

*Liebe DVMB-Mitglieder, liebe Freunde,*

*erneut liegt ein arbeitsreiches Jahr für unsere Gruppen, Netzwerke und Vorstandschaft des DVMB-Landesverbandes NRW hinter uns. Es freut mich, Euch zur letzten Ausgabe unseres Einhefters für 2023 wieder die Weihnachtsgrüße zu übermitteln. Starten wir an dieser Stelle mit einem kurzen Rückblick auf das Jahr 2023.*

*Unsere örtlichen Gruppen konnten neben ihrem umfangreichen Sportangebot dieses Jahr wieder vermehrt interessante und lebhaftere Veranstaltungen zu unseren übrigen zwei B's (Begegnung und Beratung) durchführen. Einige Gruppen feierten ihr 40-jähriges Bestehen, dazu mehr auf den Internetseiten unseres Landesverbandes NRW. Auf Landesebene fand die Delegiertenversammlung als auch fachbezogene Seminare wie drei Arbeitstreffen, NRW-Jahrestagung und das Kassenseminar für unsere Gruppenleitungen statt. Unsere Mitglieder und Interessierte NRW weit blicken auf fünf Frauenseminare, ein Partnerseminar, den Aktionstag und die Beteiligung auf der REHACARE im Rahmen unserer Vereinsarbeit zurück.*

*Danken möchte ich allen Mitwirkenden, wo auch immer in unserem gesamten Landesverband, für ihren Einsatz und die Vielfalt gelungener Veranstaltungen. Natürlich gibt es auch eine Schattenseite in unserem Vereinsleben. Leider ist es uns nicht gelungen, den Mitgliederschwund aufzuhalten, aber ich hoffe, dass wir diesen in 2024 stoppen können.*

*Persönlich und im Namen des ganzen Vorstands des DVMB-Landesverbandes sowie der Geschäftsstelle wünsche ich Euch und Euren Familien ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und ein gutes und erfolgreiches Jahr 2024 mit viel Gesundheit, Glück, Zufriedenheit und zahlreichen netten Begegnungen.*

*Peter de Beyer*

*Vorsitzender der DVMB LV-NRW e.V.*

## **NRW-Jahrestagung 25. - 27. August 2023 in Bad Sassendorf**

*Willi Frings, Detmold*

Die Leitungsteams der örtlichen Gruppen NRW trafen sich im Hotel Schnitterhof in Bad Sassendorf, um wieder miteinander Erfahrungen und Neuigkeiten aus ihrem Alltag in der Gruppenarbeit auszutauschen.

Freitagnachmittag reisten die Teilnehmer bereits an und nach einem aufmunternden Kaffee und herzlicher Begrüßung durch den stellvertretenden Vorsitzenden, Wolfgang Monballijn, ging es auch schon in die „Vollen“.

Los ging es mit einem zusammenfassenden Bericht von Willi Frings über die Arbeitstreffen (AT) der Region



West am 04.03.23, der Region Ost am 11.03.23 und am 25.03.23 für die Region Mitte (Ruhrgebiet), alle drei ATs fanden als Video-Konferenz statt. Schwerpunktthemen waren natürlich der Erfahrungsaustausch zu den Sport- und Selbsthilfeeinrichtungen in den Gruppen. Des Weiteren wurden die Mitgliederentwicklung der einzelnen Gruppen und Regionen seit 2017 den Teilnehmern aufgezeigt. Samstagmorgen ging es schon um 9.00 h mit dem Thema „Datenschutz im Verein“ los. Winfried Certa unterrichtete die Teilnehmer über den aktuellen Stand im Verein. Gegen 10.00 h rückte dann das Rote Kreuz an, nein es war kein Unfall passiert, ganz im Gegenteil, die ausgebildeten Sanitäter vom Deutschen Roten Kreuz des

Kreisverbands Lippstadt-Hellweg referierten zum Thema „Sofortmaßnahmen der Organisations-(Gruppen-)leitung bei einem Unfall während einer Veranstaltung“.

Es sollte nicht der klassische Erste-Hilfe-Kurs bzw. –Ausbildung sein. Sicherlich gab es schon Situationen, in denen unsere Gruppensprecher oder Leitungsteams bei einer Veranstaltung, Ausflug oder Feier teilnehmende Personen plötzlich Hilfe benötigen. In solch einer Notfallsituation ist ruhiges und besonnenes Handeln des Gruppensprechers oder Leitungsteams gefragt. Was könnte die eventuelle Ursache des Notfalls der betreffenden Person sein, wie kann als „Laie“ geholfen werden, wie ist z. B. der Ablauf eines Notrufs geregelt usw. Um 15.00 h, mit Unterbrechung für das Mittagessen, endete dieser Programmteil der NRW-Jahrestagung.

