

*Liebe Leserinnen und Leser, liebe Mitglieder,*

*unser DVMB-Urgestein Horst Gottaut, Mitbegründer und langjähriger Vorsitzender im Landes- und auch Bundesverband, muss nun auch seine letzte „Bastion“ Einhefter, den er viele Jahre als redaktioneller Leiter vorsteht, bedauerlicherweise aus gesundheitlichen Gründen erst mal ruhen lassen.*

*Lieber Horst, wir der Landesverband NRW wünschen Dir gute Besserung und wir hoffen dich bald wieder im Redaktionsteam begrüßen zu dürfen.*

*Mit Maria-Luise Rodenkirchen konnten wir eine tatkräftige Mitstreiterin für unser Redaktionsteam gewinnen. Durch geplante Umverteilung der Arbeiten im Redaktionsteam ist es gewährleistet, dass dieser wie gewohnt und liebgewonnen erscheinen wird.*

*Als ehrenamtlich geführte Selbsthilfe-Organisation sind wir, lieber Leser, auf jede helfende Hand, angewiesen. Daher freut es uns sehr, wenn Sie uns tatkräftig mit Ideen und persönlichem Engagement unterstützen würden.*

*Der Vorstand und ich wünschen Ihnen trotz der schwierigen Zeit wunderbare Sommermonate und bleiben Sie gesund.*

*Ihr Peter de Beyer (Vorsitzender der DVMB-NRW e.V.)*

## „Qi Gong“

**Frauenseminar vom 28. - 30. Jan. 2022 im Hotel der Schnitterhof in Bad Sassendorf**

*Claudia Wegner, Gelsenkirchen*

Alle Teilnehmerinnen haben sich wahnsinnig auf dieses Wochenende gefreut, da es doch endlich wieder viele nette Begegnungen versprach, zumal der Dezembertermin leider wegen hoher Corona-Inzidenzen verschoben werden musste. Darüber hinaus hatten wir Aussicht auf viel BEWEGUNG durch die Qi Gong Übungen. Qi Gong war das einzige Thema des Wochenendes und es zeigte sich sehr schnell, dass es viel zu entdecken gab und es nicht langweilig werden würde.

Bereits Freitagabend begrüßte uns Werner Farke in seiner humorigen und empathischen Art.

Seine Erfahrung mit Qi Gong in mehr als 25 Jahren war für uns von großem Vorteil. Er hat uns zahlreiche Übungen gezeigt, welche stets langsam, fließend und im Grunde nie an-



strengend waren. Qi Gong ist ideal für uns Bechtis – jede führte die Übung soweit und intensiv aus – wie sie es konnte.

Einige Basisübungen wurden gehäuft durchgeführt, damit sie sich festigen und besser in den Alltag übernommen werden können. Am Samstag hatten wir uns auch an die in unseren Ohren zunächst etwas ungewöhnlichen Namen der Übungen gewöhnt. Wir wurden auch kurz in Auszüge des Thai Chi entführt, um ein noch besseres Verständnis für diese Bewegungsart zu bekommen.

Für alle Probleme und Problemchen hatte Werner ein offenes Ohr und auch eine „Übungsempfehlung“. Wir durften auch Meditationskugeln ausprobieren, deren Handhabung aber viel



Fingerspitzengefühl und Übung erfordert.

Einige von uns nutzten auch das zusätzliche Angebot am Freitag bzw. Samstagabend nach dem Essen noch eine Meditation durchzuführen. Der Gesang des Dalai Lama, den wir hörten, eignete sich hervorragend, um sich davontragen zu lassen.

Abends saßen wir dann noch zusammen und haben geredet, uns ausgetauscht und die Zeit einfach genossen. Das gute Essen machte es noch einfacher sich wohlzufühlen und die Energiereserven aufzutanken.

## „Kloatscheeter-Wochenende“

### Erlebnistour nach Bad Bentheim der Gruppe Aachen

Anton Mingers, Aachen

Da der Karneval im Rheinland auch in diesem Jahr Corona bedingt ausfiel, fuhr die Aachener Gruppe übers Karnevalswochenende auf eine Erlebnistour nach Bad Bentheim in Niedersachsen.



Im Gepäck befanden sich u. a. FFP 2 Masken sowie negative Corona-Tests. Alle TeilnehmerInnen waren komplett geimpft bzw. geboostert.

