffen – Jüngere und Ältere, Frauen und Männer.

Wenn die Erkrankung aber frühzeitig diagnostiziert und behandelt wird, lässt sich bei vielen Betroffenen der Krankheitsverlauf positiv beeinflussen. So bleibt die Lebensqualität trotz einer rheumatischen Erkrankung erhalten. Durch koordinierte Kooperation zwischen Patienten, Haus- und Fachärzten will Rheuma-VOR deshalb die frühe Erkennung und fachgerechte Behandlung optimieren.

Die Rheumabus-Tour bietet in jedem Jahr zahlreichen Menschen die Möglichkeit, sich vor Ort über rheumatische Erkrankungen und das Thema Früherken-



Gesundheitsdezernent am Rheumabus (v.l.): Nadine Joerg (Geschäftsstelle des Landesverbandes), Christiane Solbach (Vorstand Landesverband), Dr. Eckart Lensch (Gesundheits- und Sozialdezernent der Stadt Mainz) und Margit Schmalhofer (Geschäftsführerin des Landesverbandes)

nung zu informieren – und das mitten in der Stadt, nicht in einer Klinik oder Arztpraxis. Die Besucher können mit ärztlichen Experten und mit Betroffenen sprechen und so Informationen aus erster Hand erhalten.

In diesem Jahr startete die Tour am Theaterplatz in der Landeshauptstadt Mainz. Danach ging es nach Pirmasens, wo der Rheumabus am Schlossplatz Halt machte. Die dritte Station war im Saarland; dort stand der Bus an der Europagaleriesaarbrücken. Weiter ging es nach

Gerolstein zur Stadthalle, und letzte Station war der Marktplatz in Bad Marienberg. An allen fünf Standorten war der Rheumabus von 10 bis 16 Uhr im Einsatz.

Im Bus konnte jeder Interessierte ein Frühscreening nutzen und sich über Behandlungsmöglichkeiten informieren. Aber auch Besucher, die bereits eine Diagnose haben, konnten Neues erfahren – über aktuelle Entwicklungen in der Therapie und Rehabilitation, einfache Hilfsmittel und Bewegungsübungen oder die Angebote der Rheuma-Liga vor Ort. Auch der „HandScan“ gehörte zum Informationsangebot im Bus. Dieser Scanner ermöglicht es, einen Blick in die Fingergelenke zu werfen, um so Gelenkentzündungen zu entdecken.

Ziel des Netzwerks Rheuma-VOR ist es, Behandlungsangebote für Rheumapatienten aufzubauen, damit entzündlich-rheumatische Erkrankungen früher entdeckt und schneller behandelt werden können. Gleichzeitig fördert es die Forschung auf dem Gebiet der Versorgung von Rheumapatienten. Partner der Rheumabus-Tour sind auch die Landesverbände Rheinland-Pfalz und Saar der Deutschen Rheuma-Liga, die Acura Kliniken Rheinland-Pfalz, die Universitätsmedizin Mainz, Rheumazentrum und Universitätsklinikum des Saarlandes sowie die Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew. ←

## TERMINE BIS ENDE OKTOBER

# Neue Seminare im Sommer und Herbst

**In den kommenden Wochen bietet der Landesverband Rheinland-Pfalz mehrere Seminare und Patientenschulungen an.**

Seminare, zu denen sich alle Mitglieder anmelden können, sind mit „**A**“ gekennzeichnet. An den Patientenschulungen – „**P**“ – können Mitglieder und Nichtmitglieder teilnehmen. „**EM**“ weist auf Seminare zur Qualifikation ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen hin, „**EK**“ auf Veranstaltungen des Elternkreises.

**Die folgenden fünf Termine haben wir bereits in mobil 3/2019 vorgestellt:**

**16./17. August:** Auf zu neuen Wegen (Nr. 2019-08-16 A)

**17./18. August:** Väter-Wochenende (Nr. 2019-08-17 EK – Koblenz)

**23./24. August:** Atmen und Singen (Nr. 2019-08-23 A)

**13./14. September:** Konstruktive Teamarbeit im Vorstand (Nr. 2019-09-13 EM)

**20./21. September:** Schmerz lass nach (Nr. 2019-09-20 A)

## FAMILIEN- UND YOUNGRHEUMI-WOCHENENDE

2019-09-20 **EK** (Mainz)