Gegen 15.30 h erläuterte Willi Frings den Versicherungsschutz in unserem Landesverband NRW, wie sind Mitglieder bei Veranstaltungen der Selbsthilfe und des Sportangebotes versichert und welchen Versicherungsschutz genießen die Ehrenamtlichen im Verein.

Nach einer kurzen Pause referierte Beate Paclik zu den Leistungen der Pflegeversicherung. Sie gab praktische Tipps, wenn der Medizinische Dienst ins Haus kommt, um die Pflegebedürftigkeit festzustellen und was es zu beachten gilt.

Am Sonntagmorgen zeigte Beate Paclik nochmals eine Zusammenfassung der Pflegeleistungen auf.

Gegen 10.00 h begrüßte Wolfgang Monballijn Herrn Markus Glahn, Reha-Fachberater der DRV Knappschaft-Bahn-See. Er erläuterte auf unterhaltsamer Art die Unterschiede der verschiedenen RehaMaßnahmen. Dazu gehören Leistungen zur medizinischen Rehabilitation (LMR), Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA), unterhaltssichernde und andere ergänzende Leistungen sowie sonstige Leistungen zur Teilhabe. Es war ein interessanter und aufschlussreicher Vortrag.

Gegen 12.00 h war es dann geschafft, Wolfgang Monballijn dankte den Teilnehmern für ihr Kommen und wünschte Ihnen eine gute Heimreise.



## Internationale Fachmesse REHACARE vom 13. - 16. September 2023 in Düsseldorf

*Willi Frings, Detmold*

Auch in diesem Jahr konnten sich wieder 30.000 Besucher vier Tage lang über Hilfen für ein selbstbestimmtes Leben mit Behinderung, bei Pflegedarf und im Alter informieren. Über 700 Aussteller aus 37 Ländern stellten Betroffenen, ihren Angehörigen und einem internationalen Fachpublikum ihre Neuheiten und Weiterentwicklungen rund um Rehabilitation und Pflege vor. Es standen wiederum viele Verbände und Organisationen aus Selbsthilfe und Sozialwirtschaft den Ratsuchenden zur Verfügung und diskutierten aktuelle behinderten- und gesundheitspolitische Fragen.



Auch der DVMB Landesverband NRW war wieder mit seinem Stand auf der REHACARE vertreten, um den Besuchern die DVMB näherzubringen, wofür sie steht, was sie macht und wie sie Betroffenen helfen kann.

Ein herzliches Dankeschön geht an unsere DVMB-Mitglieder aus den Gruppen für die Standbesetzung an den vier Tagen: Birgit Arndt, Günter Böckmann, Jan Clausnitzer, Willi Frings, Reiner Gotzen, Gerda Herhold, Adriano Hofmann, Beate Paclik, Charlotte und Helmut Schwarz sowie Monika Wiechmann, und natürlich an Richard Dißel und Reiner Redmann, die für den Aufbau und Abbau unseres Standes sehr viel Arbeit auf sich genommen hatten. Danken möchten wir auch der BAG-Selbsthilfe, die für ihre Mitgliederorganisationen mit der Messe Düsseldorf erhebliche Preisnachlässe aushandeln konnte, ebenso die Arbeitsgemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassen, die uns finanziell unterstützten.

## Begegnung in Werne - Radtour „Rund um Hamm - Nordick“ 2023

*Winfried Certa, Werne*

Am 19. August trafen wir uns mit 14 Gruppenmitgliedern und Angehörigen um 09:30 Uhr zur Radtour in Hamm. Von dort aus fuhren wir in Richtung Herbern. Das erste Ziel der Tour war die Geineggequelle. Diese entspringt als kleiner Hügellandfluss im Grenzgebiet der Gemeinden Ascheberg und Hamm und mündet in den abgetrennten Lippesee und dann in den Radbodsee der ehemaligen Zeche in Hamm.

Ein besonderes Highlight der diesjährigen Radtour war die anschließende Besichtigung eines „Traktormuseums“ auf einem ehemaligen Bauernhof. Dort wurde ein großer Tisch aufgestellt und ausgiebig gefrühstückt. Als nächstes zeigte uns der Besitzer die Maschinen und erklärte deren Herkunft und Vergangenheit. Danach fuhren wir weiter bis zu unserem Ausgangsort Hamm. Der Abschluss unserer Fahrradtour endete mit leckeren Grillgerichten, selbstgemachten Salaten und Herrencreme. Gegen 18:00 Uhr machten wir uns auf den Heimweg. Bei herrlichem Wetter radelten wir in 6 Stunden mit Pausen insgesamt 23 Kilometer. Dieser wunderschöne Tag wird allen Teilnehmern der Radtour noch lange in Erinnerung bleiben.



