DVMB
Das Netzwerk zur Selbsthilfe
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew
Landesverband Hessen e.V.

Aus dem
Landesverband Hessen

HESSEN

Mitteilungsblatt Nr. 32 des Landesverbands Hessen e.V.
der Deutschen Vereinigung Morbus Bechterew

Juni 2020

Verdienstnadel des Landesverbandes Hessen für Christa Schunke

Es begann vor mehr als 30 Jahren, als sie 1985 der DVMB beitrat und dann mit einigen Gleichgesinnten die Selbsthilfe-Gruppe Korbach gründete. Sie organisierten Räumlichkeiten für die Gymnastik, einen qualifizierten Physiotherapeuten und natürlich Betroffene, die sich gerne in einer Gruppe bewegen wollten und auch den Erfahrungsaustausch mit anderen zu schätzen wussten. Informationen bekam man damals eher von „Leidensgenossen“ als von „Dr. Google“.

Wahl zur Gruppensprecherin

Als dann aber die damalige Gruppensprecherin zurücktrat, nahm das „Schicksal“ seinen Lauf. Christa wurde gefragt, ob sie deren Amt übernehmen würde. Sie sagte: Ja! Das war vor mehr als 20 Jahren -- und wie ist es heute? Das Amt der Gruppensprecherin hat sie immer noch inne. Es ist ihr mittlerweile zu einer Herzensangelegenheit geworden. Es scheint ihr unverändert so viel Spaß zu machen, dass sie nach jeder Wahl sagt: Ja, ich nehme die Wahl an! und die Gruppe ist ihr dafür sehr dankbar.

Eine Gruppe wird eine Gemeinschaft

Dankbar aber auch für die Zeit und Arbeit, die sie investiert, ihr Engagement und das gute „Betriebsklima“ in der Gruppe. Das gute Betriebsklima trägt auch dazu bei, dass die Übungsstunden gut besucht sind und durchschnittlich 12 oder mehr Bechtis daran teilnehmen. Sie hat aus einer Gruppe, die sich nur einmal in der Woche zur Gymnastik trifft, eine Gemeinschaft gemacht.

Eine Gemeinschaft, die sich auch zu weiteren gemeinsamen Unternehmungen trifft. Sie war, ist und bleibt die gute Seele unserer Gruppe... unsere liebe Christa.

Die Gruppe Korbach hat aus diesen Gründen beim Landesverband einen Antrag auf Verleihung der Verdienstnadel gestellt. Sie wollte sich auch auf diesem Weg ganz herzlich bei Christa und auch bei ihrer Familie, ohne deren Unterstützung vieles nicht möglich gewesen wäre, bedanken.

Ehrung mit der Verdienstnadel

Karin Trageser (rechts) vom Landesvorstand übergibt Urkunde und Verdienstnadel an Christa Schunke.

Vorstand und die Gruppe Korbach gratulierten ganz herzlich und sind ihr für Ihr engagierte Arbeit sehr dankbar.

DVMB
Das Netzwerk zur Selbsthilfe
Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew
Landesverband Hessen e.V.

Aus dem
Landesverband Hessen

Gruppe Korbach: Ein Wochenende in Willingen

Endlich war es wieder so weit. Das Aktiv-Wochenende unserer Gruppe stand vor der Tür, dass wir bei AKON, einem Präventionsveranstalter und Kooperationspartner zahlreicher Krankenkassen gebucht hatten. AKON bietet diverse Kurse in den Bereichen Sport, Entspannung, Ernährung und Bewegung an, die von den teilnehmenden Krankenkassen bezuschusst werden. 16 Mitglieder aus unserer Gruppe hatten sich angemeldet, um gemeinsam zu sporteln und zu entspannen. Der Spaß und die Geselligkeit sollten natürlich auch nicht zu kurz kommen. Willingen war bereits das fünfte gemeinsame AKON-Wochenende unserer Gruppe. Davor waren wir u.a. in Arnsberg und Bad Wildungen. In Willingen waren wir nun schon zum dritten Mal.

