



Liebe Leser, liebe Mitglieder,

in dieser Ausgabe von „mobil“ Rheinland-Pfalz berichten wir zunächst über zwei Themen, die eng miteinander verbunden sind: Am 8. Mai fand in Mainz die Auftakt-Veranstaltung des neuen Netzwerkes „Rheuma-VOR“ statt. Sein Ziel ist es, bei entzündlich-rheumatischen Erkrankungen die Zeit zwischen dem Auftreten der ersten Beschwerden und dem Zugang zur fachärztlichen Behandlung deutlich zu verkürzen und die Zusammenarbeit aller Beteiligten zu verbessern.

Wir freuen uns und sind auch ein wenig stolz darauf, dass die Initiative zu Rheuma-VOR, an dem auch Niedersachsen und das Saarland teilnehmen, von Rheinland-Pfalz ausging. Leiter dieses Projekts ist Prof. Dr. Andreas Schwarting (Mainz/Bad Kreuznach). Nach dieser Veranstaltung startete am gleichen Ort die Rheumabus-Tour 2017 durch Rheinland-Pfalz. Vom 8. bis zum 11. Mai war der Bus diesmal unterwegs, und auch hier war das neue Netzwerk ein wichtiges Thema. Für die diesjährige Bustour und für „Rheuma-VOR“ hat Gesundheitsministerin Sabine Bätzing-

Lichtenthäler die Schirmherrschaft übernommen.

Die Delegiertenkonferenz am 23. Juni war auch in diesem Jahr Gelegenheit, wichtige Themen zu diskutieren und über Perspektiven für unsere Arbeit zu sprechen. Herzlichen Dank allen, die an diesem Tag teilgenommen haben! Wir werden in der nächsten „mobil“-Ausgabe über die Delegiertenkonferenz 2017 berichten.

*Ihr Dr. Ulf Droste
(Präsident)*



Rheuma-Netzwerk: Aus Adapthera wird Rheuma-VOR

Für die Therapie rheumatischer Erkrankungen ist eine frühzeitige Diagnose besonders wichtig. Hier setzt das neue Netzwerk „Rheuma-VOR“ an, zu dessen Partnern auch die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz gehört.

Bei einer entzündlich-rheumatischen Erkrankung können bereits kurz nach den ers-

ten Beschwerden Gelenkerstörungen eintreten. Daher ist es für den Erfolg der Behandlung von großer Bedeutung, dass die richtige Diagnose rasch gestellt wird. Doch in Deutschland haben die Betroffenen im Durchschnitt erst nach fast einem Jahr Kontakt zu einem Rheumatologen.

Diese lange Zeit zu verkürzen war bereits das Ziel des Netzwerkes Adapthera in Rheinland-Pfalz, an dem die Rheuma-Liga ebenfalls beteiligt war. Dabei ging es um die Früherkennung rheumatoider Arthritis bei Patienten in Rheinland-Pfalz. Das am 1. Mai gestartete Projekt „Rheuma-VOR“ erweitert dieses Konzept – zum einen auf weitere Erkrankungen, aber auch auf andere Bundesländer.

Bei der Auftaktveranstaltung „Aus Adapthera wird Rheuma-VOR“ am 8. Mai in Mainz wies Prof. Dr.

Andreas Schwarting, Leiter des Schwerpunktes Rheumatologie und klinische Immunologie der Mainzer Universitätsmedizin und Ärztlicher Direktor der Acura Kliniken in Bad Kreuznach, auf die Ziele der neuen Initiative hin. Das Projekt Rheuma-VOR (Rheumaversorgung optimiert koordinieren) bezieht außer der rheumatoiden Arthritis nun auch Morbus Bechterew, Psoriasis-Arthritis, Kollagenosen und Vaskulitiden ein. Außerdem umfasst es neben Rheinland-Pfalz auch Niedersachsen und das Saarland.

Zugleich zog Prof. Schwarting eine Bilanz der Arbeit von Adapthera. Dank der engen Zusammenarbeit von Rheumatologen und Hausärzten in diesem Netzwerk und einer guten Organisation war der Weg zum Facharzt hier deutlich kürzer. Während sonst zwischen 10 und 20 Monate vom Auftreten der Beschwerden bis zur Erstdiagnose vergehen, hatten die Patienten beim Adapthera-Projekt schon knapp 24 Tage nach der Anfrage des Hausarztes einen Facharzttermin.



Auftakt zu Rheuma-VOR (v.l.):
Prof. Dr. Andreas Schwarting, Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle,
Ministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler und
Prof. Dr. Babette Simon





Prof. Gromnica-Ihle mit Christiane Solbach vom Gesprächskreis Fibromyalgie Mainz

Wenn es ein Jahr oder fast zwei dauert, bis die erste Diagnose vorliegt, kann das bei entzündlich-rheumatischen Erkrankungen zu bleibenden Schäden führen. Durch den deutlich schnelleren Weg zur Diagnose bei Adapthera dagegen konnten mehr als 90 Prozent der Betroffenen eine Remission erreichen, die bei mehr als drei Vierteln länger als ein Jahr anhält.

