

### *Brief des Landesvorsitzenden NRW (im April 2020)*

Liebe Mitglieder\*innen und Freunde\*innen des DVMB Landesverbands NRW,

ich hoffe und wünsche Ihnen, dass es Ihnen und Ihren Familien in diesen Krisenzeiten gut geht. Das Corona-Virus hat auf alle Bereiche unseres privaten und beruflichen Lebens Auswirkungen und stellt auch uns vor Herausforderungen, die wir so noch nicht kannten. Durch die Pandemie hat sich unser Alltag komplett verändert, gewohnte Angebote entfallen und es entstehen Einschränkungen im täglichen Leben so wie wir diese noch nicht kannten.

Sie alle sind Mitglied in einem gemeinnützigen Verein und auch Sie tragen mit dazu bei, dass unser Landesverband in dieser Krisenzeit besteht, damit er auch zukünftig sein vielfältiges Angebot anbieten kann. Für Ihre Treue zum DVMB LV NRW möchte ich mich bei Ihnen allen herzlich bedanken.

Wir haben als DVMB LV NRW in dieser Situation eine besondere Verantwortung – sowohl für unsere Leitungsteams wie auch für jedes einzelne Mitglied. Unser vorrangiges Ziel in dieser Krisenzeit ist es, die Gesundheit und das Wohlbefinden unser aller zu schützen sowie unseren Teil zur Eindämmung beizutragen.

Deshalb müssen wir aktuell auf eine Vielzahl von Veranstaltungen auf Landesverbandsebene und in den örtlichen Gruppen im Rahmen unserer Selbsthilfearbeit verzichten. Dieses ist sehr schmerzhaft für uns alle, wenn Liebgewonnenes wie der Reha-Sport oder Begegnungen in den Gruppen im Rahmen der Selbsthilfearbeit entfallen.

Wir vom Vorstand und die Mitarbeiter der Geschäftsstelle waren in den letzten Wochen mit der Absage und Umorganisation von geplanten Veranstaltungen sehr beschäftigt. Weiterhin wurden auch interne Arbeitsabläufe innerhalb der Geschäftsstelle sowie der Vorstandsarbeit verändert, was sich aber nicht in der Außendarstellung bemerkbar macht.

Es ist uns gelungen, Veranstaltungen kostenfrei zu stornieren und den Service über die Geschäftsstelle für alle Betroffenen in gewohnter Form aufrecht zu erhalten.

Wir schauen auch in die Zukunft, was in einer Krise immer von großer Wichtigkeit ist. Derzeit planen wir die Zusammenlegung der Delegiertenversammlung (eine Mussveranstaltung) und der DVMB LV NRW Jahrestagung vom 18. – 20.09.2020 in Bad Sassendorf. Ob uns das gelingt, hängt natürlich von der weiteren Entwicklung in der Corona-Krise ab. Vielleicht müssen wir uns in diesem Jahr im Rahmen der Delegiertenversammlung neuen Herausforderungen stellen. Das könnte bedeuten, dass keine Präsenzveranstaltung durchgeführt wird, sondern Wege der elektronischen oder schriftlichen Kommunikation genutzt werden. Über die weitere Entwicklung in Bezug auf die Delegiertenversammlung und Jahrestagung werden wir Sie rechtzeitig informieren.

Jeder von Ihnen sucht die individuell passende Strategie. In der Zeit der Corona-Krise ist das Ausprobieren und Umsetzen für jeden von Ihnen eine zusätzliche Belastung und Herausforderung. Es braucht Zeit, sich an die neuen Gegebenheiten und Herausforderungen zu gewöhnen.

Nun noch einige kleine hilfreiche Anregungen für den täglichen Umgang mit der Corona-Krise.

- Halten Sie sich an die Quarantäneempfehlungen
- Halten Sie die Tagesstruktur ein
- Konsumieren Sie die Medien bewusst und gezielt
- Pflegen Sie Ihre sozialen Kontakte auf Distanz
- Besinnen Sie sich auf Ihre Stärken
- Geben Sie Ihren Gefühlen Raum
- Begrenzen Sie das Grübeln (z.B. indem Sie jemanden anrufen)
- Führen Sie Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen durch
- Bewegen Sie sich, Morbus-Bechterew-Gymnastik-Kalender, CD und Videos können helfen
- Lassen Sie sich von Ihrem Arzt ggf. eine Verordnung auf Einzeltherapie ausstellen
- Und nicht vergessen, dass diese Ausnahmesituation nur vorübergehend ist

