

Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, Sie sind trotz zahlreicher außergewöhnlicher heißer Sommertage einigermaßen gut durch die Sommermonate gekommen, vor allem für unsere älteren Mitmenschen ist solch eine Wetterlage schon sehr herausfordernd. Für die nun beginnende Herbstzeit wünschen wir Ihnen bei angenehmeren Temperaturen, dass Sie die bunte Vielfalt dieser Jahreszeit genießen können.

Diese Ausgabe des Einhefters berichtet wiederum über die vielfältige Arbeit unseres Landesverbandes mit seinen Gruppen und Netzwerken. Zum dritten Frauen-Seminar reisten die Teilnehmerinnen Mitte Juni nach Oeding zum Wochenend-Seminar „Die Rolle der Frau“, 11 Mitglieder aus der Gruppe Witten nahmen an dem Seminar in Bad Pyrmont „Sport und Ernährung“ teil, zudem veranstaltete die Gruppe Witten einen Vortrag mit der Rheumatologin Judith Günzel zur Erkrankung Osteoporose.

Auch unser Landesverband ist wieder mit einem eigenen Stand auf der RehaCare in diesem Jahr vertreten. Wir würden uns über Ihren Besuch am Messestand freuen.

Die restlichen Veranstaltungen in 2026 finden sie auf der letzten Seite dieses Einhefters unter „Terminliste 2026“

Wir hoffen sehr, dass die Berichte wieder Ihr Interesse finden und auch zum Mitmachen und sich Einbringen anregen. Letzteres bleibt für uns seit jeher wichtig, und dazu möchten wir erneut aufrufen. Gelegenheit dazu gibt es viele, wie auch diese Ausgabe zeigt. Eure Ideen sind gefragt, die uns weiterbringen können.

In diesem Sinne grüßt Sie

Ihr Redaktionsteam

Besuchen Sie uns auf der RehaCare 2026



**REHACARE
International**

Fachmesse für Rehabilitation und Pflege
Düsseldorf, 23.-26. September 2026

Die **REHACARE International** ist die führende Messe für Rehabilitation, Prävention, Inklusion und Pflege. Jedes Jahr treffen sich Expertinnen und Experten, Fachleute und Besucherinnen und Besucher aus Europa und Übersee in Düsseldorf, um die neuesten Entwicklungen und Trends im Bereich Mobilität, barrierefreie Wohn- und Arbeitsgestaltung, sowie Hilfsmittel und Technologien für Menschen mit Behinderung zu präsentieren und zu erleben.

Auch in diesem Jahr sind wir wieder mit einem eigenen Stand vom 23.-26. Sept. 2026 dabei. Dies gibt uns die Möglichkeit, Besucherinnen und Besucher über unsere Erkrankung und unsere Vereinigung zu informieren und uns mit anderen Selbsthilfeorganisationen



auszutauschen.

Wie jedes Jahr stehen unsere erfahrenen Patientenberater aus den Leitungsteams unserer Gruppen Besuchern und Betroffenen mit Rat und Informationsmaterial über unsere Erkrankung zur Seite.

Unser Stand befindet sich im Karree der BAG (Bundesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe) Halle 1 E12. In diesem Bereich der Halle treffen Sie auch weitere Selbsthilfeorganisationen an.

Wir würden uns sehr über Ihren Besuch an unserem Stand freuen!



Die Rolle der Frau: Chronische Krankheit, Schmerz und Weiblichkeit

Frauenseminar 19. – 21. Juni 2026 in Oeding

Cornelia Jakobeit, Köln

„Frauen übernehmen in ihrem Alltag oft zahlreiche Rollen gleichzeitig: Ehefrau, Mutter, Schwester, Freundin, Partnerin, Berufstätige, Pflegende – jede Rolle bringt spezifische Anforderungen und Erwartungen mit sich.

Chronische Erkrankungen können dieses Gleichgewicht erheblich beeinflussen und stellen Frauen vor die Frage: Wie kann ich all diese Rollen ausfüllen, wenn mein Körper Einschränkungen hat?

Chronische Erkrankungen und langanhaltende Schmerzen stellen Frauen vor besondere Herausforderungen – sowohl körperlich als auch emotional.“

Wir haben ein Hitzewochenende in Oeding erwischt, konnten aber trotzdem intensiv an unserem Thema die weibliche Rolle/Weiblichkeit und chronische Erkrankungen arbeiten.



Wir haben uns dem Thema genähert, indem wir gesammelt haben, was Weiblichkeit für uns bedeutet. Dadurch haben wir uns auch dem Thema Embodiment (deutsch: Verkörperung) genähert. Wo sitzen unsere chronischen Erkrankungen im Körper? Welche Auswirkungen haben sie auch auf unsere Weiblichkeit im täglichen Leben?

Um dies sichtbar zu machen, haben wir unsere Umriss in Lebensgröße auf Papier gebracht. Jede hat dann ihren Körper mit den persönlichen Schmerzstellen und andere wichtige Punkte in ihren Umriss gemalt. Langsam nahmen wir auf

dem Papier Gestalt an. Im Anschluss hat jede in Einzelarbeit in der Gruppe versucht, ihren ganz persönlichen Zusammenhang im Leben zu verstehen und dies im Bild deutlich zu machen.



Dies war eine intensive und sehr persönliche Arbeit. Das war nur durch unsere vertrauensvolle und nahe Zusammenarbeit mit der Gruppe und Vera Sprengkamp möglich.

Zum Abschluss haben wir versucht unsere Glaubenssätze zu benennen und im Anschluss Stärken und Möglichkeiten gesammelt, um mit dem Gedanken nach



Hause zu gehen: das alles kann ich selbst bewusst für mich einsetzen, um schwierige Situationen etwas leichter zu machen und mich selbst zu stärken.

