



## Internationaler Morbus-Bechterew-Tag 2019

Das ist jährlich der 1. Samstag im Mai und ein guter Anlass, um mit einer sportlich-touristischen Aktion der Gruppe nach dem Motto „Start in den Frühling“ etwas Gemeinsames zu unternehmen. Dazu nachstehende Berichte:

**Gruppe Wismar:** Am 4. Mai 2019 trafen sich die Mitglieder unserer Gruppe zum 2. gemeinsamen Event, aus Anlass des MB-Tages. Wir wollten wandern und Treffpunkt war 11 Uhr am Roten See bei Brühl. Der Ausflug begann mit einem Picknick, leider in dicker Jacke ob der kühlen Temperaturen. Jeder hatte einen Proviant im Rucksack. Glücklicherweise beachtete Matthias die „Kälte“: sein mitgebrachter Brenner hat den von ihm selbst gemixten und gesponserten Glühwein und damit auch uns ruck-zuck auf Betriebstemperatur gebracht. Dann ging es quer durch unsere schöne Natur zum Schloss Kaarz. Hier waren für uns Plätze zum Kaffeetrinken reserviert. Wir ruhten uns aus und stärkten uns mit leckerer Torte. Danach wanderten wir zurück zum Parkplatz am Roten See. Wir hatten gut 6 km geschafft und ein schöner gemeinsamer Tag in der Gruppe ging zu Ende.

Roswitha Piehl, stellv. Gruppensprecherin

**Gruppe Neubrandenburg:** Die Wanderung „Start in den Lenz“ hat bei den Neubrandenburgern bereits Tradition. Diesmal war die Gegend um Ankershagen, der östliche Zipfel des Müritz-Nationalparks, unser „Zielgebiet“. Mit dem Bornsee und zwei Nachbarseen ist hier das Quellgebiet der Havel. Deren Wasser fließt nach gut 300 km in die Elbe (Havelberg) und schließlich in die Nordsee, so dass es sich um eine klassische Wasserscheide handelt.

Der Weg zum Treffpunkt im Dörfchen Bornsee war mit Luftballons und Aufklebern in DVMB-Grün ausgewiesen und so kamen alle gegen 10 Uhr gut an. Und auf ging es mit Rucksäcken und Stöcken, einem Pfad rund um den Bornsee folgend. Da der Rückweg über eine kleine Brücke bereits nach einer Stunde erreicht war, entschieden wir uns wacker zum Weitermarsch, entlang des nächsten Sees. Letztlich wurde ein Tour von gut 12 Kilometern daraus, teils über Stock und Stein, und „stolz wie Bolle“ erreichten wir nach zweieinhalb Stunden eine malerische Anhöhe oberhalb des Bornsees, eine Gruppe Birken auf freier Fläche. Hier hatte unser „Chefkoch“ Christoph bereits vorgesorgt und fleißig gegrillt. Das gab ein ausgiebiges Picknick und der Appetit war groß!

Im Anschluss ging es nach Ankershagen (Heinrich-Schliemann-Stätte, neu aufgebautes trojanisches Pferd), wo uns eine der ältesten Dorfkirchen des Landes erwartete. Eine Kirchenführung mit spannenden Informationen, auch zur Geschichte der Gegend, die mit Zeugen der Vergangenheit „gespickt“ und seit Urzeiten besiedelt ist, schloss sich an. Der krönende Abschluss war ein recht abenteuerlicher Aufstieg auf den gewaltigen Turm der Kirche, mit Ausblick über das Land. Nach so viel Erlebtem und Gehörtem tat ein Abschluss des Ausflugs mit Kaffee und Kuchen im Gutshaus Friedrichsfelde gut. Die Wirtin erlebte uns zufrieden, stolz und glücklich. Der Abschied nach so einem tollen Tag in der Gruppe war herzlich und für alle ist klar: Im nächsten Jahr sind wir wieder dabei.

Ingo Bachmann, Gruppensprecher

Auf Tour (Aufnahmen: R. Piehl, C. Fischbuch)



### Infobox zu Terminen 2019 im MV

**27.-29. Sep** Frauenseminar des LV

**19. Okt** 12. Rügenbrückenlauf in Stralsund

Für den Internetauftritt von Landesverband und Gruppen sind weiterhin talentierte Redakteure gesucht, um aus den Gruppen zu berichten.

Betroffene für neue Gruppen sind willkommen, vor allem in Greifswald, Pasewalk, Schwerin, Güstrow.