Diese kleinen Empfehlungen dienen zur Unterstützung, einen „kühlen Kopf zu bewahren“ und für sich und



*Ihren Nächsten Strategien zu entwickeln in dieser Situation. Ich versichere Ihnen, dass der Vorstand und die Mitarbeiter der Geschäftsstelle Ihnen auch in dieser Krise per Telefon oder Mailaustausch mit Rat und Tat zur Seite stehen.*

*Wir wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen, dass Sie auch weiterhin gesund bleiben.*

*Der Vorstand und die Mitarbeiter der Geschäftsstelle*

*Peter de Beyer*

## Regionale Arbeitstreffen 2020 in Bielefeld und Neuss

*Willi Frings, Detmold*

In diesem Jahr fanden nur die Arbeitstreffen für die Gruppen der Region Ost am 18.01.2020 in Bielefeld und für die Gruppen der Region West am 15.02.2020 in Neuss statt. Denn auf Grund der Corona-Krise musste das geplante Arbeitstreffen für die Gruppen der Region Ruhrgebiet am 14.03.2020 in Iserlohn-Hennen leider kurzfristig abgesagt werden.

Wie im Vorjahr waren auch in 2020 für alle Arbeitstreffen die Hauptthemen der Tagesordnung im Wesentlichen einander gleich ausgewählt worden, damit bei Verhinderung die Möglichkeit bestand, alternativ an einem anderen Arbeitstreffen teilzunehmen. Im Folgenden wird daher ein zusammenfassender Bericht über die behandelten Themen gegeben.

Gestartet wurde mit dem Erfahrungsaustausch unter den Gruppenvertretern und dem Bericht über aktuelle Neuigkeiten aus der Arbeit der Gruppen und des Landesvorstands. Zwei Schwerpunktthemen bildeten dann den weiteren Rahmen, zum einen das Rehasport- und zum anderen das Selbsthilfeangebot der Gruppen.

Beim Sportangebot wurde nochmals auf die beiden Internetportale des BRSNW hingewiesen. Sie sollen die regelmäßige Überprüfung der Zertifizierungen der Rehasportangebote der Gruppen und auch der Lizenzierung der Übungsleiter erleichtern.



Der Abrechnungsdienst DMRZ hatte im ersten Halbjahr 2019 unerwartet den Kooperationsvertrag mit dem Landesverband und die Einzelverträge mit den Gruppen gekündigt. Er bot den Abschluss neuer Verträge mit erhöhter Preisforderung an. Nach erfolgter Recherche lehnte das der Landesverband ab. Er stellte stattdessen den Gruppen alternativ verschiedene Abrechnungsdienste mit einem für sie günstigeren und individuellen Angebot vor. Von diesem Angebot wurde rege Gebrauch gemacht und die Gruppen haben sich entsprechend ihren Gegebenheiten auch für unterschiedliche Vertragspartner entschieden. Mittlerweile liegen auch erste Erfahrungen vor. Es gab vereinzelt Startschwierigkeiten. Generell begrüßte man, dass die Abrechnungen des Rehasports über die neuen Vertragspartner erfolgen, nach Zusendung der Abrechnungsunterlagen nur noch in Papierform.

Bei der Gruppenarbeit wurden die Erfahrungen bzgl. der durchgeführten Veranstaltung wie Mitgliederversammlung, Weihnachts- und Sommerfest, Informationsfahrten, Arztvorträge und Aktionen mit Verwendung unseres Infostands erörtert. Wie wurden sie angenommen und besucht, wie war die Resonanz bei den Mitgliedern, wie bei den Gästen?

Ein kurzes Resümee wurde bzgl. der von der Region Ost durchgeführten Draisinenfahrt am 31.08.19 gegeben. Hierüber wurde bereits im Einhefter der Dezember-Ausgabe des MJB berichtet.

Für den 15.08.2020 planen die Gruppen der Region Ost erneut ein Mitgliedertreffen. Dieses Mal soll es etwas ruhiger zugehen, Treffpunkt soll der Botanische Garten in Verbindung mit dem Heimat-Tierpark-Oderdissen in Bielefeld sein. Auf Grund der jetzigen Gegebenheiten hoffen wir, dass wir den Termin halten können. Die Einladungen ergehen an die Mitglieder der Region Ost entsprechend.