Nach Anmeldung und Belegung der Zimmer wurden wir von dem Physiotherapeuten, der uns die Geheimnisse von Pilates und Co. näher bringen sollte, in Empfang genommen. Gemeinsam ging es in den Sportraum. Unser Therapeut war ein sehr motivierter, engagierter, offener und begeisterungsfähiger junger Mann, der auf unser Bedürfnisse und Befindlichkeiten einging und auch Alternativen zu diversen Übungen anbot. Wir waren zwar eine seiner ersten Gruppen, aber sein Timing zwischen Anspannung und Entspannung war super. Wir schwitzten, hatten Muskelkater und auch eine ganze Menge Spaß.

Unser Trainingsprogramm war interessant und abwechslungsreich. Viele von uns hatten noch keine Erfahrung mit Pilates und fanden die Übungen und Atemtechniken sehr hilfreich und gut, um sie in die täglichen Übungen zu Hause zu integrieren.

Am Abend gingen wir zum gemütlichen Teil über. In der Bar des Hotels ließen wir den Tag mit leckeren Getränken ausklingen.

Am Samstagabend stand unsere Weihnachtsfeier auf dem Programm. Nach leckerem Essen vom Buffet wurden Weihnachtsgeschichten und Gedichte vorgetragen und es wurde auch „gewichtelt“. Jeder von uns hatte ein kleines, neuwertiges Geschenk hübsch eingepackt.

Spaß, Freude und gute Laune dürfen in einer Gemeinschaft wie der unseren, die mit Schmerzen und Beeinträchtigungen leben muss, einfach nicht zu kurz kommen, denn dann kann man manche Befindlichkeiten besser annehmen und akzeptieren.

Die Überraschung des Abends war die Ehrung unserer Gruppensprecherin, Christa Schunke, mit der Verdienstnadel des DVMB – Landesverbands Hessen. Karin Trageser vom Landesvorstand verlieh ihr diese für ihr besonderes Engagement als Gründungsmitglied der Gruppe und als deren langjährigen Gruppensprecherin.

Die Gruppe Dieburg stellt sich vor:

Die Gruppe Dieburg wurde 1982 gegründet. Wir sind eine offene und aufgeschlossene Gemeinschaft. Die Gruppengymnastik wird von erfahrenen Therapeutinnen der Physikalischen Therapie des Kreiskrankenhauses in Groß-Umstadt geleitet.

Einzugsgebiet unserer Gruppe sind der ehemalige Landkreis Dieburg, der nördliche Odenwaldkreis und die grenznahen Bereiche im Fränkischen westlich des Mains.

Jeden Montag von 18:15 bis 19:00 Uhr findet im Kreiskrankenhaus Groß-Umstadt, Krankenhausstraße 11 die Gruppengymnastik statt.

Im Laufe des Jahrs führen wir auch gesellige Veranstaltungen durch. Im letzten Jahr haben wir die „neue“ Altstadt in Frankfurt besucht. Geführt vom Herr Grein - er ist Leiter des Odenwälder Volkskundemuseums in Lengfeld – sind wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln von Groß-Umstadt gestartet. Herr Grein hat uns fachkundig und sehr unterhaltsam durch die „neue“ Altstadt geführt. Nach einem zünftigen Abschluss im „Paulaner“ ging es wieder zurück nach Groß-Umstadt.

Zum Schluss noch eine Bitte an die zurzeit nicht aktiven Mitglieder der Gruppe Dieburg:
Wir und die Physikalische Therapie würden uns sehr über weitere Aktive bei der Gymnastik freuen!