Der Vorstand tagte am 11. Mai in Neubrandenburg. Wesentliche Themen: Förderung 2019; Vorbereitung des Frauenseminars; Arbeitsteilung im Vorstand; Satzungsfragen; Situation in der Gruppe Demmin; andere Gruppenthemen. Unser Verband hat 270 Mitglieder. Nächste Vorstandssitzungen: 8.-10. November



(Eigene Aufnahmen: oben Gruppenfahrt 2019 - Hartmut Vollerthun; Sibylle Riemann; Bogenschießen in Waren - Ingo Bachmann)

## **Auf großer Gruppenfahrt 2019: Wir haben „Rücken“, sind aber aktiv, beweglich und haben Spaß**

Hartmut Vollerthun, Neubrandenburg, hat einen schönen Text gesandt (vielen Dank!). Hier ein Auszug in kleinerer Schrift, der volle Text findet sich auf [www.dvmb-mv.de](http://www.dvmb-mv.de):

Die Reise, mit unserem langjährigen Partnerunternehmen „Bustouristik Tonne“, führte uns in die Lüneburger Heide. Die Gruppenfahrten in der Himmelfahrtswoche haben bereits Tradition – dies war Nummer 12 ... So verging die Zeit schnell bis zu unserem ersten Erlebnisstopp, der Baumkuchenbäckerei in Salzwedel, Altmark. Baumkuchen wächst nicht am Baum und im Wald, sondern entstand nach Ideen und Versuchen von einem Erfinder - man höre: aus dem ostdeutschen Salzwedel. Mit unterstützender Musik aus einem Leierkasten erfuhren wir Einiges zum Staunen von der Herstellung dieses Gebäcks. Resümee: Salzwedel ist eine Reise wert.

Von hier aus war es auch nicht mehr weit bis zu unserem Standorthotel der Reise in Hitzacker, einer Kleinstadt an der Elbe, und vielen von uns aus Fernsehserien und Überschwemmungskatastrophen an der Elbe bekannt ... Tags darauf begann unser Herrentagausflug. Die „Herren der Schöpfung“ erhielten einen kleinen Begrüßungstrunk. Mit einem ortsansässigen Reiseführer erkundeten wir gemeinsam die Reize der Landschaft in der Lüneburger Heide. Bei einer Kremserfahrt durch ein wunderschönes Naturschutzgebiet erfuhren wir viel über die Heimat der Heidschnucken, die Geschichte des Landstriches und über die Lebensweise der Heidebewohner. Wir erkundeten am Folgetag natürlich auch die Stadt Lüneburg selbst. Viele Hochzeitswillige haben wir gesehen, die sich bestimmt einige Anregungen für ihren schönen Tag von der Serie „Rote Rosen“ abgeschaут haben ... Am Abend rief die Hoteldisco uns auf zum Tanz. Man mag es nicht glauben, dass es in der Gruppe viele mit erheblichen Rückenprobleme gibt! Aber vielleicht hilft eine stimmige Musik und der eigene Wille sich zum Rhythmus zu bewegen, alles Andere um sich herum zu vergessen. Wir hatten bis zur Verabschiedung des Musikanten jedenfalls viel Spaß und „tobten“ uns beim Tanz mal wieder richtig aus.

Vorletzter Tag: die alte Stadt Celle am Rande der Lüneburger Heide mit ihren wunderschönen Fachwerkbauten. Den Höhepunkt aber bildete am Nachmittag der Besuch des Mühlenmuseums bei Gifhorn: Mühlen aus der ganzen Welt sind hier in Originalgröße und zum größten Teil auch funktionstüchtig zu erleben. Leider reichte die Zeit nicht aus, um alle zu besichtigen ... Am letzten Tag, gleichzeitig unser Heimfahrttag, besuchten wir noch, zurückgekehrt ins heimliche Mecklenburg, Dömitz mit seiner Festung an der Elbe – recht imposant. Auf der Weiterfahrt nach Hause wurden dann bereits die Reisepläne für das kommende Jahr geschmiedet - vielleicht das „Zittauer Gebirge“? Ich glaube jedoch, „man findet das Glück unterwegs und nicht am Ende einer Reise“... Es war ein tolle Reise!

### **Getestet: Bogenschießen gut geeignet für Bechties**

Die Gr. Neubrandenburg hatte einen Ausflug besonderer Art: Treffpunkt war bei den Sportschützen in Waren. Trainierin Sylvia Müller empfing uns, führte uns gründlich in das Sportgerät ein und los ging es, jeweils 6 Schützen mit drei Schuss auf die Scheiben. Wichtig: die richtige Körperhaltung, im rechten Winkel zur Schussrichtung, aufrecht, Brust aufgedehnt, mit Körperspannung. Schießen kann man mit Visier (Haltehand unterm Kinn) oder direkt mit Pfeilvisier (Haltehand an der Wange). Es machte großen Spaß und man spürte die sportliche Anspannung. Zum Schluss wurde um Punkte gespielt. Die Besten erreichten 27 von 30 Ringen, ein tolles Ergebnis. Der Ausflug rundete sich ab mit einem Besuch im Wisentgehege Damerow, wo die Landesforst ein großes Besucherfest ausrichtete. Rundum ein gelungener Ausflug.

Und: Bogenschießen wird weiter probiert, das ist verabredet. Vielleicht wird es zu einer guten Therapieergänzung.