



Post

Nr. 46
Juli 2009

Inhalt

Information

- 2 „Gemeinsamkeit macht stark“
Jahresveranstaltung des LV

Projekt

- 3 Hippotherapie

Information

- 4 Gentherapie

Muko-Freundschaftslauf

- 5 Bericht aus der MAZ
6/7 „Erfolgsgeschichte geht weiter!“

- 8 Meinungen

Zum Selberkochen

- 9 Piña Colada und Pizza

Spender und Sponsoren

- 10 Spendenaktion von Chiesi

- 11 Dank den Unterstützern
des Muko-Freundschaftslaufes

Und zum guten Schluss

- 12 Weiterbildung für Physiotherapeuten
Termine



Liebe Leserin, lieber Leser,

das erste Halbjahr 2009 haben wir erfolgreich gemeistert. Am 17. Mai starteten fast 1.000 motivierte Läufer beim 7. Muko-Freundschaftslauf, worunter auch 27 Betroffene waren. Gemeinsam liefen sie über 9.000 km und die überragende Spendensumme von über 50.000 Euro wurde erreicht. Dank dieser Spenden wird die Umsetzung vieler Projekte weiterhin möglich sein.

Im Juni konnte wieder eine Fahrt für erwachsene Mukoviszidosebetroffene durchgeführt werden und in den Sommerferien folgt die Klimafahrt für die Kinder. Dann können vier Familien zur Ostsee fahren, um zu entspannen und ihren Atemwegen eine Auszeit zu gönnen. Es freut uns, dass das Hippoprojekt ab Juli wieder durchgeführt werden kann. Nach dem Erfolg des letzten Jahres findet im September wieder in Grünau eine Weiterbildung für Physiotherapeuten, die Mukoviszidosebetroffene behandeln, statt.

Im März fand die 1. Regiotagung dieses Jahres des Mukoviszidose e.V. in Hannover statt. Dort konnten die Teilnehmer auch das neu eröffnete „Haus Schutzengel“ besichtigen. Dieses Haus ermöglicht es, dass Betroffene, die auf der Warteliste zur Transplantation stehen und somit im Krankenhaus sein müssen, von ihren Familienangehörigen begleitet werden können.

Abschließend möchte ich noch auf ein sehr wichtiges Datum hinweisen. Am 11. Oktober findet die diesjährige Jahresmitgliederversammlung unseres Landesverbandes in Potsdam statt. Hiermit laden wir Sie alle schon jetzt recht herzlich dazu ein. Mit diesen einleitenden Zeilen wünsche ich Ihnen einen sehr erholsamen Sommer.



Rebekka Dröschler

Rebekka Dröschler

Vorstandsmitglied und Physiotherapeutin

„Gemeinsamkeit macht uns stärker!“ – Sie sollten dabei sein!

- Auskünfte zur Mitgliedschaft / Fördermitgliedschaft erteilt die Kontakt- und Beratungsstelle oder unter: www.muko-berlin-brandenburg.de

Information

„Gemeinsamkeit macht stark“

Das gilt ganz besonders dann, wenn gemeinsame Ziele erreicht werden sollen. Auch unser Landesverband muss stark sein, sind wir doch Interessenvertreter unserer Mitglieder. Aber ganz besonders sind wir Berater, Stützer und Helfer für alle Menschen in Berlin und Brandenburg, die von Mukoviszidose betroffen sind – auch für die, die (noch) nicht als Mitglied zu uns gefunden haben. Damit sie, die durch diese Krankheit sowieso nur eingeschränkt agieren können, nicht wirkliche Verlierer in der Gesellschaft sind, wurde unser Landesverband als eine Art „Selbsthilfverein“ gegründet und hilft auf vielfältiger Art.