Dieses Seminar des Elternkreises Rheinland-Pfalz dient nicht nur dem Erfahrung- und Informationsaustausch: An dem Wochenende wird auch das 40-jährige Bestehen dieses Elternkreises ein wichtiges Thema sein. Weitere Informationen beim Rheumaelternkreis:

Beginn: Freitag, 20. September

Ende: Sonntag, 22. September

Ort: Rhein-Main Jugendherberge Mainz

[www.rheuma-liga-rlp.de/elternkreis](http://www.rheuma-liga-rlp.de/elternkreis)

E-Mail: [elternkreis@rheuma-liga-rlp.de](mailto:elternkreis@rheuma-liga-rlp.de)

## PATIENTENSCHULUNG FIBROMYALGIE

Nr. 2019-09-27 **P** (Bad Kreuznach)

– s. Kasten Seite 6 –

Beginn: Freitag, 27. September (13.30 Uhr)

Ende: Samstag, 28. September (17.45 Uhr)

Leitung: Dipl.-Psych. Bernhard Kübler-Nolde, Psychologischer Psychotherapeut

Kosten: 35 Euro für Mitglieder, 125 Euro für Nichtmitglieder

## GUT BEHÜTET IN DIE DUNKLE JAHRESZEIT

Nr. 2019-10-11 **A** (Mainz)

Die Nächte werden wieder länger, draußen wird es schmutzig und nasskalt. Bevor sich der Herbst-Blues breitmachen kann, schauen wir gemeinsam mit Hilfe der Clownerie nach Alternativen:

- Humor hilft heilen!  
Lachen ist die beste Medizin
- Leichtigkeit und Sorglosigkeit erleben
- sich und anderen in Achtsamkeit und Wertschätzung begegnen und neue Handlungsstrategien erlernen
- mit Musik und Bewegung Stimmungen positiv beeinflussen
- Atemtechniken, die aufpeppen
- Positives für zu Hause verankern, damit eine Langzeitwirkung erhalten bleibt.

Das Seminarangebot orientiert sich an der körperlichen Befindlichkeit der Teilnehmenden. Wichtig ist eine Offenheit, sich selbst und anderen auf vielleicht ungewohnte Art und Weise zu begegnen.

Beginn: Freitag, 11. Oktober (15.00 Uhr)

Ende: Samstag, 12. Oktober (15.00 Uhr)

Leitung: clownin fäustchen (Ute Faust, Sozialarbeiterin)

Kosten: 40 Euro einschl. Materialkosten

## FIBROMYALGIE-SEMINAR

Nr. 2019-10-11 **A** (Bad Kreuznach)

Das Fibromyalgie-Syndrom äußert sich mit Schmerzen in verschiedenen Körperregionen, insbesondere im Nacken und Rücken, in den Schultern, im Bereich des vorderen Brustkorbs, der Arme, an den Hüften, im Bereich der Kniegelenke und in der Umgebung der Sprunggelenke. Viele Betroffene haben weitere Beschwerden, wie Kopfschmerzen oder Schwellungs- und Taubheitsgefühl in Armen und Beinen.

Die meisten können schlecht ein- oder durchschlafen, viele fühlen sich müde und abgeschlagen oder leiden unter Depressionen und Ängsten. Doch die Beschwerden des Fibromyalgie-Syndroms können gelindert werden, zum Beispiel mit Entspannungsmethoden und Bewegung. Es gibt zahlreiche Wege – wichtig ist, für sich selbst herauszufinden, was die Beschwerden lindert oder verstärkt. Beginn: Freitag, 11. Oktober (15.00 Uhr)  
Ende: Samstag, 12. Oktober (17.00 Uhr)  
Leitung: Dipl.-Psych. Rumena Kimmel und Dipl.-Psych. Bernhard Kübler-Nolde, Psychologische Psychotherapeuten  
Kosten: 35 Euro

## PATIENTENSCHULUNG MORBUS BECHTEREW

Nr. 2019-10-25 **P** (Bad Kreuznach)

– s. Kasten Seite 6 –

Beginn: Freitag, 25. Oktober (13.30 Uhr)

Ende: Samstag, 26. Oktober (17.45 Uhr)

Leitung: Dipl.-Psych. Bernhard Kübler-Nolde, Psychologischer Psychotherapeut

Kosten: 35 Euro für Mitglieder, 125 Euro für Nichtmitglieder →

## FELDENKRAIS FÜR RHEUMAKRANKE – BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG

Nr. 2019-10-26 A (Bad Kreuznach)