Das neue auf drei Jahre angelegte Projekt Rheuma-VOR soll auch durch die Ausweitung auf weitere Erkrankungen die rheumatologische Versorgung nachhaltig verbessern. Schirmherrin dieses Vorhabens ist Sabine Bätzing-Lichtenthäler, Ministerin für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz. Sie er-

öffnete die Auftaktveranstaltung am 8. Mai in ihrem Ministerium und wies dabei auch darauf hin, dass der Impuls für Rheuma-VOR aus Rheinland-Pfalz kam. Gefördert wird es mit 6 Millionen Euro durch den Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA), dem die großen Dachverbände der Gesundheitsselfverwaltung angehören.

Prof. Dr. Babette Simon, Vorstandsvorsitzende und Medizinischer Vorstand der Universitätsmedizin Mainz, wies auf die breite Basis von „Rheuma-VOR“ hin: An dem Projekt sind Universitätskliniken und Rheumazentren in den drei Bundesländern beteiligt, zudem die Hausärzteverbände und Kassenärztlichen Vereinigungen, die Deutsche Rheuma-Liga (Bundesverband und drei Landesverbände) und weitere Partner. Auch die Unterstützung durch Telemedizin wird dabei eine Rolle spielen. Wichtig sei, sagte Prof. Simon, eine koordinierte Zusammenarbeit von Hausärzten, Fachärzten und Patienten, gesteuert und unterstützt durch fachübergreifend besetzte Koordinationsstellen.

Für die Deutsche Rheuma-Liga sprach die Ehrenpräsidentin des Bundesverbandes, Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, über die fach-

ärztliche Versorgung rheumakranker Menschen. In Deutschland fehlten im niedergelassenen Bereich über 500 internistische Rheumatologen, erklärte sie, und an den Universitäten gebe es zu wenig Lehrstühle für Rheumatologie. Wichtig seien auch mehr Ausbildungsmöglichkeiten in Fachpraxen. Die Rheuma-Liga unterstützt das Projekt Rheuma-VOR, damit mehr Betroffene die Chance haben, die richtige Hilfe zur rechten Zeit zu bekommen.

Die Deutsche Rheuma-Liga will zum einen dazu beitragen, dass rheumakranke Menschen in Rheinland-Pfalz und den anderen beteiligten Ländern über das Projekt informiert sind. Darüber hinaus bringt sie ihre Kompetenz etwa bei Patientenschulungen oder der Schulung von Hausärzten ein.

Zum Ende der Veranstaltung konnten die Teilnehmer der Veranstaltung den Rheumabus besuchen. Das Info-Mobil stand zum Auftakt der viertägigen Tour durch Rheinland-Pfalz im Innenhof des Ministeriums. Anschließend fuhr der Bus erstmals auch Stationen in Niedersachsen und dem Saarland an. Mehr über die Rheumabus-Tour in Rheinland-Pfalz lesen Sie im folgenden Beitrag.

Rheumabus-Tour 2017 – Versorgung und Selbsthilfe

Auch in diesem Jahr startete der „Rheumabus“ wieder zu einer Tour durch Rheinland-Pfalz. In acht Städten des Landes machte das Infomobil diesmal Station.

Zum Auftakt der diesjährigen Tour stand der Rheumabus in der Landeshauptstadt: Am Ministerium für Soziales, Arbeit,

Gesundheit und Demografie in Mainz konnten sich die Besucher am 8. Mai über Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, Warnzeichen für entzündlich-rheumatische Erkrankungen und über aktuelle Möglichkeiten der Therapie und der Selbsthilfe informieren.

Neues Schwerpunktthema in diesem Jahr war das Projekt „Rheuma-VOR“, an dem sich auch die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz beteiligt. Aufbauend auf den Erfahrungen des rheinland-pfälzischen Netzwerks Adapthera soll dieses neue Konzept der Versorgung die rasche Diagnose und frühzeitig einsetzende Behandlung entzündlicher Erkrankungen – rheumatoide Arthritis, Mor-



In Mainz (v.l.): Hans Solbach, Nadine Joerg, Christine Spieß und Christiane Solbach

bus Bechterew, Psoriasis-Arthritis, Kollagenosen und Vaskulitiden – sichern. Dazu wird auch eine koordinierte Zusammenarbeit von Hausärzten, Fachärzten, Selbsthilfegruppen und Patienten beitragen.

Um auf dieses Projekt aufmerksam zu machen, führte die Rheumabus-Tour 2017 im Anschluss an die Fahrt durch Rheinland-Pfalz auch ins Saarland und nach Nieder-



Viele Besucher am Bus in Hachenburg

sachsen. In diesen drei Ländern ist „Rheuma-VOR“ gestartet. (Lesen Sie dazu mehr im ersten Artikel.)

An der Tour in Rheinland-Pfalz vom 8. bis zum 11. Mai waren neben dem Veranstalter, den Acura Kliniken Rheinland-Pfalz, auch der Förderverein des Rheumazentrums Rheinland-Pfalz und der Schwerpunkt Rheumatologie der Universitätsmedizin Mainz beteiligt. Außerdem nahmen auch in diesem Jahr die Landesverbände der Deutschen Rheuma-Liga und der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew teil.