Nicht so bekannt ist unsere „Lobbyarbeit“ im Bereich der Politik und diverser gesellschaftlicher Gremien. Derartige Aktivitäten sind aber Voraussetzung dafür, dass der „Mukoviszidose Landesverband“ als wichtige soziale Organisation, als seriöser Spendenempfänger, als ernsthafter Gesprächspartner wahrgenommen wird. Und nur wenn wir so gesehen werden, können wir immer erfolgreicher arbeiten!

Manchmal werden wir gefragt, wie viel Mitglieder unser Verband in Berlin und Brandenburg hat. Die Antwort – etwa 250 – überrascht immer alle. Um so erstaunlicher erscheint es Vielen, was wir erreicht haben. Was aber wäre uns möglich, wenn wir die Frage so beantworten könnten: „Wir wachsen jährlich um 10%!“ Wäre das nicht ein Ziel, an dem ALLE gemeinsam arbeiten sollten? Betroffene, deren Familien und Behandler und viele andere, sind in unserem Verband herzlich willkommen! Und wer nicht „einfaches Mitglied“ werden möchte, wird als Fördermitglied ebenso herzlich begrüßt!

.....  Reinhard Schubert, Vorstandsmitglied

Jahresveranstaltung des LV und Mitgliederversammlung 2009

Am 11. Oktober finden in Potsdam die diesjährige Jahresveranstaltung und die 18. Mitgliederversammlung unseres Landesverbandes statt. Das Thema „Alternative Heilmethoden bei Mukoviszidose“ steht dabei im Mittelpunkt.

Es werden Vorträge und Workshops zu folgenden Themen angeboten:

- Einführung in die chinesische Medizin
- Hippotherapie bei Mukoviszidose
- Pflanzenheilkunde
- Shiatsu – Vorstellung einer Entspannungstechnik

Außerdem ist ein Vortrag zum Thema „Hygiene bei Mukoviszidose“ geplant.

Im September 2009 werden Sie, liebe Mitglieder, Unterstützer und Freunde des Landesverbandes, eine Einladung mit genauen Programmpunkten erhalten.

.....  KuB

Projekt

Hippotherapie

In unserer Dezemberausgabe 2008 berichteten wir erstmals über das Projekt „Hippotherapie“. In Zusammenarbeit mit der Firma Solvay ermöglichte der Mukoviszidose LV Berlin-Brandenburg e.V. in der Zeit von September 2008 bis April 2009 neun Patienten diese Therapie zu nutzen. Die Patienten wurden von der Diplom Hippotherapeutin Frau Heym behandelt.

Folgende Ergebnisse wurden durch die Einschätzungen der Patienten, der Therapeutin Frau Heym und Herrn Dr. Tacke, der vor Ort hospitierte, erbracht: Bei allen Kindern und Erwachsenen konnten durch diese Behandlung Therapieerfolge erzielt werden, die sich wie folgt darstellen:

1. Es kam zur Verbesserung der Beweglichkeit der Wirbelsäule und der Rückenmuskulatur sowie des sonstigen Bewegungsapparats. Damit war häufig eine Schmerzreduktion verbunden.
2. Die Mobilisation des zähen Sekrets durch Abhusten und damit auch die Atemfunktion wurden verbessert.
3. Die Hippotherapie stellte aus psychologischer Sicht einen positiven Faktor in der Lebensqualität der Patienten dar.
4. Die Behandlung war für die Patienten mit fortgeschrittenem Krankheitsverlauf die einzige Möglichkeit zu sportlicher Aktivität, da sie nur eine geringe Herzkreislaufbelastung darstellt.
5. Die Hippotherapie wirkte sich positiv auf die allgemeine Therapiemotivation der Patienten aus.

Alle an dem Projekt beteiligten Patienten, Eltern und Therapeuten sind sich einig, dass die Fortführung des Hippotherapie Projektes sinnvoll und wünschenswert ist. Der Vorstand unseres Landesverbandes hat beschlossen, das Projekt ab Juli 2009 weiterzuführen. Im Zeitraum Juli bis Dezember 2009 sollen insgesamt ca. 20 Patienten je zehn Therapieeinheiten erhalten. Wie viele Patienten endgültig an der Hippotherapie teilnehmen können, ist abhängig von der abschließenden Entscheidung mehrerer Krankenkassen über eine Förderung.