Untergebracht waren wir im gepflegten Ambiente des Hotels Grossfeld mit Kegelbahn, Schwimmbad und Dampfsauna. Die Kegelbahn wurde zum unterhaltsamen Bewegungsangebot am Freitagnachmittag genutzt. Das Wasser im Schwimmbad kam Sonntagmorgen, unter Anleitung unserer Übungsleiter mit gezielter Wassergymnastik, in Bewegung. Ein Höhepunkt der Tour war der Nachtwächterrundgang am Freitagabend. Das „Kloatscheeten“ am Samstagnachmittag sowie die Besichtigung der Burg Bentheim am Sonntagvormittag waren weitere Höhepunkte. Doch der Reihe nach.

Der abendliche Rundgang des Nachtwächters führte uns ab 21:00 Uhr durch die historische Altstadt rund um die Burg von Bad Bentheim. Wir lernten die schönen Gassen und Stiegen der Altstadt kennen. Anhand von Geschichten und Liedern, humorvoll vom Nachtwächter vorgetragen, erfuhren wir viel Interessantes über die Stadt.

Samstagmittag stand das „Kloatscheeten“ auf dem Programm. Dabei handelt es sich um einen Wettbewerb zweier Mannschaften. Das zu werfende Spielgerät, dem „Kloat“, wird von jeder Mannschaft abwechselnd geworfen. Am Ende hat die Mannschaft gewonnen, deren Teilnehmer den Kloat am weitesten geworfen hat. Da dieses Spiel im Freien stattfand, war dem Zufall Tür und Tor geöffnet. Der Spielweg führte an Felder, unbefestigten Wald- oder Wiesenwege und auch über wenig befahrene Straßen vorbei. Das Spiel verlief über mehrere Runden. Siegermannschaft war die mit den meisten erzielten Siegen. Der Verlierer musste dem Gewinner eine Runde geistige Getränke ausgeben. Für Organisation, Betreuung und geistige Getränke war das Hotel zuständig. Den Abschluss unseres Wochenendes in Bentheim bildete am Sonntagmorgen die Burgbesichtigung.



Im Anschluss konnten wir uns mit einer Erbsensuppe stärken und mit gut gefülltem Bauch den Heimweg antreten. Für die Saisoneroöffnung 2022 war das ein guter Start.

## Arbeitstreffen 2022 der Regionen Ost, West und Mitte (Ruhrgebiet)

Willi Frings, Detmold

In diesem Jahr fand nur ein Arbeitstreffen für alle drei Regionen am 26.03.2022 - Pandemie bedingt wiederum wie im Vorjahr als Video-Konferenz - statt.



Nach einer herzlichen Begrüßung durch unsere Ansprechpartnerin für die Region Mitte (Ruhrgebiet) Gerda Herhold, übernahm Willi Frings, Ansprechpartner der Region Ost, die Moderation der Veranstaltung. Nach einer kurzen Erläuterung der Symbole und deren Funktionen des Zoom-Monitors ging es auch schon „zur Sache“ Erfahrungsaustausch. Wie lief es 2021 in den Gruppen.

In 2021 war die Arbeit in den Gruppen von Corona noch stärker geprägt als im Vorjahr. Mit dem Lockdown ging es Anfang Dez. 2020 los und endete erst Mitte/Ende Mai 2021. Einige Gruppen berichteten von ihrem Online-Sport-Angebot während dieser Zeit.

In kommunalen Übungsstätten konnte, abhängig von der 7-Tage-Inzidenz, wieder mit dem Rehasport in Turnhallen und Bädern begonnen werden. Zusätzlich wurde zu den bekannten Schutz- und Hygienemaßnahmen

von den TN ein Negativ-Schnelltest oder der Nachweis, dass sie immunisiert (2 G) oder genesen sind, verlangt. Ab Ende Nov. wurde die Teilnahme am Rehabilitationssport auf immunisierte TN beschränkt. Jedoch für die Gruppen, die ihre Gymnastik in Räumlichkeiten und Bädern in Krankenhäusern, Kurkliniken Senioren- bzw. Altenpflegeheimen oder ähnlichen Einrichtungen durchführten, blieben diese auch in 2021 größtenteils geschlossen.

Neben dem Problem der Übungsstätte, wurde auch über den Ausfall einiger Übungsleiter berichtet. Auf Grund der anhaltenden Ausfallzeiten und den damit verbundenen finanziellen Nachteilen wurde dies durch Aufnahme einer anderen Tätigkeit kompensiert. Eine Rückkehr zum Rehasport ist für den Übungsleiter in Pandemiezeiten nicht immer die beste Wahl.