In einem folgenden Programmpunkt wurden Erläuterungen zu den geplanten Änderungen der „Geschäftsordnung für Gruppen“ sowie der „Ordnung zur Regelung von Aufwandsentschädigung“ erörtert. Diese geplanten Änderungen bedürfen der Zustimmung der Delegiertenversammlung.

Im Anschluss wurde auf die bevorstehenden Veranstaltungen wie „40-Jahre-DVMB“ in Thüringen und die Delegiertenversammlung des Landesverbandes hingewiesen. Beide mussten allerdings zwischenzeitlich auf Grund der Corona-Pandemie abgesagt werden. Es bleibt zu hoffen, dass die diesjährige NRW-Jahrestagung vom 18 - 20.09.2020 durchgeführt werden kann.

Zum guten Schluss berichtete Winfried Certa über den Stand der Umsetzung der Datenschutzbestimmungen in unseren Gruppen. (Siehe dazu letzte Seite, die Red.)

# „Kopf hoch – oder wie wir uns trotz Krankheit wohlfühlen können!“ 1. Frauenseminar, 06. - 08.03.2020 im Klausenhof in Hamminkeln

Clare Deja, Mülheim a. d. Ruhr

Am Freitagnachmittag fanden sich neue Teilnehmerinnen wie auch "alte Hasen" im Klausenhof ein. Auf spielerische Weise lernten wir uns kennen, erfuhren z.T. auch persönliche Dinge der Anderen, wie z.B. wie lange erkrankt, familiäres Umfeld und spezielle Dinge, die bei der persönlichen Bewältigung der Erkrankung helfen etc.. Nach dem gemeinsamen Abendessen fand im „Heidekeller“ weiterer Erfahrungsaustausch statt und wir ließen den Abend gemütlich ausklingen.

Der nächste Tag hatte ein abwechslungsreiches Programm. Es gab viel Input zu Themen, wie die Psyche und unsere Gedanken unser körperliches Befinden sowohl negativ als auch positiv beeinflussen können oder auch, wie man über Körperhaltung und Bewegung die Stimmung beeinflussen kann. Wir lernten, dass unser Fühlen, Empfinden und Denken große Auswirkungen auf jede Erkrankung haben kann. Hierzu gab es einige praktische Übungen und Ideen, wie z.B. durch das tägliche Lesen von positiven Sätzen das eigene Selbstwertgefühl gestärkt werden kann.



Um erst gar keine Müdigkeit aufkommen zu lassen, gestalteten die Referenten das Programm recht abwechslungsreich, Zwischen ihren Vorträgen gab es reichlich Entspannungsübungen, wie Lachyoga, die Bewegungseinheit „Jede Zelle meines Körpers ist glücklich!“, und auch „Herzmeditation“. Das habe ich als sehr angenehm empfunden.

Es blieb auch genügend Zeit, im Kreis der Teilnehmerinnen und Referenten eigene Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung auszutauschen und zu diskutieren.

Da das Wetter nun doch viel besser als die Vorhersagen war, konnten wir die Pausen für einen Spaziergang in der wunderschönen Parkanlage des Klausenhofs nutzen.

Am Ende des Seminars machte jede einen Vertrag mit sich selbst, welche Anregungen aus dem Seminar sie in den nächsten 30 Tagen umsetzen möchte. Nach dieser Zeit sollte dann eine Selbstkontrolle erfolgen.

Die Stimmung auf dem Seminar war sehr positiv und oft auch lustig.

Dank an die Referenten und auch an Heike für die gute Organisation des Seminars!

## Überarbeitete Internetseite des DVMB-Landesverbandes NRW

Peter Will, NRW-Webmaster

Der Internetauftritt eines Vereines ist heutzutage meistens die erste Anlaufstelle der Kontaktaufnahme. Die letzte große Umstellung unserer Internetseiten ist schon einige Zeit her. Damals hatten Mobilgeräte noch keine so große Bedeutung wie heute. Daher wurde bei der bisherigen Webseite in erster Linie auf eine optimale Darstellung der Seiten auf Desktop-computern geachtet. Die Darstellung auf Mobilgeräten war daher verbesserungswürdig. Mit der aktuellen technischen und optischen Überarbeitung soll dem Trend, dass Webseiten immer häufiger mit Hilfe von Mobilgeräten aufgerufen werden, Rechnung getragen werden. Die Darstellung der Webseite ist, wie auch selbst jeder gerne ausprobieren kann, von der Größe der Anzeige des Gerätes, mit dem die Seite aufgerufen wird, abhängig. Das Bild zeigt die Startseite beim Aufruf durch ein Desktop-Gerät.