Bei alldem kam aber auch unser persönlicher Austausch nicht zu kurz, und wir alle haben es sehr genossen. Auch Public Viewing des Deutschlandspiels im Hotelbiergarten war ein Highlight!

Es war ein intensives und bereicherndes Wochenende. Vielen Dank dafür!



Mit der DVMB-Gruppe Witten nach Bad Pyrmont

Reiner Gotzen, Hattingen



Vom 3. - 5. Juli 2026 nahmen 11 Mitglieder der Bechterew-Gruppe Witten an einem inspirierenden und informativen Seminar Ernährung und Bewegung im Staatsbad Pyrmont teil. Dr. Martin Gehlen, Chefarzt der Fürstenhof Klinik, Facharzt für Rheumatologie, Innere Medizin und Osteologie, Dr. Michael Schwarz-Eywill, Facharzt für Innere Medizin und Rheumatologie sowie Frau Maya Friedrichs, Ökotrophologin und Ernährungsberaterin informierten lebensnah, gut verständlich und kompetent über Morbus Bechterew und damit zusammenhängende Erkrankungen sowie hierbei geeignete Ernährung und Bewegung.

Gemeinsam bereiteten die Teilnehmenden unter Anleitung von Maya Friedrichs nach Informationen über die Inhaltsstoffe in Teams in der Lehrküche des Gesundheitszentrums Königin Luise Bad die Gerichte zu. In fröhlicher Runde wurden danach die Erfahrungen bei der Zubereitung

erläutert und die Gerichte genossen. Erstaunt waren alle darüber, wie lecker Gesundes schmecken kann und wie einfach die Gerichte zuzubereiten sind.



Bei den Bewegungseinheiten in der Sporthalle und im Thermalbad wurden bei vollem Körpereinsatz alle Kräfte mobilisiert. Dr. Gehlen berichtete, dass nach seinen Erfahrungen im Klinikalltag Mitglieder von Selbsthilfegruppen bis ins hohe Alter mobiler und fitter sind als Vergleichsgruppen.



Den Rahmen für dieses Seminar bildeten die Einrichtungen des Staatsbades Pyrmont, allem voran die Heilquellen und der außergewöhnliche und über die Grenzen hinaus bekannte Kurpark mit dem Palmengarten und dem Wasserschloss.

Es fand an diesem Wochenende auch der Historische Fürstentreff mit Umzug statt. Personen in historischen Gewändern erinnerten an berühmte Gäste des Staatsbades seit dem 16. Jahrhundert, darunter auch Johann Wolfgang von Goethe. Sie waren auf den öffentlichen Plätzen und in den

Geschäften anzutreffen.

Die Unterbringung im zentral gelegenen Parkhotel bot Gelegenheit zur Erholung zwischen den Vorträgen, Seminarstunden und gesundheitlichen Schnupper-Anwendungen wie Massagen, Bädern und Moorpackungen.

Für die Mitglieder der Bechterew-Gruppe war dieses Seminarwochenende ein unvergessliches Gemeinschaftserlebnis. Die Stimmung war entsprechend sehr gut.

Besonderer Dank gilt den Organisatoren des Seminars vor Ort.



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

Osteoporose-Vortrag DVMB-Gruppe Witten

Reiner Gotzen, Hattingen

Referentin Judith Günzel, Internistin und Rheumatologin aus Dortmund, informierte am Samstag, den 13. Juni 2026, anschaulich und lebensnah über Ursachen und Therapien bei Osteoporose in den Räumen der Bechterew-Gruppe Witten der DVMB an der Dortmunder Straße. Die zahlreichen Fragen zur Wahl des zuständigen Arztes, der richtigen Medikamente, möglichen Operationen, Kostenübernahme durch die Krankenkassen und vorbeugende Maßnahmen beantwortete sie ausführlich.

Besonders ging sie auch auf die Bedeutung von Bewegung

und sinnvoller Ernährung ein.

Osteoporose ist eine

Erkrankung, bei der die Knochen an Stabilität verlieren und leichter brechen können. Besonders betroffen sind ältere Menschen, vor allem Frauen nach den Wechseljahren. Durch Krankheiten wie zum Beispiel Rheuma und damit verbundene Medikationen kann Osteoporose begünstigt werden. Auch Chemotherapien schädigen die Knochen.

Dem Vortrag über Osteoporose folgten die Teilnehmenden mit lebhaftem Interesse.



DVMB-Landesverband NRW e.V. Terminliste 2026

04.-06. Sept. NRW-Jahrestagung, Bad Fredeburg
Konfliktlösungen in der Gruppe und im Leitungsteam

18.-20. Sept. Frauenseminar, Bad Fredeburg¹⁾
Schmerzreduzierung durch Qi Gong bei Morbus Bechterew

23.-26. Sept. REHACARE, Düsseldorf
Besuchen Sie unseren Stand auf der Messe

09.-11. Okt. Partnerseminar, Bad Fredeburg
Leben mit Morbus-Bechterew in der Partnerschaft

10. Okt. ÜL-Fortbildung in Geldern

07. Nov. Kassenseminar, Dortmund

04.-06. Dez. Frauenseminar, Bad Fredeburg¹⁾
Jin Shin Jyutsu Spannungen lösen Sorgen vergessen

Anmeldungen bei 1) Heike.Harnischfeger@dvmb-nrw.de

Allen Lesern

wünschen wir einen
bunten Herbst

Ihr Redaktionsteam



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, Sahra Gerigk,
Charlotte u. Helmut Schwarz,
verantwortlich:
Willi Frings

Beiträge erbeten an
einhefter@dvmb-nrw.de oder die
Landesverbandsgeschäftsstelle
lv@dvmb-nrw.de