Die Feldenkrais-Methode wurde von Moshé Feldenkrais entwickelt. Dabei führen die Teilnehmer einfache Bewegungen aus, die ihnen durch Erspüren und Bewusstmachen nach und nach neue Bewegungen erlauben. Durch die wiederholte Verknüpfung von Denken, Fühlen und Handeln entsteht „Bewusstheit durch Bewegung“. Die Methode ist für Menschen geeignet, die ihre eigene

Beweglichkeit verbessern möchten. Für alte und junge Menschen, mit Einschränkungen oder Behinderungen oder nicht, für Menschen, die unter Anspannungen, Schlafstörungen oder Schmerzen leiden – für alle, die einen neuen Weg suchen, mit ihrem Körper beschwerdefreier umzugehen.

Beginn: Samstag, 26. Oktober (10.00 Uhr)

Ende: Sonntag, 27. Oktober (13.30 Uhr)

Leitung: Christine Lißmann, Heilpraktikerin  
und Feldenkrais-Lehrerin

Kosten: 35 Euro

**Übernachtung im Preis enthalten:** Der Kostenanteil, den ein Teilnehmer für eine Schulung oder ein Seminar zahlt, schließt auch die Unterkunft und Verpflegung im Hotel ein. Dass die Kurse kostengünstig angeboten werden können, ist neben der Organisation durch den Landesverband auch einigen Förderern zu verdanken. Die Seminare und Patientenschulungen der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz werden finanziell unterstützt durch die Aktion Mensch, die Deutsche Rentenversicherung Bund und die GKV Selbsthilfe-Förderung. →

# Ihr Mitgliedsbeitrag 2019

Damit die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz ihre Hilfs- und Selbsthilfe-Aktivitäten anbieten und durchführen kann, sind wir auch auf die Unterstützung durch unsere Mitglieder angewiesen. Der Jahresbeitrag 2019 war am 15. Februar fällig, doch noch immer haben nicht alle den Betrag gezahlt.

Deshalb bitten wir Sie erneut, dies so schnell wie möglich nachzuholen. Oder machen Sie es sich und uns mit dem Lastschriftmandat einfacher: Schneiden Sie den Vordruck unten aus, oder kopieren Sie ihn. Dann tragen Sie Ihre Kontodaten ein (Unterschrift nicht vergessen!) und senden das ausgefüllte Mandat an die Geschäftsstelle des Landesverbandes. Vielen Dank!

## Basis-Lastschriftmandat

**Deutsche Rheuma-Liga – Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. –**  
Gläubiger-Identifikationsnummer DE03ZZZ00000116606

Mandatsreferenz (Ihre Mitglieds-Nr.):

## SEPA-Lastschriftmandat

Ich/Wir ermächtige(n) die Deutsche Rheuma-Liga, LV Rheinland-Pfalz e.V., Zahlungen von meinem/ unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/ unser Kreditinstitut an, die von der Deutschen Rheuma-Liga auf das Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/ unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name (Kontoinhaber):

Straße und Hausnummer:

Postleitzahl und Ort:

Kreditinstitut (Name der Bank):

IBAN:

Dieses Lastschriftmandat gilt für das Mitglied (Vorname und Name):  
– nur ergänzen, falls das Mitglied nicht der Kontoinhaber ist –

Ort/Datum/Unterschrift des Kontoinhabers:

Fortsetzung von Seite 5

**Anmeldung:** Wenn Sie an einem Seminar oder einer Patientenschulung teilnehmen möchten, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle des Landesverbandes (Anschrift s. Impressum auf Seite 8, E-Mail-Adresse: [seminare@rheuma-liga-rlp.de](mailto:seminare@rheuma-liga-rlp.de)). Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

**Absagen:** Ihre Anmeldung zu einem Seminar/einer Schulung ist verbindlich. Bei kurzfristigen Absagen (weniger als eine Woche vor Beginn) müssen wir Ihnen die entstehenden Kosten in Rechnung stellen.

**Ort:** Die Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angegeben, im Caravelle Hotel im Park (Weinkauffstraße 1, 55543 Bad Kreuznach) statt.