Die Umsetzung erfolgte mit Hilfe einer Berliner Agentur. Der Vorstand des Landesverbandes hofft, dass Ihnen der neugestaltete Internetauftritt gefällt.



# Datenschutz - ein Prozess, der niemals endet

Winfried Certa, Datenschutzbeauftragter der DVMB-NRW

Bei der NRW-Jahrestagung in 2017 und auf den Arbeitstreffen in 2018 hatte ich für die Teilnehmer die Grundschulung im Datenschutz durchgeführt. Die jährlich empfohlene Fortbildung und Sensibilisierung der Gruppensprecher/innen und Mitglieder der Führungsteams soll nach Absprache mit dem Vorstand in den jährlichen Arbeitstreffen durchgeführt werden.

In diesem Jahr habe ich folgende Themen besprochen:

## Die 7 wichtigsten Grundsätze aus der Grundschulung

Diese Auffrischung der Grundsätze zur Datenverarbeitung, die es schon im alten Datenschutzgesetz gab, müssen die Verantwortlichen der DVMB einhalten und auch dies nachweisen können.

## Aufgaben des Vereins

- Zu der Datenschutzkonformen Datenverarbeitung gehören z.B. das Verzeichnis von Verarbeitungstätigkeiten, was bereits in einigen Gruppen eingeführt wurde.
- Die Datenschutz-Schulung und die Verpflichtung auf das Datengeheimnis sind beide als Teil der organisatorischen Maßnahmen anzusehen, die dem Schutz der personenbezogenen Daten dienen.
- Die Betroffenenrechte beschreiben die Rechte der von der Datenverarbeitung betroffenen Personen. Diese stehen Ihnen im Vorfeld, während und nach der Datenverarbeitung zu. Sie sind auf der Rückseite der Einwilligungserklärung zum Datenschutz abgedruckt.

## Handhabung von Datenschutzverletzungen

Der beste Schutz von personenbezogenen Daten kann niemals zu einhundert Prozent vor einer Schutzverletzung personenbezogener Daten schützen.

Ein Datenschutzverstoß kann an vielen Stellen, zu jeder Zeit und von jedem Mitglied in der DVMB passieren. Dementsprechend müssen alle wissen, was in einem solchen Fall zu tun ist. Es besteht Melde- bzw. Informationspflicht an den Datenschutzbeauftragten (DSB). Zu diesem Zwecke ist in der DVMB ein Verfahren implementiert worden, das in der nebenstehenden Darstellung wiedergegeben ist. Die Dokumentation einer Datenschutzpanne ist vorgeschrieben.



## DVMB-Landesverband NRW e.V. Noch geplante Termine 2020

**Hinweis: Ob diese Termine eingehalten werden können, hängt von den vorgegebenen Beschränkungen infolge der Coronapandemie ab!**

### NRW-Frauenseminar III

04. bis 06. September 2020, Ringhotel Lünen

**REHACARE**, 23. bis 26. September 2020, Düsseldorf.  
Fachmesse für Rehabilitation, Pflege, Prävention

### Übungsleiterseminar II

31. Oktober 2020, Gelderlandklinik, Geldern

### Kassenseminar

07. November 2020, Kath. Akademie, Schwerte

### NRW-Frauenseminar IV

04. bis 06. Dezember 2020, Hotel Schnitterhof, Bad Sassendorf

► Infos und Anmeldung bei der Landesgeschäftsstelle ◀

**Die Redaktion wünscht Ihnen eine schöne Sommerzeit und bleiben Sie möglichst gesund!**

Herausgeber:  
**DVMB-Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Huckarder Straße 2 - 8

44147 Dortmund

Tel.: 0231 7763360

Fax: 0231 7763358

E-Mail: lv@dvmb-nrw.de

Impressum:

Die **MBJ-Beilage für NRW**

ist ein Mitteilungsblatt des DVMB-Landesverbandes Nordrhein-Westfalen e.V.

**Redaktion:**

Willi Frings, Gerda Herhold, Horst Gottaut,

Charlotte u. Helmut Schwarz,

verantwortlich: Horst Gottaut

Tel.: 02461 9312713

E-mail: horst.gottaut@dvmb-nrw.de

Beiträge erbeten an die Landesgeschäftsstelle