



# Fibromyalgie Nachrichteblättche

## Chronisch Schmerzkrankte und die Gerechtigkeit

Von Rainer Marx

Ein bayrischer Sozialrichter zu einer arbeitsunfähigen Fibromyalgie-Betroffenen:

**„Sie brauchen nicht zu denken, dass Sie wegen Fibromyalgie bei uns in Rente kommen!“**

Wer dies als Betroffene zu hören bekommt, weiß, dass der Kampf um die Erwerbsminderungsrente noch nicht vorbei ist und das nächste Rechtsmittel, die Berufung, vor dem Landessozialgericht bevorsteht. Sie weiß auch, dass die ganze Prozedur mit der Inanspruchnahme des Rechtsanwaltes und eventuell erneute Vorstellung bei anderen Gutachtern bis zur Berufungsverhandlung noch einmal wiederholt werden muss und der Stress noch nicht vorbei ist. Etliche geben deswegen auf und verschenken ihre Rentenansprüche!

Es stellt sich bei so einer Äußerung außerdem die Frage, ob der Richter eigentlich weiß was es bedeutet, als FM-Betroffene jahrelang an Schmerzen zu leiden und mit vielen privaten und beruflichen Einschränkungen leben zu müssen? Ist ihm auch bewusst, dass es **nicht** das primäre und von den Betroffenen favorisierte Ziel ist, eine kleine Frührente zu erhalten, um dann finanziell künftig auf vieles zu verzichten?

Einen ordentlichen Lohn für eine vollwertige Arbeit zu bekommen wäre den meisten lieber. Doch hierzu sind viele FM-Betroffene nach langer Zeit vergeblicher Arbeitsversuche und des Ertragens schmerzbedingter Leiden nicht mehr in der Lage. Es wird in der Regel so lange wie es geht versucht den Arbeitsplatz zu erhalten, da das Einkommen für den Unterhalt der Familie benötigt wird. Dies um so dringender, wenn die Betroffene alleinerziehend und -verdienend ist. Mit den Schmerzen kann man sich während seiner Arbeit einigermaßen eine Zeit lang arrangieren. Nach Feierabend, oder am Wochenende, wenn die Ablenkung weg ist, und die volle Konzentration wieder den Schmerzen zur Verfügung



### IN DIESEM „BLÄTTCHEN“

Problem FM-Gutachter .....	2
Ärztlich Bestätigungen benötigt ..	3
Patientenrechtegesetz geplant ..	4
Tipps zum Rentenverfahren .....	4
Studie Bewegung bei Büroarbeit	5
Veranstaltungen u. Termine...	6-10

THEMENSCHWERPUNKT IN DIESER  
AUSGABE:

**Begutachtung und  
Rechtliches**

## AUSZÜGE AUS DEM SOZIALGERICHTS- SETZBUCH (SGG)

In der Fassung des Gesetzes zur Änderung des Sozialgesetzbuches und anderer Gesetze vom 24. Juli 2003 (BGBl. I Bl. 1526)

### § 103 SGG [Untersuchungsmaxime]

Das **Gericht erforscht den Sachverhalt von Amts wegen**; die Beteiligten sind dabei heranzuziehen. Es ist an das Vorbringen und die Beweisanträge der Beteiligten nicht gebunden.

### § 106 SGG [Aufklärungspflicht des Vorsitzenden]

(1) Der **Vorsitzende** hat darauf hinzuwirken, dass Formfehler beseitigt, unklare Anträge erläutert, **sachdienliche Anträge** gestellt, **ungenügende Angaben tatsächlicher Art ergänzt sowie alle für die Feststellung und Beurteilung des Sachverhalts wesentlichen Erklärungen abgegeben werden**.

(2) Der Vorsitzende hat bereits vor der mündlichen Verhandlung alle Maßnahmen zu treffen, die notwendig sind, um den Rechtsstreit möglichst in einer mündlichen Verhandlung zu erledigen.

