



**Mitteilungsblatt Nr. 1/2023**

Februar 2023

**Auf ein Wort.....**

*Liebe Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft Kitzingen/Volkach.*

*Die Corona Pandemie hatte uns ganz schön im Griff und unsere Reihen in den verschiedenen Therapiegruppen gelichtet. Ja, der Eine kämpft noch mit den Nachwehen von der Corona-Infektion, der Andere leidet unter den reduzierten Temperaturen in den Hallenbädern. Schauen wir mal wann wir wieder wärmere Verhältnisse vorfinden.*

*Es ist immer wieder toll festzustellen wie viele Mitglieder der Rheuma-Liga nicht nur an dem Funktionstraining sondern darüber hinaus sich noch zusätzlich bewegen. Ist das schon heimliches Training für den VR Bank Bonus Lauf ?*

*Im Moment haben wir aber andere Probleme, die wir gemeinsam lösen müssen, um unsere Arbeitsgemeinschaft zu erhalten. Wir haben im März 2023 eine Mitgliederversammlung, dieses mal wieder mit Neuwahlen. Aber keine Angst, wir haben im Team fast alles vorbereitet. Es wird nicht vorkommen, dass wir erst am Wahlabend die Posten im Team besetzen. Im Vorfeld wollten einige Teammitglieder aufhören, weil sie eine gewisse Altersgrenze erreicht hatten. Aber nach reichlicher Diskussion haben sich alle entschieden noch eine Runde mitzumachen.*

*Danke an die Mannschaft.*

*Sie werden es bei der Versammlung auch feststellen, Wir haben viele Positionen doppelt besetzt um jüngere Mitglieder in die Teamarbeit einzuführen. Es muss ja nicht sein, dass wir unsere AG auflösen müssen, weil wir kein neues Führungsteam auf die Beine stellen können. Bitte überlegen Sie mal, ob Sie nicht doch noch etwas Zeit übrig haben, um hier mit zu arbeiten; am Funktionstraining teilzunehmen und es auch mit zu organisieren. Die Alternative ist recht einfach, es gibt sonst kein Funktionstraining mehr im Landkreis Kitzingen.*

*Es liegt an den Mitgliedern, was wir auf die Beine stellen können*

*Bei der Mitgliederversammlung haben wir dieses Jahr wieder den mit Fotos belegten Jahresbericht unserer Arbeitsgemeinschaft und zusätzlich haben wir Frau Maier von der Polizei mit einem Vortrag eingeladen. Sie wird uns erzählen, wie wir uns vor Gaunern schützen können, die uns mit Schockanrufen um unser Geld und Schmuck bringen wollen. Wir wünschen Ihnen jetzt erst einmal einen schönen Frühling und Sommer, dann ..... was sonst ansteht erfahren Sie noch rechtzeitig. Ihnen alles Gute, bleiben Sie gesund und vergessen Sie Ihre zusätzlichen Bewegungseinheiten nicht.*

*Viele liebe Grüße*

*Peter Dodt  
Teamsprecher*

## **Aktuelle Termine:**

- 28: Februar 2023 Fahrt nach Veitshöchheim,  
Besuch der Strahlentherapie-Klinik Mainfranken.  
Abfahrt in Kitzingen 15.30 Uhr am Bleichwasen.  
Abfahrt in Volkach 16.00 Uhr am Bahnhof.
  
- 16: März 2023 **Mitgliederversammlung mit Neuwahlen in der  
Buchbrunner Str. 7 b, Kitzingen, Haus der AWO.  
Beginn um 16 Uhr mit dem Vortrag von der  
Polizei  
„Räuberischer Telefonterror/Tricks zur Geld und  
Wertsachenbeschaffung“.  
Dauer ca. 30 bis 45 Minuten.  
Anschließend Mitgliederversammlung  
mit Neuwahlen.**