Von Mainz ging es an diesem Tag weiter nach **Rockenhausen**. Auch hier war Gelegenheit, an einem Rheuma-Schnelltest teilzunehmen. Dazu gehört ein Fragebogen, den der Besucher ausfüllt, und ein kurzer

Pieks in einen Finger. So kann ermittelt werden, ob Anzeichen für eine entzündlich-rheumatische Erkrankung vorliegen. Je eher solche Erkrankungen erkannt werden, desto besser sind die Chancen, sie erfolgreich zu behandeln.

Am nächsten Tag machte der Rheumabus zunächst in **Adenau** und am Nachmittag in **Ahrweiler** Station. Neben den Schnelltests waren für die Besucher auch die Gespräche am Bus interessant: Die an der Tour teilnehmenden Ärzte und die ehrenamtlichen Helfer der Rheuma-Liga beantworteten Fragen über Möglichkeiten der Therapie und der Eigeninitiative von Patienten.

Betzdorf und **Hachenburg** waren die Standorte am Mittwoch, 10. Mai – dem dritten Tour-Tag in Rheinland-Pfalz. Auch hier kam zur Sprache, dass „Rheuma“ viele Gesichter hat und eine frühe richtige Diagnose oft nicht einfach ist. Wenn eine rheumatische Erkrankung erst spät erkannt und behandelt wird, führt dies auch heute noch häufig zu zerstörten Gelenken, zu chronischen Schmerzen oder zum Verlust der Arbeitsfähigkeit. Wird sie aber schon bei den ersten Anzeichen fest-



Dr. Manfred Rittich (links) und Prof. Schwarting in Adenau

gestellt, kann eine rasch einsetzende Therapie bei vielen Betroffenen den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen und die Lebensqualität erhalten.

Die beiden letzten Stationen der Tour waren am 11. Mai dann **Speyer** und schließlich **Landau** in der Pfalz. Neben den Schnelltests und der persönlichen Beratung waren auch Alltags-Tipps gefragt, etwa nach Geräten, die beim Öffnen von Flaschen oder Dosen helfen.

Die Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz wies an den acht Rheumabus-Standorten auch auf ihre Bewegungsangebote, Seminare und Schulungen, Beratung und Erfahrungsaustausch und zahlreiche weitere Aktivitäten hin. Geschäftsführerin Margit Schmalhofer dankte den Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle und den ehrenamtlichen Helfern vor Ort für ihre Unterstützung bei der diesjährigen Rheumabus-Tour.



Am Rheumabus-Standort Ahrweiler (v.l.): Bettina Augustin, Thea Besic und Arno Scheuls

Seminare: August bis November 2017

Von Mitte August bis Anfang November veranstaltet der Landesverband mehrere Seminare und Patientenschulungen, zu denen wir herzlich einladen. Die mit „A“ gekennzeichneten Veranstaltungen sind für alle Mitglieder; zu denen mit dem Hinweis „EM“ können sich ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen anmelden. An der Patientenschulung („P“) können Mitglieder und Nichtmitglieder teilnehmen.

Grundlagen der Gesprächsführung

Nr. 2017-08-18 EM (Bad Kreuznach)

Dieses Seminar richtet sich an ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ihre Beratungskompetenz entwickeln und erweitern wollen. Grundlage und Perspektive für das gemeinsame inhaltliche und me-

thodische Arbeiten bildet die humanistische Psychologie, wie sie von Carl Rogers begründet worden ist.

Wichtige Elemente in Theorie und Praxis des beratenden Gespräches sind: Zuhören „mit Methode“, einführendes Verstehen, positive Wertschätzung, persönliche Stimmigkeit, Fähigkeit zur Begleitung anderer bei ihren „Selbsterkundungen“ sowie die sensible Wahrnehmung und Reflexion des eigenen Verhaltens im Gespräch. Das Seminar vermittelt mit vielen Übungen und Beispielen aus den Praxisfeldern der Teilnehmer/-innen die wichtigsten Grundlagen des helfenden Gesprächs.

Beginn: Freitag, 18. August (15 Uhr)

Ende: Samstag, 19. August (15 Uhr)

Leitung: Petra Doppler, Diplom-Pädagogin,

Supervisorin DGsv, Ausbilderin Personenzentrierte Beratung

Teilnahme für ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen kostenfrei

Konflikte erkennen – klären – lösen

Nr. 2017-08-25 EM (Bad Kreuznach)

Das Seminar richtet sich an ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die ihre Gesprächsführung in Gruppen weiterentwickeln wollen. Auf der Grundlage der personenzentrierten Gesprächsführung nach Rogers soll das verständnisvolle und einfühlsame Begleiten in Gruppengesprächen gefördert werden. Der Schwerpunkt liegt auf schwierigen und konflikthafter Gesprächssituationen. Basierend auf den Grundelementen des beratenden Gesprächs wie „aktives Zuhören“ und „Ich-Botschaften“ nach

Thomas Gordon wird beispielhaft das Umgehen mit schwierigen und konflikthafter Situationen geübt.