Für Fragen oder weitere Informationen steht Ihnen der **Gruppensprecher:**

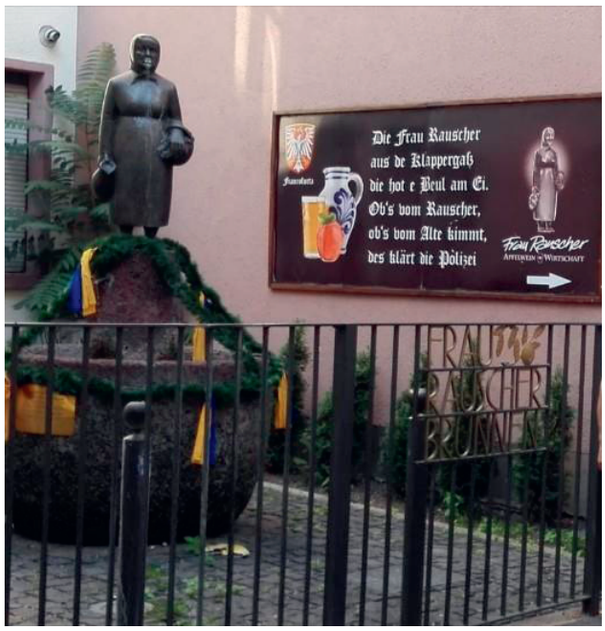
Herbert Rödelsperger
Telefon: 06078 911383
E-Mail: dieburg(at)dvmb-hessen.de

gerne zur Verfügung. Alle Informationen zur Gruppe Dieburg finden Sie auch im Internet auf den Seiten des Seiten des DVMB Landesverband Hessen: www.dvmb-hessen.de

Die Gruppe beim Besuch der „neuen“ Altstadt in Frankfurt am Main. Bildnachweis: Privat

„Warum in die Ferne schweifen? Sieh das Gute liegt so nah.“

In Anlehnung an die bekannten Worte von Goethe, begaben sich 8 Mitglieder der Wetzlarer Selbsthilfegruppe -teilweise in Begleitung von Angehörigen - Ende August 2019 auf einen Tagesausflug in die Heimatstadt des Dichterfürsten, nach Frankfurt am Main.
Um 9.00 Uhr traf man sich am Wetzlarer Bahnhof, um gemeinsam mit einigen Sänger*innen des Chores „Voices“ aus Bad Nauheim die Reise anzutreten.
Erstes Ziel war die „neue“ Altstadt. Eine kundige Teilnehmerin gab Informationen zu den baulichen Veränderungen der letzten Jahre. Der neue „alte“ Charme der Örtlichkeiten versetzte die Gruppe ins Staunen. Am Mittag war dann Erholung auf dem Main angesagt. Die Temperaturen strebten mittlerweile bereits der 30 Grad Marke entgegen und so kam etwas Abkühlung durch den Fahrtwind an Deck eines Ausflugsschiffes den Ausflüglern sehr recht.
Am Nachmittag erkundete die Gruppe gemeinsam mit einem einheimischen Stadtführer den Frankfurter Stadtteil „Sachsenhausen“, im Frankfurter Dialekt auch „Dribb de Bach“ genannt. Im Schatten der engen Gassen und Grünanlagen erfuhren wir vieles aus der Geschichte dieses Stadtteils. Anekdoten über bekannte historische Bewohner*innen sorgten für einen heiteren Nachmittag. Die kurzweilige Führung endete in einem alt eingesessenen Ebbewoilokal, in dem sich die Bechterewler*innen und die Sänger*innen mit Frankfurter Spezialitäten stärkten. Lebhaft war der Austausch über den erlebnisreichen Tag, aber auch die Krankheit Morbus Bechterew – von der viele Nichtbetroffenen noch nie gehört hatten – rückte in den Mittelpunkt des Interesses.
Diese sehr persönliche Form von „Öffentlichkeitsarbeit“ ermöglichte es uns, unsere Erkrankung in fröhlichem und geselligem Rahmen bekannter zu machen.



Bildnachweis: Alle Privat

Termine des Landesverbandes Hessen 2020:

Patiententag	29. August	Bad Nauheim
Frauennetzwerk Aktionstag	05. September	Bad Endbach
Gruppensprecherseminar	17./18. Oktober	Stadtallendorf

Impressum: „Aus dem Landesverband Hessen“ sind die Mitteilungen des Landesverbands Hessen e.V. und dem Morbus–Bechterew–Journal beigeheftet.
Redaktion und v.i.S.d.P.: Dirk F. Halle, E-Mail: halle@dvmb-hessen.de