**Informationen:** Alle Seminare der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz finden Sie auch auf unseren Internet-Seiten: [www.rheuma-liga-rlp.de](http://www.rheuma-liga-rlp.de) > „Therapie und Hilfe“. Weitere Auskünfte erhalten Sie beim Landesverband Rheinland-Pfalz der Deutschen Rheuma-Liga, Frau Margit Schmalhofer, Telefon 0671 8340454. ←

#### Patientenschulung:

In diesen erkrankungsspezifischen Kursen lernen Patienten mit Fibromyalgie (Schulung im September) bzw. Morbus Bechterew (Oktober) mehr über ihre Erkrankung und können so aktiv mit ihr umgehen. Das Mitwirken an der Therapie wirkt sich positiv auf die Krankheitsbewältigung aus. Das Schulungsteam des Acura Rheumazentrums ist mit der Erkrankung seit langem vertraut und speziell geschult. Das Programm und die Inhalte sind an den Erfahrungen und Vorkenntnissen der Teilnehmer orientiert. Anmelden können sich Mitglieder und Nichtmitglieder mit einer gesicherten Diagnose.

# Auszeichnung in Altenkirchen

**Bei der diesjährigen Mitgliederversammlung ehrte die örtliche Arbeitsgemeinschaft Altenkirchen mehrere langjährige Mitglieder für ihre Treue zur Rheuma-Liga. Einige von ihnen sind in der öAG auch ehrenamtlich engagiert.**

Für 25 Jahre Mitgliedschaft wurden Doris Becker und die Beisitzerin Brigitte Klein geehrt, Erna Schmidt ist seit 20 Jahren dabei. Seit 10 Jahren gehören Rechnungsprüfer Hans Erich Schumacher und die stellvertretende Vorsitzende Edith Gerhards der Arbeitsgemeinschaft an. Helga Kober, die 1. Vorsitzende der öAG Altenkirchen, dankte den ehrenamtlich tätigen Mitgliedern für ihre tatkräftige Unterstützung und allen für die Mitgliedschaft in der Rheuma-Liga.

Bei der Ehrung (v.l.):  
Hans Erich Schumacher,  
Helga Kober, Doris Becker,  
Brigitte Klein, Erna Schmidt  
und Edith Gerhards



## Kultur-Taschen in Adenau

Der Vorstand der öAG Adenau hat vom Landesverband einige leuchtend grüne Kulturtaschen erhalten. Dank dieser Taschen kann nun im Vorstand, und auch in den Therapiegruppen, einfacher aufgeräumt werden – nach dem Motto „Ist das Kunst oder kann das weg?“ Die öAG Adenau dankt herzlich für diese Idee. ←





Gute Laune am Rosenmontag

**ARBEITSGEMEINSCHAFT BAD DÜRKHEIM-NEUSTADT**

# Gymnastik auch am Rosenmontag

**Jeden Montag um 17 Uhr treffen sich die Mitglieder einer der Trockengymnastik-Gruppen der örtlichen AG Bad Dürkheim-Neustadt. Der Rosenmontag war da keine Ausnahme, aber dennoch Anlass für eine Feier.**

Die Gruppe kommt regelmäßig zum Funktionstraining in der alten Schule in Ruppertsberg zusammen. Die Teilnehmer haben unterschiedliche rheumatische Erkrankungen – Arthrose, Fibromyalgie und andere.

Auch nach dem Training oder in der Freizeit treffen sich die Teilnehmer, etwa

für kleine Wanderungen oder zu einem gemütlichen Umtrunk. Am Rosenmontag feierten sie – nach der Trockengymnastik – gemeinsam mit Sekt oder Saft. Ob verkleidet oder nicht, alle hatten gute Laune bei diesem Treffen.

Wer Interesse hat, in der öAG Bad Dürkheim-Neustadt mitzumachen, ist herzlich eingeladen.

**ANSPRECHPARTNER SIND:**

Fritz Senk (1. Vorsitzender),  
Telefon 06322 9882886

Isolde Müller (2. Vorsitzende),  
Telefon 06321 1887633.

**Info-Verteiler:** Die örtlichen Arbeitsgemeinschaften der Rheuma-Liga bieten zahlreiche Veranstaltungen an, bei denen auch Gäste willkommen sind. Wir nehmen Sie gern in unseren E-Mail-Verteiler auf, wenn Sie an Veranstaltungshinweisen und anderen aktuellen Nachrichten des Landesverbandes interessiert sind. Der Info-Verteiler ist kostenlos und kann jederzeit widerrufen werden. Bei Interesse senden Sie bitte eine Mail an: [infoverteiler@rheuma-liga-rlp.de](mailto:infoverteiler@rheuma-liga-rlp.de).