Die Seminarteilnehmer/-innen werden sensibilisiert, Konflikte, Blockaden und Widerstände in Gesprächssituationen wahrzunehmen, zu verstehen und damit umzugehen. Sie lernen, Konfliktsituationen offen anzusprechen und in einer fairen, nicht verletzenden Art und Weise zu klären. Diese Erweiterung der Kommunikationsfähigkeit hat das Ziel, die Basis für eine gemeinsam getragene Zusammenarbeit zu legen und einen intensiven, wertschätzenden Austausch zu gewährleisten.

Beginn: Freitag, 25. August (15 Uhr)

Ende: Samstag, 26. August (15 Uhr)

Leitung: Petra Doppler, Dipl.-Pädagogin, Supervisorin DGSv

Teilnahme für ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen kostenfrei

Begegnung mit Bewegung – Angebot für Kopf und Körper

Nr. 2017-09-08 A (Bad Kreuznach)

In diesem Seminar geht es um ganzheitliches Gedächtnis- und Bewegungstraining. Das Zusammenspiel von geistiger Arbeit und körperlicher Bewegung stärkt nicht nur die geistige Fitness, sondern auch Muskeln, Herz und Kreislauf. Ergänzende Trainingselemente wie Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Beginn: Freitag, 8. September (15 Uhr)

Ende: Samstag, 9. September (15 Uhr)

Leitung: Waltraud Deutsch, Sport- und Tanzlehrerin

Kosten: 28 Euro

Freies Sprechen und Präsentieren

Nr. 2017-09-15 EM (Bad Kreuznach)

Kennen Sie das auch: den Kloß im Hals und dieses mulmige Gefühl in der Magengegend, wenn Sie eine kurze Rede halten

Wichtig!

- Anmeldung zu Seminaren bitte
 - direkt beim Landesverband (nicht über die örtliche AG)
 - schriftlich per Post, Fax oder E-Mail (nicht telefonisch)
 - individuell (nicht als Gruppe)
- Abmeldung nur beim Landesverband (Veranstalter)

wollen? Der Kopf wird immer leerer, je näher der Termin rückt? Dagegen können Sie in diesem Seminar etwas unternehmen. In praxisnahen Situationen wollen wir ausprobieren, wie man auf seine Zuhörer wirkt und welche Tipps und Tricks man anwenden kann. Trauen Sie sich einfach!

Beginn: Freitag, 15. September (15 Uhr)

Ende: Samstag, 16. September (15 Uhr)

Leitung: Andrea Feldhaus, Dipl.-Pädagogin
Teilnahme für ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen kostenfrei

Fit für den Vorstand – Hilfen insbesondere für neue Ehrenamtler

Nr. 2017-09-29 EM (Bad Kreuznach)

Bei diesem Seminar steht die „Kommunikation nach innen“ im Mittelpunkt. Es geht also nicht um die Verwaltung des Funktionstrainings oder um die Rechnungsführung, sondern vielmehr um Themen wie die fruchtbare Zusammenarbeit innerhalb des Vorstands, Jahresplanung, Entscheidungen finden ohne Konflikte oder die Gestaltung von Sitzungen. Auch zum Erfahrungsaustausch untereinander wird an diesen beiden Tagen ausreichend Gelegenheit sein.

Beginn: Freitag, 29. September (15 Uhr)

Ende: Samstag, 30. September (15 Uhr)

Leitung: Andrea Feldhaus, Dipl.-Pädagogin
Teilnahme für ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen kostenfrei

Feldenkrais für Rheumakranke – Bewusstheit durch Bewegung

Nr. 2017-10-13 A (Bad Kreuznach)

Die Feldenkrais-Methode wurde von Moshé Feldenkrais entwickelt. Dabei führen die Teilnehmer einfache Bewegungen aus, die ihnen durch das aufmerksameerspüren und Bewusstmachen der Bewegungsqualität 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: Freitag, 13. Oktober (15 Uhr)

Ende: Samstag, 14. Oktober (15 Uhr)

Leitung: Christine Lißmann, Heilpraktikerin und Feldenkrais-Lehrerin

Kosten: 28 Euro

Patientenschulung: Fibromyalgie

Nr. 2017-10-20 P (Bad Kreuznach)

In dieser Schulung lernen Fibromyalgie-Patienten 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 Rheinland-Pfalz ist mit der Erkrankung seit Langem vertraut und speziell geschult. Das Programm und die Inhalte dieser erkrankungsspezifischen Schulung sind an den Erfahrungen und Vorkenntnissen der Teilnehmer orientiert. Anmelden können sich Mitglieder und Nichtmitglieder, bei denen die gesicherte Diagnose Fibromyalgie vorliegt.

Beginn: Freitag, 20. Oktober (14 Uhr)

Ende: Samstag, 21. Oktober (17.45 Uhr)

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

Kosten: 15 Euro für Mitglieder, 65 Euro für Nichtmitglieder

Alltagsbewältigung und Lebensperspektiven für Betroffene mit einer chronischen rheumatischen Erkrankung

Nr. 2017-10-27 A (Bad Kreuznach)

Die persönliche Betroffenheit durch eine chronische rheumatische Erkrankung und ihre Auswirkungen auf die sozialen Beziehungen stehen im Mittelpunkt dieses Seminars. Im gemeinsamen Dialog geht es um die Stärkung des Selbstwertgefühls und der Eigenverantwortung. Die Fähigkeit, schwierige Situationen zu bewältigen, soll weiterentwickelt werden, um einen mündigen Umgang mit der Erkrankung zu ermöglichen.