(3) Zu diesem Zweck kann er insbesondere

1. um Mitteilung von Urkunden ersuchen,
2. **Krankenpapiere, Aufzeichnungen, Krankengeschichten, Sektions- und Untersuchungsbefunde sowie Röntgenbilder beiziehen**,
3. Auskünfte jeder Art einholen,
4. Zeugen und Sachverständige in geeigneten Fällen vernehmen oder, auch eidlich, durch den ersuchten Richter vernehmen lassen,
5. die Einnahmen des Augenscheins sowie die **Begutachtung durch Sachverständige anordnen und ausführen**,

## Konflikte am Arbeitsplatz

steht, wird es dann hässlich. Die Schmerzen haben die volle Aufmerksamkeit! Schleichen sich dann auch noch Fehler an der Arbeit ein, entstehen „kollegiale“ Negativreaktionen (Aggressionen, Ignorieren, Vorwürfe, Umsetzung an einen anderen Arbeitsplatz durch den Chef, gg. den eigenen Willen, Mobbing, usw.).

Damit fängt meistens auch das eigene „Grübeln“ und die Suche nach den Ursachen und der Schuld an. Die Schuld bei den anderen suchen, ist ein „aggressiver“ Akt, was den meistens konfliktuntrainierten und nach Harmonie strebenden FM-Betroffenen nicht „im Blut“ liegt!

Das nicht mehr aufhören können beim Grübeln kann dann zu Ein- und Durchschlafstörungen führen. Über einen längeren Zeitraum fehlt dem Organismus dann nachts die Regenerationsmöglichkeit. Dies verstärkt wiederum die eigene Fehlerhäufigkeit und die persönliche Empfindlichkeit. Das dicke „Fell“ wird dünner und man bezieht viele Dinge auf sich, auch wenn dies nicht so ist. Durch ein ungutes Arbeitsklima redet man nicht mehr so häufig mit seinen Kollegen und ist froh wenn die Arbeit rum ist.

Leider werden hierbei Chancen zur Klärung von Missverständnissen ver-

## Nur wenn die Rentenversicherung nicht zahlen muss, ist der ärztliche Gutachter ein „geeigneter“ Gutachter!?

tan. Der Beruf entartet zu einem konstanten Stresserlebnis.

Kommen mit der Zeit Empfindungen wie Hilflosigkeit und das Gefühl des Ausgeliefertseins hinzu, können Depressionen oder ein Burn-out - Syndrom sowie andere stressbedingte Erkrankungen entstehen. Die Arbeitsfähigkeit geht immer mehr dahin. Dies ist ein kleiner Ausschnitt, nur aus dem beruflichen Erleben einer FM-Betroffenen, ohne auf die Begleitsymptome, weiteren Erkrankungen, und vielfältigen auch privaten Einschränkungen intensiver einzugehen.

Wenn ein Sozialrichter eine solche Erkrankung bagatellisiert, kommen automatisch auch Gedanken auf, dass eine solche Einstellung sehr

im Sinne der Deutschen Rentenversicherung (dem Kostenträger, also der Gegenpartei) ist. Dieser Verdacht wird bestärkt, wenn im Laufe des Gerichtsverfahrens, der positiv im Sinne einer vollen Erwerbsminderungsrente argumentierende Gutachter eigener Wahl (nach § 109 SGG, s. Gesetzesauszug auf S. 3!), von der Deutschen Rentenversicherung als „ungeeignet“ abgelehnt wird und der Sozialrichter der Argumentation des juristischen Vertreters der Deutschen Rentenversicherung folgt.

Wo bleibt hier die Neutralität der Sozialrichter? Das Sozialgerichtsgesetz (SGG) gebietet ihnen eine objektive und unabhängige Sachaufklärung. Wie soll dies allein nur durch die Gutachter der D. Rentenversicherung möglich sein?

## Einseitige Gutachterausswahl

Hier besteht logischerweise zwangsläufig ein Befangenheitsverdacht!

Es ist schon auffallend, dass Gutachter, die die gesundheitlichen Probleme von FM-Betroffenen bestätigen, auf diese Art, zum Nachteil der FM-Betroffenen, „geoutet“ werden und ihre Gutachten nicht gelten sollen!

Die Gutachter der Deutschen Rentenversicherung werden von den Sozialrichtern meistens akzeptiert!

Diese Praxis wird in FM-Selbsthilfegruppen seit Jahren immer wieder aus den verschiedensten deutschen Bundesländern berichtet.

Die gleiche Problematik wiederholt sich dann noch mal, wenn es um die Verlängerung der hart erstrittenen und meist zeitlich befristeten Erwerbsminderungsrente (EM-Rente), nach zwei oder drei Jahren, geht.