Vorstand der öAG Mayen

## Klausur am See

**Der frisch gewählte Vorstand der öAG Mayen** traf sich am 10. April mit Geschäftsführerin Margit Schmalhofer zu einer Vorstandsklausur am Laacher See. Viele Zusammenhänge und Fragen rund um die Vorstandsarbeit konnten an diesem Tag besprochen und geklärt werden. [←](#)



Das Vorstandsteam der öAG Bad Breisig

## Infotag Funktionstraining

**Das Vorstandsteam der örtlichen Arbeitsgemeinschaft Bad Breisig informierte sich beim Infotag am 11. März über die Rahmenvereinbarung zum Funktionstraining.**

Auch die neue Software „TTools“ des Landesverbandes für Mitgliederverwaltung und Funktionstraining war ein wichtiges Thema. Bettina Augustin und Margit Schmalhofer standen für die konkreten Fragen der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zur Verfügung. [←](#)

## ÖRTLICHE ARBEITSGEMEINSCHAFT MAINZ

# Dank und Ausstellung



Assalinde Jera

**Die öAG Mainz hat ihre Mitgliederversammlung am 4. April zum Anlass genommen, der bisherigen Leiterin ihrer Wandergruppe für ihr Engagement zu danken.**

Seit mehr als 20 Jahren organisiert Assalinde Jera die Wandergruppe der Arbeitsgemeinschaft. Doch aus gesundheitlichen Gründen kann sie die Aktivitäten der Gruppe nun nicht mehr leiten. Die Teilnehmer trafen sich einmal im Monat am Mainzer Hauptbahnhof und fuhren dann gemeinsam an den Stadtrand, um dort



Der Infostand in Mainz

ein gutes Stück zu laufen und danach einzukehren.

In diesen Jahren hat Assalinde Jera dabei viele Kilometer zurückgelegt. Die Gemeinschaft in der Gruppe war ihr immer wichtig, und so fand sie auch für Mitglieder, die weniger mobil waren, stets eine Möglichkeit, zumindest zum geselligen Beisammensein zu kommen. Sie hofft, dass sich jemand in der Arbeitsgemeinschaft findet, der die Wandergruppe aufleben lässt.

Einige Tage nach der Mitgliederversammlung nahm die öAG Mainz mit dem

Netzwerk Fibromyalgie der Rheuma-Liga an der Rheinland-Pfalz-Ausstellung teil. Am 14. April waren die ehrenamtlichen Berater am Infostand auf dem Messegelände.

Die zahlreichen Besucher zeigten sich interessiert, und es gab viele gute Gespräche. Aber auch der Austausch mit anderen Selbsthilfegruppen war informativ und hilfreich. Dieser Tag war für die Helfer am Stand zwar sehr anstrengend, so ihr Fazit, doch die gemeinsame Arbeit hat auch viel Freude gemacht. ←

## Langjährige Mitglieder geehrt

**Die Mitgliederversammlung der örtlichen Arbeitsgemeinschaft Bad Bergzabern am 30. März war auch Anlass für Ehrungen.**

22 Mitglieder der öAG erhielten ein herzliches Dankeschön für 10, 20, 25, 30, 35 und 40 Jahre Mitgliedschaft. Das Foto zeigt, stellvertretend für alle Geehrten, das Ehepaar Ingrid und Hermann Nehr. Seit nunmehr 35 Jahren nehmen die beiden regelmäßig jede Woche am Funk-



Ehrung in Bad Bergzabern

tionstraining der Arbeitsgemeinschaft teil. Der Vorstand der öAG gratuliert den langjährigen Mitgliedern der Rheuma-Liga nochmals und dankt ihnen für ihre Treue. ←

### IMPRESSUM

#### Herausgeber:

Deutsche Rheuma-Liga,  
Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.  
Schloßstraße 1  
55543 Bad Kreuznach  
Telefon 0671 83404-50  
Fax 0671 83404-60  
Bankverbindung/IBAN:  
DE05 5609 0000 0002 0635 82  
Volksbank Rhein-Nahe-Hunsrück eG  
www.rheuma-liga-rlp.de  
E-Mail: info@rheuma-liga-rlp.de

#### Verantwortlich für den Inhalt:

Margit Schmalhofer (Geschäftsführerin)

**Redaktion:** Christian Feldhaus

**Auflage:** 17.500