Beginn: Freitag, 27. Oktober (15 Uhr)

Ende: Samstag, 28. Oktober (17 Uhr)

Leitung: Jürgen Fitzek, Psychologischer Psychotherapeut und Verhaltenstherapeut
Kosten: 15 Euro

Schmerz, lass nach – Schmerzbewältigung und Entspannung

Nr. 2017-11-03 A-SB (Bad Kreuznach)

Für die meisten rheumakranken Menschen ist der Schmerz das Schlimmste an der Erkrankung. Die Schmerzempfindung ist aber nicht nur Resultat körperlicher Reize oder Schädigungen. Sie wird auch entscheidend von der Einstellung und dem in-

dividuellen Befinden beeinflusst. Bewegungstherapien, meditative Formen der Entspannung und aktive Schmerzbeeinflussung können helfen, Schmerzmedikamente zu reduzieren und dem Schmerz nicht mehr so hilflos ausgeliefert zu sein.

Beginn: Freitag, 3. November (15 Uhr)

Ende: Samstag, 4. November (17 Uhr)

Leitung: Jürgen Fitzek, Psychologischer Psychotherapeut und Verhaltenstherapeut
Kosten: 15 Euro

Auf zu neuen Wegen – trotz Stress gesund leben

Nr. 2017-11-03 A (Bad Kreuznach)

Belastender Stress gehört für die meisten rheumakranken Menschen zum Alltag. Dies wirkt sich unmittelbar verstärkend auf das gesamte Beschwerdebild aus – sowohl Schmerzen wie auch Bewegungseinschränkungen können zunehmen. Wenn Sie besser über die Grundlagen der Stressreaktion informiert sein wollen, um dem Stress besser Paroli zu bieten, können Sie sich für dieses Patientenseminar anmelden.

Im Austausch mit den Fachleuten der Acura Kliniken Rheinland-Pfalz und den

anderen Teilnehmern sollen Möglichkeiten zur Verminderung der Stressbelastung aufgespürt werden. Praktische Übungen, der Umgang mit dem Gedankenkarussell, Zeit gewinnen und Nerven schonen – das sind nur einige der Themen. So werden Sie in Zukunft besser gegen Stress gewappnet sein.

Beginn: Freitag, 3. November (15 Uhr)

Ende: Samstag, 4. November (17 Uhr)

Leitung: Dipl.-Psych. Rumena Kimmel und Dipl.-Psych. Bernhard Kübler-Nolde, Psychologische Psychotherapeuten

Kosten: 28 Euro

Kunst und Rheuma

– s. Seite VIII –

Übernachtung im Preis enthalten: Der Kostenanteil oder Verwaltungsbeitrag, den ein Teilnehmer für eine Schulung oder ein Seminar zahlt, schließt auch die Unterkunft und Verpflegung im Hotel bzw. Seminarzentrum ein. Dass die Kurse kostengünstig angeboten werden können, ist neben der Organisation durch den Landesverband auch einigen Förderern zu verdanken. Die Seminare und Patientenschulun-

gen werden finanziell unterstützt durch die Aktion Mensch, die Deutsche Rentenversicherung Bund und die GKV Selbsthilfe- und Projektförderung.

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 VIII, E-Mail-Adresse: seminare@rheuma-liga-rlp.de). Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

Absagen: Ihre Anmeldung zu einem Seminar/einer Schulung der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz 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 (Weinkaufstraße 1, 55543 Bad Kreuznach) statt.

Informationen: Weitere Auskünfte erhalten Sie beim Landesverband Rheinland-Pfalz der Deutschen Rheuma-Liga, Frau Margit Schmalhofer, Telefon 0671 8340454.

YoungRheumis Rheinland-Pfalz in neuem Gewand

Auf dem Rheumapatienten-Tag in Bad Kreuznach stellten sich am 1. April auch die YoungRheumis vor. Eines ihrer Projekte ist ein neuer Flyer, der über die Gruppe und ihre Aktivitäten informiert.

YoungRheumis, das sind junge Rheumabetroffene im Alter zwischen 16 und Anfang 30, mit unterschiedlichen rheumati-

schen Erkrankungen. Drei von ihnen – Heidrun Kabus, Carina Maschino und Rebecca Schnur – präsentierten den aktualisierten und völlig neu gestalteten Flyer mit großer Freude den Besuchern dieses Tages. Unter dem Motto „It’s my life“ sollen junge Rheumatiker ermutigt werden, offen mit ihrer Erkrankung umzugehen.

Das Angebot der YoungRheumis beschränkt sich nicht nur auf den Austausch über Schmerzen und die oft schwierige Arztsuche. Auch Workshops, Wochenendseminare, gemeinsame Ausflüge und Regional- und Tagestreffen werden angeboten. Anfang September beispielsweise wollen wir uns zu einem Seminarwochenende treffen – Ihr seid herzlich eingeladen!