**Hierzu ergeht herzliche Einladung**

## **Termin zum Vormerken**

Liebe Rheumis, wir alle wissen, wie äußerst wichtig Bewegung bei unserer Krankheit ist. Das Motto der Rheuma-Liga lautet schließlich: 3 x B (Beratung, Begegnung und Bewegung). Am 03. Juni 2023, beim Stadtfest der Stadt Kitzingen, findet wieder der Bonuslauf der VR Bank Kitzingen statt. Seit etlichen Jahren nehmen wir für die Rheuma-Liga mit einer Gruppe daran teil. Auch heuer möchten wir wieder eine Gruppe bei der VR Bank anmelden können. Darum bitten wir alle, die sich dazu imstande fühlen die knapp 5 km Strecke zu schaffen, sich schon jetzt, aber spätestens bis Ende April bei mir zu melden (Annegret Sauer 09321/31431). Es geht dabei nicht um Schnelligkeit, es gibt kein Zeitlimit! Die VR Bank zahlt dafür einen Bonus von 10 Euro pro Teilnehmer an den jeweiligen Verein. Jeder Verein muss mindestens 20 und darf bis 50 Teilnehmer anmelden. Jeder kann auch Freunde, Bekannte und Verwandte mit anmelden. Mitglied zu sein ist keine Voraussetzung. Jeder der sich anmeldet bekommt von mir rechtzeitig Bescheid, wann und wo es losgeht und wo wir uns dann treffen. Jeder Teilnehmer bekommt eine Startnummer und muss diese nach dem Lauf am Ziel abgeben. Dafür bekommt der Verein dann von der VR Bank den Bonus. Es hat immer allen die mitgelaufen sind viel Spaß gemacht. Anschließend könnte man mit einem Eis, Getränk, Bratwurst oder Ähnlichem beim Stadtfest wieder Kräfte sammeln. Also tun wir was Gutes für unsere Krankheit und den Körper!!! Und machen mit bei dem Lauf und letztendlich tun wir was Gutes für die Vereinskasse. Wir warten auf eure Anmeldungen.

Bericht von Annegret Sauer

**Vorschau:** Voraussichtliche Fahrt zum Brombachsee mit Brauereiführung in Ellingen

### **Rückblende: Ehrung unserer Jubilare bei der Adventsfeier am 25.11.2022**

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

Geehrt wurden

25 Jahre	Benda Marion Schätz Renate Ziller Angelika
20 Jahre	Bauerschubert Ingrid Elflein Frieda Geiling Erika Krämer Helene Krauß Karlheinz Ringelmann Heidi

Nicht teilnehmen konnten:

Fellmann Helga, Giersig Georg, Golombek Hertha, Hartig Maria, Kleinschnitz Iris, Mc Donald-Leube und Wintzheimer Emma.

Wir danken allen Jubilaren für Ihre langjährige Mitgliedschaft. Außerdem den Kuchen Spendern und den Helfern, die zum Gelingen des Nachmittages beigetragen haben.

### **Spende**

Der Erlös aus dem Verkauf des Weihnachtsbasars und des Kuchenverkaufes ergab 200,00 Euro und wurde an den Bayerischen Rundfunk „**Sternstunden**“ gespendet.

### **Mitteilung der Krankenkassen**

Das von ihrem Arzt auf Verordnung (Muster 56) angegebene Rehabilitationsziel ist nur bei einer regelmäßigen Teilnahme an den Übungseinheiten zu erreichen. Unterbrechungen sollten insofern auf begründete Ausnahmefälle begrenzt bleiben (z.B. bei Krankheit, Krankenhaus- bzw. Rehabilitationsklinikaufenthalt oder Urlaubsreisen). Über diese Unterbrechungen ist die jeweilige Gruppe zu informieren. Bei nicht gemeldeter und nicht begründeter Unterbrechung der ergänzenden Leistung, kann der Leistungsträger (Träger der Gruppe) den Rehabilitationssport bzw. das Funktionstraining abbrechen und die bis dahin durchgeführten Leistungen abrechnen.

## **Mitteilung im Info-Brief Nr. VI/2022 des Landesverbandes München**

Bei der Arbeitsgemeinschaftsleiter Tagung in Nürnberg wurde unter anderem die Thematik der Kombination von Wasser- und Trockentherapie **an einem Tag** behandelt. Die Anzahl der Übungseinheiten beträgt entsprechend der ärztlichen Verordnung bis zu zwei, mit besonderer ärztlicher Begründung bis zu drei Übungsveranstaltungen je Woche. **Die Wasser- und Trockengymnastik (Funktionstraining) ist an unterschiedlichen Tagen zu erbringen, es sei denn der Arzt hat die Notwendigkeit einer taggleichen Abgabe (manuell auf der Vorderseite der Verordnung) bestätigt.**

### **Ein Rezept**

Ingwer-Schoko-Kekse

Zutaten:

130 gr weiche Butter	1 EBL Backkakao
70 gr Zucker	Salz
2 Päckchen Vanillezucker	20 gr frischen Ingwer
1 Ei	80 gr dunkle Schokolade
200 gr Mehl	110 gr kernige Haferflocken

Zubereitung: Butter, Zucker, Vanillezucker schaumig schlagen. Ei hinzufügen. Mehl, Backkakao und 1 Prise Salz zugeben. Ingwer schälen, raspeln. Schokolade hacken, mit den Haferflocken unterheben. Je 1 TL Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. 12 Min. bei 180 Grad backen.

Wir wünschen Ihnen allen einen schönen Frühling und einen noch schöneren Sommer verbunden mit herzlichen Grüßen

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

**Was Lustiges**

**Mama als Mama:  
Du isst, was ich gekocht habe.  
Schluss ! Aus !  
Mama als Oma:  
Möchtest du die Pfannkuchen  
als Stern- oder Herzform,  
"mein kleiner Schatz ?"**