Allein der Gedanke, daran, dass der Stress mit den Gutachtern wieder von vorne beginnt, macht den meisten FM-Betroffenen Probleme und trägt zu ihrer Befindens-

verschlechterung bei. Es kommt die Angst, die EM-Rente wieder zu verlieren und wieder auf die Arbeit geschickt zu werden. Dorthin, wo man weiß, dass man sich mit seinem meist perfektionistischem Überengagement über Jahre aufgerieben hat und es nicht mehr funktionieren kann.

Die Arbeitskollegen freuen sich sicherlich auf eine Mitarbeiterin oder einen Mitarbeiter, die oder der krankheitsbedingt, wie vor dem Rentenanspruch, häufig ausfällt, obwohl er doch nun über sechs Stunden vom „Rentengutachter“ mehr als sechs Stunden täglich arbeitsfähig und „gesund geschrieben“ wurde! Für beide Parteien ist dies ein Dilemma!

Unterstellt man dem Sozialrichter, dass er kein Verrichtungsgehilfe der Deutschen Rentenversicherung ist und sich tatsächlich um eine gute Sachaufklärung bemüht (auch solche Sozialrichter gibt es!) liegt es an der oder dem FM-Betroffenen, eine gut fundierte Darstellung der

## Ärztliche Bestätigungen sind notwendig!

gesundheitlichen Probleme zur Verfügung zu stellen, aus der der Richter eindeutig eine **Arbeitsfähigkeit nur noch unter drei Stunden** (Voraussetzung zum Erhalt der vollen EM-Rente!) ersehen kann. Hier dienen an erster Stelle ärztliche Befundberichte, die die Gesundheitsprobleme bestätigen. Wichtig für den Beginn der EM-Rente kann auch der Zeitpunkt sein, ab dem die Gesundheitsprobleme begonnen haben und ob sie andauern. Auch, ob eine Besserung zu erwarten ist. Diese Angaben werden in der Regel auch vom Kostenträger (Deutsche Rentenvers.) abgefragt. Leider auch von Ärzten, die hierzu fachlich eigentlich keine Angaben machen können.

Bei einem **Verlängerungsantrag** einer EM-Rente auf Zeit, kann dies ebenfalls sehr wichtig sein! Wenn, wie es beim Sozialgericht Ffm. vorgekommen ist, eine Entscheidung zur Fortsetzung einer bereits drei Jahre gewährten EM-Rente dann fünf Jahre dauert, kann eine hohe Rentennachzahlung verloren

gehen, wenn man nicht **per ärztl. Attest das ununterbrochene Bestehen der Gesundheitsprobleme**, die zur Verrentung geführt hatten, **nachweist**.

Die Deutsche Rentenvers. hatte in diesem Fall einfach unterstellt, dass die FM-Betroffene in diesen **fünf Jahren „Wartezeit“** wieder **„genesen“** sei und die FM-Erkrankung erst wieder seit kurzer Zeit besteht. Entsprechend wurde der **Rentennachzahlungszeitraum von 5 auf 1 Jahr gekürzt** und der Kostenträger hat zum Nachteil der Betroffenen 4 Jahre Rentenzahlung (in diesem Fall monatlich 400 €) „gespart“.

Wovon die FM-Betroffene und ihre Familie in der Zwischenzeit leben soll interessierte anscheinend niemanden. Sie musste sich Geld leihen und hat ihre Altersvorsorge aufgebraucht. Es sollte daher darauf geachtet werden, dass die Sozialgerichtsverfahren zeitnah abgeschlossen werden. Der Rechtsanwalt muss das Sozialgericht entsprechend „nerven“!

### ... AUSZÜGE AUS DEM SOZIALGERICHTSGESETZBUCH (SGG)

6. andere beiladen,  
7. einen Termin anberaumen, das persönliche Erscheinen der Beteiligten hierzu anordnen und den Sachverhalt mit diesen erörtern. ....

#### **Gutachter eigener Wahl:**

[§ 109 SGG](#)

#### **[Anhörung eines bestimmten Arztes]**

(1) **Auf Antrag des Versicherten**, des Behinderten, den Versorgungsberechtigten oder Hinterbliebenen **muss ein bestimmter Arzt gutachtlich gehört werden**. Die Anhörung kann davon abhängig gemacht werden, dass der Antragsteller die Kosten vorschießt und vorbehaltlich einer anderen Entscheidung des Gerichts endgültig trägt.