## Hüttenfest der Bechterew-Gruppe Witten der DVMB

Reiner Gotzen, Witten

Die Bechterew-Gruppe Witten feierte am Samstag 30. September ab 11 Uhr in Witten an der Dortmunder Straße 11 in der Grünanlage ihr jährliches Hüttenfest. Sie erinnert damit auch an den Weltrheumatag, der jährlich am 12.10. stattfindet. Die Gruppe lud ein zu geselligem Beisammensein, gemütlichem Plaudern bei Leckereien vom Grill, zu Kaffee und Kuchen sowie Spielen.

Für einen Austausch der etwa fünfzig an Morbus Bechterew Betroffenen, deren Angehörigen und Freunden war dies der ideale Rahmen. Zurückblickend zog die Veranstaltung Menschen aller Altersgruppen aus den umliegenden Städten an. Alle Teilnehmenden hatten einfach nur Spaß.

Die Wittener Selbsthilfegruppe besteht nunmehr seit über 40 Jahren. Über das Angebot der DVMB Gruppe Witten kann man sich auch auf der Internetseite informieren.

<https://www.dvmb-nrw.de/Gruppen/Witten>



## Die Hammer DVMB-Gruppe feiert ihr 40-jähriges Bestehen

Bernd Schilp, Hamm

Seit 1983 besteht die DVMB-Selbsthilfegruppe Hamm. Am Freitag, 12. Mai 2023 feierten rund 50 Mitglieder und ihre Partner das 40-jährige Bestehen der Gruppe im Restaurant Selbach-Park in Hamm-Pelkum. Monika Simshäuser (SPD), 1. Bürgermeisterin, übermittelte Grüße der Stadt Hamm. Gerda Herhold richtete Glückwünsche und Grußworte des Landesverbandes NRW aus. Der 1. Vorsitzende, Bernhard Schilp, erinnerte in seiner Ansprache an seinen Amtsvorgänger Horst Lange und an die Gründungsmitglieder Manfred Niederlaak, Gustav Priggen, Walter Becker und Hilde Schudy. Therapeutin der ersten Stunde war Hannelore Urban. Nach wie vor findet unsere Trockengymnastik in der Turnhalle und als „Wasserballett“ in der Schwimmhalle bis heute statt. In früheren Jahren wurde außerdem Volleyball gespielt und auch mehrfach Turniere ausgetragen. Wanderungen und Radtouren ergänzen das Angebot der Gruppe sowie Vorträge zur Bechterew'schen Erkrankung. Höhepunkt war eine gemeinsame Fahrt nach Bad Gastein in den Heilstollen nach Österreich. Für 40 Jahre Mitgliedschaft in der DVMB wurde Angelika Frye geehrt.



Die musikalische Unterhaltung und der Bauchredner Egbert Brede, als Ette & Lilly, lockerten den Abend auf.

Mittlerweile zählt die Selbsthilfegruppe Hamm 60 Mitglieder, die sich montags von 19.00 bis 20.45 Uhr in der Sporthalle der Gebrüder-Grimm-Schule in Hamm-Bockum-Hövel treffen.

## „Schmerzlinderung durch Physiotherapie bei Morbus Bechterew“ Partnerseminar in Münster vom 13. - 15. August 2023

Peter de Beyer, Münster

Am oben genannten Augustwochenende fand das diesjährige Partnerseminar in Münster unter dem Motto „Schmerzlinderung durch Physiotherapie bei Morbus Bechterew“ statt.

Nach der Vorstellungs- und Kennenlernrunde am Freitag, ging es am Samstagmorgen in die Praxisräume der TRIMED-Physiotherapie. Die Seminarleiterinnen Ulrike Krimphove und Laura Wenneker starteten zum besseren Verständnis mit einer theoretischen Einführung in das Krankheitsbild ankylosierende Spondylitis. Im Anschluss folgte der praktische Teil mit physiotherapeutischen Übungen für den häuslichen Bereich.

Die Teilnehmer waren begeistert wie sich die vielen Übungen und Handgriffe positiv auf den Körper, Geist und speziell auf die Wirbelsäule auswirkten. Es ist auf jeden Fall sehr förderlich und wichtig, dass nichtbetroffene Partner einen Einblick in das Krankheitsbild erhalten.