1.–3. September 2017 (Freitag, 17.30 bis Sonntag, 14 Uhr): **Seminarwochenende für YoungRheumis – Motivationstraining**

Gästehaus Festung Ehrenbreitstein (Koblenz) – max. 16 Teilnehmer

Weitere Infos/Anmeldung über den Landesverband

Wir, die YoungRheumis Rheinland-Pfalz, freuen uns immer über neue Gesichter, die unsere Gemeinschaft weiter stärken. In einer ungezwungenen Atmosphäre profitiert jeder von der Gemeinschaft und der gegenseitigen Unterstützung. Wichtigste „Medikamente“ – garantiert ohne Risiken und Nebenwirkungen – sind der entstehende Spaß und die gemeinsame Freizeit!

Vielen Dank an die DAK-Gesundheit für die Projektförderung des Flyers. Informationen zu den Aktivitäten der YoungRheumis gibt es über den Landesverband oder per E-Mail: YoungRheumis@rheuma-liga-rlp.de



Heidrun Kabus, Rebecca Schnur und Carina Maschino (v.l.) mit den neuen Flyern

Fortbildung für Therapeuten

Im September veranstaltet der Landesverband zwei Fortbildungen für Therapeutinnen und Therapeuten des Funktionstrainings. Am 2.9. geht es in Bad Kreuznach um Morbus Bechterew, eine Woche später wird in Höhn (Westerwald) Fibromyalgie das Thema sein.

Fortbildung Morbus Bechterew

Sem. Nr. 2017-09-02 T (Bad Kreuznach)

Für die Therapeutinnen und Therapeuten des Funktionstrainings (Trocken- und Wassergymnastik) in den Arbeitsgemeinschaften des Landesverbandes findet am

Samstag, 2. September von 10 bis 16 Uhr eine Fortbildung mit dem Schwerpunkt „Morbus Bechterew“ statt. Die Fortbildung wird geleitet von Vera Anders und Birgit Wenzel-Schneider. Tagungsort ist die Karl-Aschoff-Klinik in Bad Kreuznach.

Fortbildung Fibromyalgie

Sem. Nr. 2017-09-09 T (Höhn)

Für die Therapeutinnen und Therapeuten des Funktionstrainings in den örtlichen Arbeitsgemeinschaften findet am Samstag, 9. September von 10 bis 16 Uhr in Höhn (Westerwaldkreis) eine Fortbildung

mit dem Schwerpunkt „Fibromyalgie“ statt. Die Fortbildung wird geleitet von Martina Beck. Tagungsort ist die Wilhelm-Albrecht-Schule in Höhn.

Anmeldung: Diese Fortbildungen sind für Therapeutinnen und Therapeuten für das Funktionstraining in örtlichen Arbeitsgemeinschaften im Landesverband Rheinland-Pfalz der Deutschen Rheuma-Liga kostenfrei. Schriftliche Anmeldungen erbitten wir – mit Angabe der Seminarnummer – per Post, Fax oder E-Mail an die Landesgeschäftsstelle.

Neue Adresse der öAG Bad Kreuznach

Die örtliche Arbeitsgemeinschaft Bad Kreuznach der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz ist umgezogen. Das Büro ist nun in der Schloßstraße, wo auch die Geschäfts-

stelle des Landesverbandes ihren Sitz hat.

Die neue Adresse ist: Schloßstraße 1 (1. Etage), Bad Kreuznach. Die Arbeitsgemeinschaft bietet weiterhin regelmäßig Sprechstunden an – jeden Dienstag von 10 bis 12 Uhr, außerdem an jedem 2. und 4. Donnerstag im Monat von 17 bis 18 Uhr.

Telefon 0671 8340465 (während der Bürozeiten)

E-Mail: bad-kreuznach@rheumaliga-rlp.de

Monatlicher Rheuma-Treff: An jedem 1. Mittwoch im Monat um 15 Uhr findet der Rheuma-Treff der Arbeitsgemeinschaft Bad Kreuznach statt – lediglich im August ist Sommerpause.

Bei diesen Treffen können sich Mitglieder und Gäste (Interessierte sind herzlich willkommen) über das vielfältige Krankheitsbild „Rheuma“ mit Gleichbetroffenen austauschen. Der Rheuma-Treff findet im Haus der Senioren „Die Mühle“ in Bad Kreuznach, Mühlenstraße 25, statt. Der Eintritt ist frei, eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Interesse an Nordic Walking? Wir wollen eine Laufgruppe Nordic Walking organisieren. Wer Lust hat, mitzumachen, kann sich im Büro unserer Arbeitsgemeinschaft melden – die Telefonnummer und E-Mail-Adresse finden Sie links.

*Helmut Jung
(1. Vorsitzender der
öAG Bad Kreuznach)*



Im neuen Büro (v.l.): Kornelia Ritter, Gertrud Küchemann, Helmut Jung und Erika Kuhn

Bellheim: „Zusammen sind wir unschlagbar“

Am 21. April fand die Mitgliederversammlung der örtlichen Arbeitsgemeinschaft Bellheim statt. Zahlreiche Mitglieder waren der Einladung zu diesem Treffen gefolgt.