Auch wurde über die unterschiedliche Handhabung der Kostenübernahme durch die Krankenkassen bei einer Folgeverordnung berichtet. Hier wurde nochmals darauf hingewiesen, dass die Gruppensprecher ihren Teilnehmern am Rehasport empfehlen sollten, vom ausstellenden Arzt in der dafür vorgesehenen Zeile die Notwendigkeit der Folgeverordnung unbedingt zu begründen. Fehlt dies, lehnen die Krankenkassen immer häufiger eine Kostenübernahme ab.

Auch in 2021 mussten Treffen und Veranstaltungen der Gruppen abgesagt werden, oder sie wurden erst gar nicht geplant. Immerhin schafften einige Gruppen ihre Mitgliederversammlung oder Ausflüge und sonstige Veranstaltungen im Sommer- bzw. Herbst durchzuführen. Ab November war wiederum Schluss.

### Wie geht es in den Gruppen 2022 weiter?

Das Sportangebot wurde, bis auf die z. T. noch bestehenden Einschränkungen der o. a. Einrichtungen, wieder aufgenommen. Die Schutz- und Hygienemaßnahmen werden immer weiter gelockert. Mitgliederversammlungen sollten in diesem Jahr wieder möglich sein.

Von geplanten oder konkret anstehenden Veranstaltungen und Ausflügen in diesem Jahr wurde berichtet. Auf die Möglichkeit der Förderung (Pauschal- und Projektförderung) durch die Krankenkassen wurde hingewiesen.

Nach wie vor bleibt die Sorge wie sich die Pandemie im kommenden Herbst und zum Jahresende hin entwickeln wird.

Nach einer kurzen Pause ging es nun mit dem Info-Block des Landesverbandes (LV) weiter.

Es folgten Informationen zur Durchführung der Landesdelegierten-Versammlung (LDV) am 21.05.22 im Berufsförderwerk Dortmund. Neben den turnusmäßigen TOPs zur Rechenschaft über die Tätigkeit und Kassenlage des vergangenen Jahres sowie Planung dieser Punkte für 2022, stehen dieses Jahr wieder die Wahlen der Vorstandschaft sowie der Kassenprüfer an.

Ebenso wurde auch kurz über die Bundesdelegiertenversammlung, die vom 24.-26.06.22 in Göttingen stattfinden soll, berichtet.

Zum guten Schluss unterrichtete unser Datenschutzbeauftragte Winfried Certa die Anwesenden über Aktuelles bzgl. des Datenschutzes. Dazu siehe nachstehenden Beitrag.

## **Datenschutzkonzept – jetzt auch auf der Internetseite**

*Winfried Certa, Datenschutzbeauftragter der DVMB-NRW*

Das Thema Datenschutz beschäftigt die Verantwortlichen in den Gruppen und im Landesverband bereits seit 4 Jahren. Mit der Einführung der Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) wurden viele Dokumente, Formulare, Erklärungen usw., nicht immer zur Freude der Gruppensprecher/in und Mitglieder/innen, erstellt. In unserer Leitlinie zum Datenschutz heißt es:

### **Der Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ist uns ein großes Anliegen.**

Dies funktioniert aber nur, wenn wir alle die Vorgaben der EU-Datenschutz-Grundverordnung und des Bundesdatenschutzgesetzes erfüllen und einen einheitlichen Umgang mit personenbezogenen Daten gewährleisten. Bei dem virtuellen Arbeitstreffen im März, habe ich das Datenschutzkonzept vorgestellt. Es gibt die grundlegenden Prinzipien wieder, kann als Zusammenfassung aller Maßnahmen zum Datenschutz gesehen werden und dient den Verantwortlichen in unserer Selbsthilfeorganisation als Rechenschaftspflicht. Damit sich die Gruppenmitglieder/in und auch Interessierten einen Eindruck von der Umsetzung des Datenschutzes verschaffen können, kann es ihnen auch vorgelegt werden.

Zu finden ist das Datenschutzkonzept auf den Webseiten der „dvmb-nrw.de“. Hierzu muss die Seite Datenschutz, am Ende der Webseiten in dem „grünen Balken“ geöffnet werden. Direkt unter der Überschrift Datenschutzerklärung, befindet sich der „Link“ zum Datenschutzkonzept.