(2) Das Gericht kann einen Antrag ablehnen, wenn durch die Zulassung die Erledigung des Rechtsstreits verzögert werden würde und der Antrag nach der freien Überzeugung des Gerichts in der Absicht, das Verfahren zu verschleppen, oder aus grober Nachlässigkeit nicht früher vorgebracht worden ist.



## BERUFSUNFÄHIGKEIT BELEGEN!

### TIPPS:

**Geeignete** ärztliche Befundberichte verwenden!

Ev. zu **positive Klinikentlassungsberichte** („Schönwetterberichte“ für die Kostenträger) **nicht vorlegen!**

Falls ein solcher Bericht, mangels anderer Unterlagen, doch vorgelegt werden muss, eine **eigene Stellungnahme** beilegen, in der die **Richtigstellung nicht stimmiger Angaben im Klinikentlassungsbericht** aufgeführt wird.

**Falsche Angaben in Arzt- u. Klinikberichten immer richtig stellen**, sonst hält der Richter sie später für wahr! Auf jeden Fall **juristischen Beistand im Rentenverfahren** holen!

**Eigene Darstellung** der gesundheitlichen Einschränkungen **zu Hause in Ruhe aufschreiben und ärztliche Belege beifügen!**

Am besten **zeitlich chronologisch ordnen**. Dabei eigene Defizite nachvollziehbar beschreiben: Was geht heute nicht mehr oder nur noch sehr eingeschränkt.

Am **Tagesablauf** orientieren! Ggf. Schlafstörungen in der Nacht u. kognitive Probleme mit angeben. (Alte Geschehnisse nach hinten im Ordner einordnen und neue nach vorne.)

**Originalbelege behalten — nur Kopien aushändigen!**  
**Pausen angeben!**

**Beachten!** Bei **tägl. durchgehender Arbeitsfähigkeit:**

< **3 Std.** = volle EM-Rente  
**3 - 6 Std.** = halbe EM-Rente  
**mehr als 6 Std.** = 0 EM-Rente

## Geplantes Patientenrechtegesetz

**Mit Sicherheit gut gemeint, aber auch gut ausgeführt? Wolfgang Zöllner, Patientenbeauftragter der Bundesregierung, hat Details zum geplanten Patientenrechtegesetz bekannt gegeben.**

**Patientenrechtegesetz soll auf den Weg gebracht werden**

Die Regierungskoalition ist offenbar entschlossen, das im Koalitionsvertrag vereinbarte Patientenschutzgesetz umzusetzen.

Ein entsprechender Gesetzentwurf vom BMG und dem Patientenschutzbeauftragten der Bundesregierung, Wolfgang Zöllner, soll jetzt auf den parlamentarischen Weg gebracht werden.

Zwar heißt es nicht mehr Patientenschutzgesetz sondern Patientenrechtegesetz, doch gemeint ist damit dasselbe. Das für die Patienten maßgebliche Recht ist derzeit zersplittert.

Das macht es für Patientinnen und Patienten oft schwierig, ihre Ansprüche durchzusetzen.

Künftig sollen unter anderem Patientenansprüche nicht an der Kassenbürokratie scheitern.

**Automatische Leistungsbewilligung vier Wochen nach Antrag**

Noch im Februar will Zöllner (CSU) das Patientenrechtegesetz auf den Weg bringen:

### *Behandlungsfehler: Wartezeit bis zum Gerichtsentscheid verkürzen!*

Bei einer Informationsveranstaltung in Aschaffenburg zum Thema "Wie teuer darf Gesundheit werden" hat er sich am 1. Februar 2011 zuversichtlich gezeigt, dass das Gesetz alle Hürden nehmen wird.

Doch ob die gut gemeinten Details geeignet sind, die anvisierten Ziele zu erreichen? Experten sehen insbesondere eine Regelung kritisch, nach der Anträge an Leistungsträger, die innerhalb von vier Wochen nicht beschieden worden sind, grundsätzlich als genehmigt und damit als erstattungsfähig gelten.

Zöllner möchte damit erreichen, dass Patienten künftig bei Anträgen schneller zu ihrem Recht kommen. Eine automatische Bewilligung nach vier Wochen dürfte nach Zöllners Worten die Bearbeitungszeiten deutlich senken.

Die Regelung trifft erwartungsgemäß auf Kritik bei den Krankenkassen.

Falls es bei der Antragsbearbeitung Verzögerungen geben sollte, "dann ist das nicht in Ordnung und dann werden die Kassen auch daran arbeiten", erklärte der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenversicherung. "Gesetzlichen Regelungsbedarf sehen wir zumindest bei den gesetzlichen Krankenkassen nicht."