Der Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft, Harald Seither, wies auf das breite Spektrum der Aktivitäten vor Ort hin. Dazu zählt das wöchentliche Funktionstraining (Trocken- und Wassergymnastik), bei dem die gemeinsame Bewegung in der Gruppe zusätzlich motiviert. In seinem

Jahresbericht ging Seither auch auf Vorträge von Ärzten und anderen Experten und auf Veranstaltungen wie das Grillfest, den Jahresausflug und die gemeinsame Radtour ein.

Die Arbeitsgemeinschaft Bellheim hat derzeit 123 Mitglieder. Die meisten von ihnen beteiligen sich aktiv und bleiben in Bewegung, um so ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden positiv zu beeinflussen. Alle Angebote vor Ort werden von Ehrenamtlichen organisiert, aber die öAG lebt von

den Ideen und dem Engagement aller Mitglieder – nach dem Motto „Zusammen sind wir unschlagbar“.

Seit 2016 hat die öAG Bellheim einen neu gestalteten Flyer, der auch die Ansprechpartner vor Ort angibt. Nach dem Bericht des Vorsitzenden und der Rechnungsführerin entlasteten die Mitglieder den Vorstand. Harald Seither dankte allen im Vorstandsteam für die gute Zusammenarbeit, ohne die eine erfolgreiche ehrenamtliche Arbeit nicht möglich wäre.

Auftritt bei der Trierer Chormeile

Der Rheuma-Liga-Chor Vulkaneifel begeisterte am 29. April viele Besucher und Passanten in Trier. An mehreren Plätzen in der Innenstadt fand an diesem Tag die 10. Chormeile statt.

Die Sängerinnen und Sänger des Chors aus der Vulkaneifel traten an drei verschiedenen Stellen mit ihrem Chorgesang auf. Der Rheuma-Liga-Chor war einer von 35 Chören aus Deutschland, Luxemburg und den Niederlanden, die an dieser Veranstaltung teilnahmen. Ihm gehören 51 Mitglieder aus mehreren Arbeitsgemeinschaften der Rheuma-Liga in der Region Vulkaneifel an.

Elf Standorte in Trier waren an diesem Tag von 11 bis 18 Uhr erfüllt vom Gesang der Chöre. Die Bandbreite reichte von Gospel, Shanty, Operette, Pop und Rock bis zu Blues und Jazz, vom Kindes- bis zum Rentenalter. Auch ein offenes Singen für alle gehörte zum Programm. Die Chormitglieder aus der Vulkaneifel freuten sich nicht nur darü-

ber, dass ihr Gesang bei den zahlreichen Zuhörern ankam, sie waren auch von der ungewöhnlichen Umgebung angetan.



Gesprächskreis Fibromyalgie in Birkenfeld

Die örtliche Arbeitsgemeinschaft Birkenfeld hat einen Fibromyalgie-Gesprächskreis gestartet. Das neue Angebot wird von den Mitgliedern in der Region gut angenommen.

Seit Kurzem gibt es auch in der Birkenfelder Arbeitsgemeinschaft der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz einen Gesprächskreis zum Thema Fibromyalgie. Betroffene und Interessierte sind herzlich zur Teilnahme eingeladen. Zur „Premiere“ kamen 15 Frauen und Männer aus dem Raum Birkenfeld/Kusel. Viele Betroffene fühlten sich zum ersten

Mal verstanden und nicht allein gelassen und wollen das Angebot auch in Zukunft regelmäßig nutzen.

Fibromyalgie ist ein komplexes Krankheitsbild, mit Schmerzen in verschiedenen Körperregionen und anderen Symptomen wie Steifigkeitsgefühl, Depressionen oder Müdigkeit. In der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz gibt es ein Netzwerk Fibromyalgie; der Landesverband unterstützt die Bildung solcher Gesprächskreise. Sie fördern die Eigeninitiative der Betroffenen und helfen dabei, mit Sorgen, Problemen und Erfah-

rungen gemeinsam besser umzugehen. Der Birkenfelder Gesprächskreis Fibromyalgie trifft sich jeweils am ersten Montag im Monat. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Neben dem Austausch von Erfahrungen möchten wir die Teilnehmer in erster Linie über die Erkrankung informieren und Wissenslücken schließen. Wir hoffen, Sie bald als Gast begrüßen zu dürfen.

Ansprechpartnerinnen:
Ilona Bernarding, Telefon 06782 887644
Sabine Belabbas, Telefon 06781 360083

Glückwunsch zum 90. Geburtstag

Auch im hohen Alter regelmäßig aktiv ist Margarete Klee – im März wurde sie 90 Jahre alt. Sie nimmt jede Woche am Funktionstraining in ihrer örtlichen Arbeitsgemeinschaft Alzey teil.

Ihren runden Geburtstag feierte sie mit Freunden und Familie. Monika Rosendahl, die Vorsitzende der öAG Alzey, gratulierte ihr zu diesem Festtag. Die Rheuma-Liga wünscht Mar-

garete Klee weiterhin möglichst viel Gesundheit und dass sie sich ihre ansteckende Lebensfreude noch lange erhält.