# „Lass die Farben in dein Leben“ Frauenseminar vom 18. – 20. März 2022 in Bad Sassendorf

Martina Saße, Ahlen

Im westfälischen Bad Sassendorf fand vom 18.-20. März das 1. Frauenseminar des Landesverbandes Nordrhein-Westfalen unter dem Motto „Lass die Farben in dein Leben“ mit Kirsten Weyand statt. 25 Frauen im Alter von 32 bis 87 Jahren trafen sich bei schönstem Frühlingwetter, um das alltägliche Moment der Farben für sich nutzbar zu machen.



Ein buntes Potpourri aus Wissenserwerb, Meditation und individuellem Austausch begeisterte die Teilnehmerinnen. Der bewusste Einsatz von Farben, unterstützt durch Farbdüfte, zeigte Wege zur persönlichen Schmerz- und Stressbewältigung auf. Momente der Ruhe für eine Begegnung mit sich selbst, aber auch die Frage wann bestimmte Farben abgelehnt werden und welche Wirkung Farben auf eine Person und die Kommunikation haben, standen im Vordergrund der Veranstaltung. Der stattgefundene Impuls zur Begegnung der Generationen lud zu einem Erfahrungsaustausch im Umgang mit alltäglichen, aber auch krankheitsspezifischen Problemen ein.

Einen krönenden Abschluss gestaltete die Erwachsenenpädagogin Birgit Fabich durch eine Kombination aus Märchenerzählungen und musisch- meditativen Bewegungsmomenten. Größter Dank gilt der liebevollen Organisation durch Heike Harnischfeger- Klein, die durch ihr Engagement dieses Wochenende zu einer gelungenen und wertvollen Erfahrung werden ließ.

## Nachruf:

Dieser Nachruf gilt dem Gedenken an **Thomas Barthold** der am 28.03.2022 plötzlich und unerwartet verstarb. 1999 trat er der DVMB bei, von 2012 – 2014 half er als Beisitzer des Vorstandes unseres Landesverbandes bei der Bewältigung der Aufgaben und von 2017 an als Ansprechpartner der Gruppe Wuppertal.

Wir sind ihm dankbar und werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

Vorstandschaft der DVMB LV-NRW e. V.

## DVMB-Landesverband NRW e.V. Terminliste 2022

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

10. - 12. Juni 2022 NRW-Frauenseminar in Willebadessen <sup>1) 2)</sup>  
*„Fühlen und gefühlt“*

18. Juni 2022 DVMB ÜL-Fortbildung in Geldern <sup>1)</sup>

25. – 26. Juni 2022 Bundesdelegiertenversammlung <sup>1)</sup>

03. Sept. 2022 Aktionstag Region Ost <sup>1)</sup>

26. - 28. Aug. 2022 NRW-Jahrestagung in Bad Sassendorf <sup>1)</sup>  
*„Öffentlichkeitsarbeit“*

09. – 11. Sept. 2022 NRW-Frauenseminar in Bad Fredeburg <sup>1) 2)</sup>  
*„Mein Bechterew – meine Krankheit“*

14. – 17. Sept. 2022 RehaCare in Düsseldorf <sup>1)</sup>

05. Nov. 2022 Kassenseminar <sup>1)</sup>

02. – 04. Dez. 2022 NRW-Frauenseminar in Bad Sassendorf <sup>1) 2)</sup>  
*„Morbus Bechterew und Begleiterkrankungen“*

<sup>1)</sup> Infos und Anmeldung bei der Landesgeschäftsstelle

<sup>2)</sup> oder FNW [heike.harnischfeger@dvmb-nrw.de](mailto:heike.harnischfeger@dvmb-nrw.de)

Vorstand und Redaktion wünschen Ihnen eine schöne, unbeschwerte Sommerzeit!



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](mailto:lv@dvmb-nrw.de)

Impressum:  
Die **MBJ-Beilage für NRW**

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

**Redaktion:** Willi Frings Horst Gottauf,  
Maria-Luise Rodenkirchen,  
Charlotte u. Helmut Schwarz,  
verantwortlich: i. V. Willi Frings  
E-Mail: [wilhelm.frings@dvmb-nrw.de](mailto:wilhelm.frings@dvmb-nrw.de)

Beiträge erbeten an die Landesgeschäftsstelle