**Weitere Baustelle: Behandlungsfehler**

Weitere Details des geplanten Gesetzes befassen sich mit den Behandlungsfehlern.

Auch hier sollen die Verfahren beschleunigt werden.

Teilweise müssten **Versicherte heute bis zu elf Jahre warten, bis es zu einem Urteil kommt.** Dies belaste nicht nur die betroffenen Patienten, sondern sei auch eine enorme Belastung für die Ärzte, so Zöllner.

## Einbindung von Patientenvertretern in Schlichtungsstellen

Die Zahl der Gerichtsverfahren wegen Behandlungsfehlern steigt in der Tat seit Jahren.

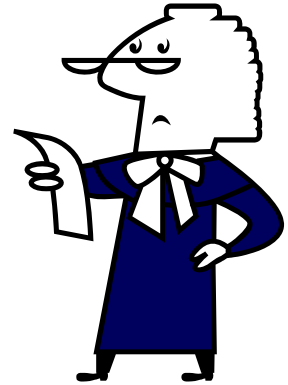
Die für **Behandlungsfehler zuständigen Gutachter- und Schlichtungsstellen** bei den Ärztekammern haben nach Meinung Zöllners ein Akzeptanzproblem. Sein Vorschlag ist daher, dass in diesen **Schlichtungsstellen auch Patientenvertreter** sitzen.

Außerdem sollten bei den Gerichten öfter spezialisierte **Kammern für Medizinrecht eingerichtet** werden, um die **Dauer von Prozessen zu verkürzen**.

Dort sollten neben dem Richter **zwei Schöffen** vertreten sein, ein **Arzt** und ein **Patientenvertreter**.

**Das Vorhaben hat Befürworter und Kritiker**

Ob das Gesetzesvorhaben in dieser Form erforderlich ist, ist unter Experten heftig umstritten.



### Im Sinner der „Verbraucherschützer“ nicht der KBV

Während Verbraucherschutzorganisationen das Vorhaben durchweg begrüßen, äußert sich die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) kritisch und verweist auf die vorhandenen Fehlervermeidungssysteme auf freiwilliger Basis, die akzeptiert würden.

Das weitere parlamentarische Verfahren wird zeigen, ob die Vorstellungen des Patientenbeauftragten durchsetzbar sind.

<http://www.wkdis.de/aktuelles/soziales/195741/geplantes-patientenrechtegesetz>

## Studie: Bewegungspausen bei sitzender Tätigkeit

Schon kurze Unterbrechungen reduzieren den Taillenumfang und das Herz-Kreislauf-Risiko

Langes Sitzen schadet der Gesundheit, das ist lange bekannt. Allerdings hilft diese Weisheit angesichts der Zunahme sitzender, hoch konzentrierter Tätigkeiten in der Arbeitswelt wenig.

Eine Studie von australischen Wissenschaftlern der Universität Queensland in Herston zeigt nun doch einen Ausweg: Schon **kurze Bewegungspausen von gerade mal einer Minute Dauer** sollen den **Taillenumfang und das Risiko von Herzerkrankungen senken**.

Die Forscher analysierten die Daten von mehr als 4.700 US-Bürgern, die mindestens 20 Jahre alt waren. Sie trugen sieben Tage lang ein Messgerät, das ihre Bewegungen aufzeichnete. Darüber hinaus bestimm-

ten die Wissenschaftler im Blut der Probanden Substanzen, die aussagefähig sind für das Herz-Kreislauf-Risiko, wie Cholesterin, Insulin und den Entzündungsmarker C-reaktives Protein. Auch der Taillenumfang wurde bestimmt.

Bei der Auswertung zeigte sich Folgendes: **Je mehr Zeit ein Mensch im Sitzen verbrachte, desto mehr Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Krankheiten fanden sich** - und zwar **selbst bei jenen Probanden, die regelmäßig Ausgleichssport betrieben**. **Je häufiger ein Studienteilnehmer jedoch aufstand und sich bewegte** - und sei es auch nur für eine ganz kurze Zeit -, **umso schlanker war seine Taille** und umso geringer der **Gehalt des C-reaktiven Proteins im Blut**.

Die Wissenschaftler raten daher **Menschen, die lange Phasen an ihrem Arbeitsplatz sitzen müssen, häufiger aufzustehen und umherzugehen**.