## „Yoga und Bechterew?“ Mit Bewegung den Schmerzen begegnen Frauenseminar vom 15. - 17. September 2023 in Bad Fredeburg

Jasmin Schmidt, Hemer

Bei wundervollem Spätsommerwetter konnte das 3. Frauenseminar im Hotel zum Hallenberg beginnen. Das Team Heike Harnischfeger-Klein als Organisatorin und die Yoga-Lehrerin Tanja Sonpar verhiessen den Teilnehmerinnen ein erfolgreiches Wochenende.

Nach Anreise der Damen am Freitagnachmittag begann das Seminar mit einer Vorstellungsrunde. Schnell wurde klar, dass alle Teilnehmerinnen mit ganz unterschiedlichen Erfahrungen, Vorstellungen und Kenntnissen der Thematik in das Wochenende starten würden. Ausprobieren, neu entdecken, doch noch lieben lernen – aber der Haupttenor war klar: Wir möchten etwas für uns selbst tun und ganz besonders elementar – gegen den Schmerz. Ganz wichtig für viele war hier: Yoga mit „Gesunden“ ist schwierig, weil man nicht alles (mit)machen kann (aber doch so gerne möchte). In einer Gruppe mit anderen Bechterewlern wird es sicher anders werden, so die Hoffnung. Tanja Sonpar gelang es, die Teilnehmerinnen individuell abzuholen und einzustimmen, denn: „Es ist wichtig, dass es dir gut geht. Die Asanas (festgelegte Körperübungen) kann man anpassen“. Der Abend ließ Zeit für einen gemeinsamen Austausch, ehe der Samstag für die Teilnehmerinnen mit viel Bewegung weiterging. Es folgten Atemübungen und Atemtechniken, denn die Atmung spielt eine zentrale Rolle beim Yoga. Die Asanas mit viel Dehnen und Stretchen im Stehen, Knien, Sitzen oder auch im Liegen wurden von Tanja Sonpar immer wieder an die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen angepasst, sodass alle Damen unabhängig von ihrer Konstitution teilnehmen konnten. Auch wurde betont, dass es wichtig ist, bei sich selbst zu bleiben und auf den Körper zu hören: Was brauche ich und was tut mir gut? In den theoretischen Einheiten wurde vermittelt, dass Yoga viel mit der inneren Einstellung und dem Verhalten zu tun hat. Zusammen mit den körperlichen Übungen, der Atmung und den Sinnen bildet Yoga eine komplexe und ganzheitliche Einheit, die über reine Bewegung hinausgeht. Am Sonntagmorgen vertieften die Teilnehmerinnen bereits Gelerntes und neue Formen bekannter Asanas, sowie weiteres Wissenswertes über das Konzept „Yoga“. Die Abschlussrunde zum Seminar brachte durchweg positives Feedback. Viele der Teilnehmerinnen wollen dies zu Hause fortführen und vertiefen.



### DVMB-Landesverband NRW e.V. Terminliste 2024

- 19.-21. Jan. 24 Frauenseminar in Willingen<sup>1)</sup>
- 01.-03. März 24 Frauenseminar in Bad Fredeburg<sup>1)</sup>
- 02. März 24 Arbeitstreffen Ost
- 09. März 24 Arbeitstreffen West
- 16. März 24 Übungsleiter-Fortbildung in Geldern
- 23. März 24 Arbeitstreffen Mitte (Ruhrgebiet)
- 25. Mai 24 Delegiertenversammlung in Dortmund
- 14.-16. Juni 24 Frauenseminar in Willebadessen<sup>1)</sup>
- 06.-08. Sept. 24 Frauenseminar in Oeding<sup>1)</sup>
- 14. Sept. 24 Jubiläumsfeier 40-Jahre DVMB LV-NRW e. V. in Iserlohn
- 25.-28. Sept. 24 REHACARE in Düsseldorf
- 27.-29. Sept. 24 NRW-Jahrestagung in Bad Fredeburg
- 09. Nov. 24 Kassenseminar in Dortmund
- 13.-15. Dez. 24 Frauenseminar in Paderborn<sup>1)</sup>

Anmeldungen bei 1) [Heike.Harnischfeger@dvmb-nrw.de](mailto:Heike.Harnischfeger@dvmb-nrw.de)

Vorstand und Redaktion  
wünschen eine friedliche  
Advents- und Weihnachtszeit!



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:**

Maria-Luise Rodenkirchen, Willi Frings  
Charlotte u. Helmut Schwarz,  
verantwortlich:

Maria-Luise Rodenkirchen

**Beiträge erbeten an die Landes-  
geschäftsstelle**