



Februar 2020

## Mitteilungsblatt Nr. 1/2020

### Auf ein Wort.....

Liebe Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft Kitzingen/Volkach.

Kälte, Eis und Schnee, davon wurden wir im bisherigen Winter verschont und der Wetterlage nach ist es auch nicht zu erwarten. Nasskaltes Schmuddelwetter, trübe Tage, alles grau in grau hat unser Empfinden jedoch sehr oft getrübt.

Wie schön ist es, wenn die Sonne doch ab und zu durchkommt, alles farbig macht und uns ihre Wärme spüren lässt. Die inzwischen merklich längeren Tage nähren die Hoffnung auf den baldigen Frühling. Dann wird es auch wieder leichter, dass wir unseren inneren Schweinehund überwinden und uns - wenn möglich - mehr bewegen. Ein Spaziergang an der frischen Luft mit witterungsgerechter Kleidung ist ein toller Baustein für unser Wohlbefinden.

Für diejenigen, die in einer der angebotenen Therapiegruppen tätig sind, ist das Wetter keine Ausrede.

Die Erkältungswelle ist noch nicht vorbei. Wir hoffen, Sie haben vorgesorgt und an Ihre Gripeschutzimpfung und eventuell Gürtelroseimpfung gedacht.

Wir planen so langsam unsere Mitgliederversammlung mit Neuwahlen, die am 11.März 2020 stattfinden soll.

Jetzt wünschen wir Ihnen einen schönen Frühling.

Ihr Rheuma-Liga-Team

### Aktuelle Termine:

**11. März 2020**

**Mitgliederversammlung mit Neuwahlen in der Buchbrunner Str. 7b, Kitzingen, Haus der AWO um 17 Uhr, mit dem Vortrag, Thema:**

**„Naturheilkundlicher Vortrag über Rheuma aus Sicht der Tibetischen Medizin“ von Frau Dr. Angela Klein, Apothekerin und Heilpraktikerin aus der Apotheke Mainbernheim**

**Hierzu ergeht herzliche Einladung**

Für 2020 sind auch einige Ausflüge geplant. Eine Busfahrt nach Bad Steben in die Rheuma-Klinik - mit einem Vortrag – soll stattfinden. Vorher geht es nach Ludwigstadt zu einer Besichtigung und Vorführung in einer „Gläsernen Confiserie“. Termine werden noch bekannt gegeben.

Außerdem wollen wir einige Ausflüge in der näheren Umgebung unternehmen, mit jeweiliger eigener Anreise (Fahrgemeinschaften).

Hier einige Vorschläge:

Floßfahrt auf dem Altmain, Baumwipfelpfad Ebrach mit Einkehr, Teeladen und Oelmühle in Abtswind auch mit Einkehr, eventuell Brauereibesichtigung, Fernwasserversorgung Franken in Sulzfeld mit Einkehr, Weinprobe in Sommerach, Besichtigung von Töpfer-Salate in Albertshofen, Weihnachtsmarkt in Büdingen.

### **Termine zum Vormerken:**

Auch im Jahr 2020 wird wieder der Bonuslauf der VR-Bank Kitzingen stattfinden. Termin noch nicht bekannt. Wir erinnern daran, dass möglichst viele Anmeldungen bei Annegret Sauer unter Telefon-Nr. 09321/31431 eingehen werden.

### **Rückblick :**

Der Landesverband der Deutschen Rheuma-Liga organisierte am 11.09.2019 eine Radltour von der Kitzinger Altstadt, über Ochsenfurt nach Würzburg. Dort erwartete eine Sambagruppe die Radler. Mit dieser Aktion wollte die Rheuma-Liga auf die Krankheit aufmerksam machen und auf das Ehrenamt hinweisen. Auch von der AG KT/Volkach nahmen einige Radler teil.

Am 04.12.2019 war unser Ausflug nach Ansbach zum Weihnachtsmarkt. Nach der Ankunft hatten wir eine einstündige Führung in der Markgräflichen Residenz Ansbach. Anschließend konnten wir dann auf dem Weihnachtsmarkt bummeln. Bei diesem Ausflug waren wir 50 Personen, denen es Allen gefallen hat.

### **Patientenseminare:**

Im Frühjahr 2020 bietet unser Landesverband wieder Patientenseminare an, über die Sie sich im Internet der Rheuma-Liga-AG KT/Volkach informieren und anmelden können.