**Telefonate und kurze Konferenzen könnten auch im Stehen erfolgen** und zu Absprachen mit Kollegen sei der Gang in deren Büro gesünder als ein Anruf.

<http://www.wkdis.de/aktuelles/soziales/195686/bewegungspausen-bei-sitzender-taetigkeit>





## VORTRAGS- TERMINE

Mi., 19.10.2011  
19:30 Uhr

### "Stress und Fibromyalgie"

Referent: Rainer Marx

Aukamm-Klinik  
Wiesbaden  
Leibnitz Straße 25 Wiesbaden

Ansprechpartnerin:

Heidi Karlowski  
Tel.: (0611) 37 05 89

Mi., 09.11.2011  
17:00 Uhr

### "Individuelle Selbsthilfe- strategien beim FMS"

Referent: Rainer Marx

Südliche Ringstraße 107,  
63225 Langen

Ansprechpartnerin:

Roswitha Lechler  
Tel.: (06103) 37 05 89

Sa., 12.11.2011  
15:00 Uhr

### "Individuelle Selbsthilfe- strategien beim FMS"

Referent: Rainer Marx

Sozialstation, Josselinestr. 3  
55232 Alzey

Ansprechpartnerin:

Marlene Rothenmeyer,  
Tel.: (06734) 96 11 77

## Lokale Gruppentermine

### Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Heusen- stamm

Jeweils am **2. Mittwoch**  
eines Monats, ab **16.30 Uhr**,  
**Eisenbahnstraße 11**,  
63150 Heusenstamm  
(1. Stock, rechts, letzter Raum  
hinten links!)

### Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Offenbach

Jeden **3. Samstag im Monat**, ab  
**15.00 Uhr**, im Paritätischen  
Wohlfahrtsverband Offenbach,  
2. Stock, **Frankfurter Straße 48**

(nahe der  
Kaiserstra-  
ße), 63065  
Offenbach.



### Fibro-Krankengymnastik

Jeden Mittwoch, 13.00 Uhr, Ma-  
rienstraße 16a  
(Räumlichkeit der Kirche Maria  
Himmelskron) 63150 Heusen-  
stamm (z.Z. Pause bis 4.10.11)  
(Ein Kurs beinhaltet 10 Einheiten, von  
einer Stunde Dauer  
(Kurskosten: 54 €).

Die Kurskosten können mit der Kranken-  
kasse über die Therapeutin abgerechnet  
werden.)

## „Bewegung hilft Schmerzen reduzieren“

### FM - Gesundheits- training

*(angelehnt an Methode  
Heigl (KTMH))*

Speziell abgestimmt auf die Fä-  
higkeiten von FM – Betroffe-  
nen / s. im Internet:  
[www.heigl.n.de](http://www.heigl.n.de)

Das Training findet jeden Mitt-  
woch, 19:00 Uhr,  
auf der Wiese hinter dem Haus  
Leipziger Ring 29, 63150 Heu-  
senstamm, statt.

(Unkostenbeitrag pro Trainings-  
einheit 2 €)

**Termine bitte bei  
Gerda Marx erfragen!**  
Tel.(06104) 68 26 16

### Babbel - Treff



Am **ersten Freitag** im Monat,  
ab 15:30 Uhr

in Gaststätte „Alter Bahnhof“  
beim S-Bahnhof Heusenstamm  
(Linie S 2),  
Bahnhofstr. 1  
63150 Heusenstamm

# Lokale Gruppentermine

## FM-Selbsthilfegruppen Hessen-Süd:

### Darmstadt

Milja Weller  
(06151) 472 93

### Pfungstadt

Thekla Knauer / Wolfgang Felis  
(06157) 989 42 53 / (01638) 930 241

### Weiterstadt

Margit Lotz  
(06150) 81 41 6



## Fibro - Gymnastik – Gruppe (Funktionstraining)

in der **Praxis für Physiotherapie** Anke Hüper, DA, Grafenstraße 26

Jeden Dienstag, 10:15 Uhr

Jeden Mittwoch, 09:45 Uhr und 10:30 Uhr

(Neu - Anmeldung in der Physio-Praxis bei **Anke Hüper**, Tel.: (06151) 99 74 91)