Margarete Klee (rechts) und Monika Rosendahl

Tipp: Info-Verteiler

Die örtlichen Arbeitsgemeinschaften der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz 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

Rheuma-Liga auf der Kombimesse Idar-Oberstein

Anfang April fand in der Idar-Obersteiner Messehalle die Ausstellung „Gesundheit & Familie“ statt. Auch die örtliche Arbeitsgemeinschaft der Rheuma-Liga beteiligte sich mit einem Stand.

Mit viel Freude und Engagement präsentierten die ehrenamtlichen Mitglieder des Vorstandes der öAG die Aktivitäten der Rheuma-Liga. Zwei Tage lang, am 1. und 2. April, stellte sich die Arbeitsgemeinschaft Idar-Oberstein auf der Kombimesse vor, die in diesem Jahr zum vierten Mal stattfand. Zum Messeprogramm gehörten auch Vor-

träge, etwa über Rückenschmerzen oder Sicherheitstraining.

Am Stand der Rheuma-Liga konnten interessierte Besucher mehr über die Aktivitäten der Rheuma-Liga vor Ort und im Land erfahren, Infomaterial über rheumatische Erkrankungen erhalten und sich

Am Infostand in Idar-Oberstein (v.l.): Bettina Nagel, Hans-Peter Nagel, Miriam Alfs und Monika Zirfaß



im persönlichen Gespräch beraten lassen. Auch die SEKIS (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle) nutzte die Messe für den Austausch mit der Rheuma-Liga.

Ehrungen in der öAG Bad Neuenahr-Ahrweiler

Die Auszeichnung mehrerer langjähriger Mitglieder stand im Mittelpunkt der Jahresversammlung der örtlichen Arbeitsgemeinschaft Bad Neuenahr-Ahrweiler. Aber auch das bevorstehende Jubiläum der öAG war ein Thema.



Vier Jubilare konnten an der Versammlung der Arbeitsgemeinschaft Bad Neuenahr-Ahrweiler teilnehmen (v.l.): Mechthild Thomas, Toni Palm, Annemarie Hamacher und Josef Unkelbach

Zu der Mitgliederversammlung am 21. April konnte die 1. Vorsitzende Elke Jakobi 45 Mitglieder begrüßen. Sie stellte den Jahresbericht mit einem Rückblick auf wichtige Themen und Ereignisse vor. Die Arbeitsgemeinschaft hat derzeit 622 Mitglieder, und das Funktionstraining (Warmwasser- und Trockengymnastik) in den derzeit 22 Therapiegruppen ist gut ausgelastet.

Für ihre langjährige Treue zur Rheuma-Liga wurden elf Mitglieder mit einem Weinpräsent geehrt. Agnes Born, Margret Koll, Walburga Schneider und Mechthild Thomas gehören der öAG seit 30 Jahren an. Seit 25 Jahren dabei sind Liesel Faber, Annemarie Hamacher, Karin Lettmann, Toni Palm, Elisabeth Sabellek, Ursula Strazinski und Josef Unkelbach.

Elke Jakobi wies auch auf das bevorstehende Jubiläum der Arbeitsgemeinschaft hin, die in diesem Jahr ihr 30-jähriges Bestehen feiert. Dank einer großzügigen Spende kann

die Feier im Sommer mit einem Schiffsausflug von Remagen nach Braubach verbunden werden. Nach den Jahresberichten der 1. Vorsitzenden und des Rechnungsführers Wolfgang Laerbusch und der Bestätigung der Rechnungsprüfer Ursula Warlich und Toni Palm wurde der Vorstand von den teilnehmenden Mitgliedern entlastet. Jakobi bedankte sich im Namen des Vorstands für das Vertrauen und für die Mitarbeit der Mitglieder.

Impressum

Herausgeber:

Deutsche Rheuma-Liga
Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.
Schloßstraße 1
55543 Bad Kreuznach
Telefon 0671 834044
Fax 0671 8340460
Bankverbindung/IBAN:
DE05 5609 0000 0002 0635 82
Volksbank Rhein-Nahe-Hunsrück eG
Internet: www.rheuma-liga-rp.de
E-Mail: info@rheuma-liga-rlp.de

Verantwortlich: Margit Schmalhofer
(Geschäftsführerin)

Redaktion:

Christian Feldhaus

Auflage: 17.500

Deutsche RHEUMA-LIGA
Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.



Kurz notiert

- **Neues Vorstandsmitglied:** Auf der Delegiertenkonferenz der Rheuma-Liga Rheinland-Pfalz am 23. Juni wurde Dr. Martin Hesse als Vizepräsident in den Vorstand des Landesverbandes gewählt.
- **Kunst und Rheuma:** Am 25./26. November findet in Wiesbaden ein neues Seminar „Kunst und Rheuma“ statt. Referent wird Prof. Manfred Clemenz sein. Seminar-Nr. 2017-11-25 A (Kosten: 41 Euro). Anmeldungen sind ab sofort schriftlich beim Landesverband möglich.

Über beide Themen informiert „mobil“ Rheinland-Pfalz Sie im Oktober-Heft.