Gesundheit ist der größte Reichtum.  
Zufriedenheit ist der wertvollste Schatz.  
Liebe ist der beste Freund des Herzens.  
Lachen ist die größte Freude.

## **Ehrung unserer Jubilare bei der Adventsfeier am 29. November 2019**

Auch im vergangenen Jahr ehrte Peter Dodt wieder eine Reihe von Jubilaren und dankte Ihnen mit einem kleinen Geschenk für die Treue zur Rheuma-Liga Kitzingen/Volkach.

Geehrt wurden:

<b>10 Jahre</b>	<b>Bühler Heinz</b> <b>Dotzel Christina</b> <b>Fischer Dagmar</b> <b>Füller Rosemarie</b> <b>Heeger-Musmann Anna</b> <b>Heß Peter</b> <b>Hock Monika</b> <b>Hofmann Christa</b> <b>Kimmel Irma</b> <b>Kimmel Manfred</b> <b>Krauß Dieter</b> <b>Mertins Angela</b> <b>Moser Elfriede</b> <b>Nickel Gertrud</b> <b>Nickel Hans</b> <b>Streng Maria</b> <b>Wagenhäuser Marianne</b>
<b>20 Jahre</b>	<b>Behringer Burgi</b> <b>Feuerbach Herta</b> <b>Häberlein Elisabeth</b> <b>Sauer Annegret</b>
<b>25 Jahre</b>	<b>Kainz Ingrun</b> <b>Mahlmeister Ursula</b>

Allen Jubilaren sei gedankt für Ihre langjährige Mitgliedschaften. Außerdem möchten wir uns bei den Kuchenspendern und den Helfern, die zum Gelingen des Nachmittags beigetragen haben, ganz herzlich bedanken.

### **Hinweis:**

Über sozialgerichtliche Urteile und Entscheidungen, z. B. zum Funktionstraining, zur Schwerbehinderung können Sie in die Web-Seiten [www.reha-recht.de](http://www.reha-recht.de) und [www.rehadat-recht.de](http://www.rehadat-recht.de) einsehen.

Beim Funktionstraining für Erstverordnungen von Trocken- und Wassertherapie weist die Rheuma-Liga-AG-KT/Volkach darauf hin, dass vor der Antragsgenehmigung unbedingt Rücksprache mit dieser genommen werden muß - zu den Sprechzeiten - um längere Wartezeiten zu vermeiden.

## **Rheuma ist jünger als du denkst:**

Sie sind jung, sie sind dynamisch – und chronisch krank: Britta (23) und Christian (43) haben Rheuma - und sie haben sich entschlossen, die Protagonisten der Aufklärungskampagne „Rheuma ist jünger als du denkst“ zu sein, die die Deutsche Rheuma-Liga am Welt-Rheuma-Tag 2019 gestartet hat. Warum? Damit junge Rheumatiker mehr Verständnis bekommen und ernst genommen werden. Um die Öffentlichkeit zu informieren, was es überhaupt heißt, Rheuma zu haben. Weil sie möchten, dass Rheuma nicht mehr nur als „Alte-Leute-Krankheit“ wahrgenommen, nicht nur mit Arthrose assoziiert wird. Damit Rheuma frühzeitig erkannt wird, notwendige medizinische Maßnahmen so schnell wie möglich eingeleitet werden – denn umso besser stehen die Chancen, einen Stillstand der Krankheit zu erreichen. Unter [www.instagram.com/deutsche-rheuma-liga](http://www.instagram.com/deutsche-rheuma-liga) können Sie sich registrieren lassen.

## **Nun noch ein Wohlfühlipp:**

Am Aschermittwoch beginnt traditionell die Fastenzeit. Viele Menschen verzichten auf verschiedene Nahrungsmittel oder Angewohnheiten. Sie fasten, um abzunehmen. Es ist aber auch eine Zeit der Ruhe und Stille, die man nutzen kann, um sich aus dem hektischen Alltag zurückzuziehen. Auch das stärkt Geist und Körper und steigert das Wohlbefinden.

Nun wünschen wir Ihnen eine gute Zeit und grüßen Sie herzlich

**Ihr Rheuma-Liga-Team**  
**Arbeitsgemeinschaft Kitzingen/Volkach**

**„Ich stemme  
beide  
Hände in  
die Hüften  
und sage:  
Es geht  
nicht, dass  
ich es  
nicht schaffe.  
Ich werde  
das schaffen“**

Gabriella Caiello