## Funktionstraining Wasser / Wassergymnastik im Jugendstilbad Darmstadt

Montag, von 09:00 – 09:30 Uhr und 09:30 – 10:00 Uhr

Ansprechpartnerin und Information in: Praxis Anke Hüper, Tel. (06151) 99 74 91

## Warmwassergymnastik im Pfungstädter Wellenbad

Jeden Freitag 08:15 Uhr + 09:00 Uhr + 09:45 Uhr + 10:30 Uhr

Eintritt - Einzel 3,50 € + 1,00 € (Gymnastikzuschlag)

## Runder Tisch – Gesprächstreff

„Wohnpark Kranichstein - Borsdorffstr.40

Zeitpunkt: **Immer der 3. Donnerstag im Monat, ab 15:00 Uhr**

Es ist ein ungezwungenes, lockeres und geselliges Treffen zum Gesprächsaustausch.

## Nordic Walking auf die sanfte Tour – Pfungstadt am Wasserwerk

Jeden Montag, **16:00 Uhr**, mit Hans-Jürgen **Wieland**

(im Winter: 15:30 Uhr)

---

## FM-Selbsthilfegruppe Bad N a u h e i m

**Monatliches Gruppentreffen:** Immer am **letzten Dienstag im Monat, 15:30 Uhr**,

Erika Pitzer - Begegnungsstätte, Blücherstr. 23, 61231 Bad Nauheim.

**Funktionstraining:** **Montags, um 11:15 Uhr**, in der **Kerkhoff-Rheumaklinik** u.  
**17:15 Uhr**, in der **Erika Pitzer - Begegnungsstätte**

**Wassergymnastik:** **Immer mittwochs, 14:00 Uhr**, Thermalbad Bad Nauheim.

## VERANSTALTUNGEN

### Fibromyalgietag

des Fibromyalgie-  
verbandes  
Rheinland-Pfalz und Saar-  
land e.V.

Sa., 26. November 2011  
Beginn: 10.00 Uhr  
(Eintritt: Frei)

„Bestwestern Hotel“  
Pasadenaallee 4  
67059 Ludwigshafen

---

#### Auszug aus dem Programm

---

**10.00 – 11.00 Uhr**  
**Schwerbehinderung und**  
**Erwerbsminderung**  
Peter Westermeier, Dachau  
(Rentenberater und Pro-  
zessagent)

**11.00 - 11.45 Uhr**  
**Arbeitsrecht und Berufs-**  
**unfähigkeitsversicherung**  
Karl- Heinz Tempel, Mün-  
chen (Rechtsanwalt)

**12.00 - 12.45 Uhr**  
**Fibromyalgie und chroni-**  
**sches Müdigkeitssyndrom**  
PD Dr. Dr. Eckart Friedel,  
Bad Kissingen

- Das vollständige Pro-  
gramm ist auf unserer  
Homepage zu finden bei  
„Veranstaltungen“ - **Anmel-**  
**dung bis 14.11.11 erbeten!**

## Lokale Gruppentermine

### Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Bruchköbel

Jeden **1. Donnerstag** im Monat, ab  
14.00 Uhr, Seniorentreff im Bürger-  
haus am Rathaus

Ansprechpartnerin:  
**Ilona Hennig,**  
Tel. (06181) 78 01 77

### Funktionstraining

#### FM-Gruppe I

jeden Dienstag  
15:00 – 15:45 Uhr

*„Es tut gut sich mit anderen Betroffenen  
auszutauschen!“*

### Lokale Termine der Selbsthilfegruppe FM und chronischer Schmerz Ranstadt

Jeden **ersten Samstag eines Mo-**  
**nats**, 15.00 Uhr,  
Ev. Gemeindehaus,  
Hintergasse 47,  
63691 Ranstadt

### Wassergymnastik

montags 15:20 Uhr,  
Thermal - Solebad  
Bad Salzhausen,

### Nordic Walking

(mit Therapeuten), dienstags nach  
telefonischer Absprache  
(06041) 823 968)

### FM-Gruppe II

jeden Mittwoch  
15:00 – 15:45 Uhr

im **MEDITHE-**  
**RANUM Gesund-**  
**heitssport e.V.,**  
Innerer Ring 6  
63486 Bruchköbel

**Physiotherapeut Peter Zunke**  
Tel.: (06181) 97 63 37

### Ansprechpartnerin für die FM -Selbsthilfegruppe Gelnhau- sen

**Ursel Heinrich**  
Tel.: (06052) 91 84 78

**Qi Gong** mittwochs, 15:00 Uhr,  
Bürgerhaus Borsdorf (mit fachlich  
geschulter Übungsleiterin)

### Trockengymnastik,

donnerstags 14:00 Uhr,  
Grundschulsporthalle Ranstadt (mit  
fachlich geschulter Übungsleiterin)

Ansprechpartnerin:

**Gabi Neumann**  
Tel.: (06041) – 82 39 68

E-Mail: [gneumanngr@gmx.de](mailto:gneumanngr@gmx.de)





# Lokale Gruppentermine

## Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Korbach

Internet: [www.fibro-korbach.de](http://www.fibro-korbach.de)

Jeden zweiten Dienstag im Monat, 19:00 Uhr, ist Stammtisch im Gasthaus „Kilian“ in Korbach



**Gruppentreffen** (Zeit u. Ort wechseln, bitte anrufen!)

### „Beratung von Betroffenen für Betroffene“,

**Mo., Di., Mi. und Fr., von 09:00 – 11:00 Uhr**  
am Infostand im Foyer des **Stadtkrankenhauses Korbach**  
- Sprechzeiten im Selbsthilfebüro nach Vereinbarung -

◆ **Di., d. 18.10.2011, 18:00 Uhr, Vortrag** im Stadtkrankenhaus, Seminarraum, „**Medikamente im Alter**“

Ansprechpartnerin: **Frau Ursula Wege-Schäfer**, Tel.: (05631) 21 41

## Treffen des Arbeitskreises Fibromyalgie der Selbsthilfegruppe Langen-Dreieich-Neu-Isenburg

jeden **1. Mittwoch im Monat, 19.00 Uhr** (im Juli ist Sommerpause)  
im **Seniorentreff** Südliche Ringstraße 107, 63225 Langen (gegenüber Reitausstatter)

Ansprechpartnerin: **Roswitha Lechler**  
Tel.: (06103) 65 64 7 E-Mail: [lechler-egelsbach@hotmail.de](mailto:lechler-egelsbach@hotmail.de)

## Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Wiesbaden

im Gesundheitsamt Wiesbaden  
Konradinerallee 11 (Eingang A), 65189 Wbn.

Jeden **3. Dienstag** im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Ansprechpartnerin:

**Gudrun Krämer**  
Tel.: (0611) 92 00 676

(E-Mail: [kraemer.gudrun@web.de](mailto:kraemer.gudrun@web.de))

## Treffen der Fibromyalgie - Selbsthilfegruppe Worms

jeden **4. Freitag** im Monat,  
ab 17.30 Uhr  
in der Gaststätte „Zur Müllerei“, Dürerstr. 12; 67549 Worms.

Ansprechpartnerin:

**Simone May** Tel.: 06241 78714 e-mail: [may.simone@arcor.de](mailto:may.simone@arcor.de)

Das „Fibromyalgie-Nachrichteblättche“ befindet sich auch im Internet auf unserer Homepage unter:

**[www.FM-Selbsthilfe-RMK.info](http://www.FM-Selbsthilfe-RMK.info)**

Dort sind auch frühere Ausgaben unter „Blättchearchiv“ zu finden und können als PDF-Dokument heruntergeladen werden.

Das „FM-Nachrichteblättche“ dient der fachlichen Unterstützung der Selbsthilfegruppen bei Ihrer Betreuungsarbeit mit Betroffenen und darf kopiert und weitergegeben werden.

## **Fibromyalgie Selbsthilfegruppe Weiterstadt - Nachmittagsgruppe -**

*Ansprechpartnerin:*

**Margit Lotz**

Telefon: 06150 / 81416

E-Mail: [Lotz.vm@-online.de](mailto:Lotz.vm@-online.de)

## **- Abendgruppe -**

*Ansprechpartnerin:*

**Penelope Koch**

Telefon: 06150 / 84435

E-Mail: [pennykoch@hotmail.com](mailto:pennykoch@hotmail.com)



Gut gehe lasse und des leckere „Stöffche“ zum Handkäs mit „Musik“ genieße!

(Äppelwoifest 2011 in Frankfurt a. M.)

## **Fibromyalgie-Selbsthilfe Rhein-Main-Kinzig**

c/o Rainer Marx  
Leipziger Ring 29  
63150 Heusenstamm

Telefon: (06104) 68 26 16

E-Mail:  
[Rainer.Marx@FM-Selbsthilfe-RMK.info](mailto:Rainer.Marx@FM-Selbsthilfe-RMK.info)