Wenn Sie als Patient Interesse an der Teilnahme an diesem Projekt haben, bitten wir Sie, diesen Wunsch mit Ihrem behandelnden Arzt zu besprechen, so dass er Sie als Teilnehmer vorschlagen kann. Für Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung (Kontakt- und Beratungsstelle (030) 55 18 54 16).

.....  Andreas Hermann



Foto: Anke Zetlitz

Das Deutsche Ärzteblatt meldet:

„Gentherapie der Mukoviszidose rückt einen Schritt näher“

Berkeley-US-Forscher haben ein wichtiges Hindernis für eine Gentherapie der Mukoviszidose überwunden. Als 1989 ein Gendefekt im CFTR-Gen als Ursache der Mukoviszidose erkannt wurde, schien eine Gentherapie in Reichweite zu sein. Diese würde darin bestehen, die Epithelzellen der Atemwege mit der korrekten Version des CFTR-Gens auszustatten, um die chronische Lungenerkrankung, die für die Prognose der Patienten entscheidend ist, zu bessern. Die Atemwege schienen für eine Gentherapie besonders leicht zugänglich zu sein.

Doch die Schwierigkeiten waren größer als erwartet. Die Natur hat die Atemwege mit effizienten Abwehrmechanismen ausgestattet, die alle bisherige Versuche einer Gentherapie zum Scheitern verurteilten, wie das UK Cystic Fibrosis Gene Therapy Consortium auf ihrer Webseite berichtet. Das erste Hindernis ist die Mukusbarriere, die sich bisher für Liposomen als undurchdringbar erwiesen hat. Liposomen sind ein bevorzugtes Vehikel, um das Gen in die Zelle zu befördern. Die andere Genfährer sind adenoassoziierte Viren (AAV). Diese Viren gelten als harmlos, weil das Immunsystem sie rasch eliminiert. Genau dies hat sich bei den ersten Versuchen als ein kaum zu überwindendes Hindernis erwiesen. Die meisten Viren wurden von den Immunzellen zerstört, bevor sie ihre Genlast in den Epithelzellen abladen konnten.

Die Effizienz der Gentherapie war enttäuschend. Das Team um David Schaffer von der Universität von Kalifornien in Berkeley bemüht sich deshalb darum, ein AAV zu finden, das nicht so schnell vom Immunsystem erkannt wird und deshalb eine größere Anzahl von Atemwegszellen mit dem CFTR-Gene ausstatten könnte. Glaubt man dem jüngsten Bericht in den Proceedings of the National Academy of Sciences (Online), dann scheint dieses Kunststück nun gelungen zu sein. Das neue Virus bindet gleichzeitig an mehreren Rezeptoren auf den Epithelzellen. Die Fähigkeit der AAV, in die Zellen einzudringen, scheint deutlich gesteigert worden zu sein.

In menschlichen Lungenzellkulturen soll die Gentherapie die Funktion des Chloridkanals, dessen Ausfall für die extreme Zähflüssigkeit der Atemwegssekrete bei der Mukoviszidose verantwortlich ist, vollkommen wiederhergestellt haben. Bei früheren Gentherapien war dies nur teilweise gelungen. Ob und wann die US-Forscher ihre neue Gentherapie an Patienten erproben wollen, ist offen.

Die britischen Forscher scheinen hier einen Schritt weiter zu sein. In diesem Monat begannen sie eine erste klinische Studie, in der die Patienten allerdings nur eine einzelne Dosis der Gentherapie erhalten. Ziel der Studie ist die Sicherheit der Gentherapie. Eine Auswirkung auf die Lungenfunktion erwarten die Forscher von einer einzelnen Behandlung nicht. Die Effektivität der Gentherapie wird Gegenstand einer Multi-Dose-Studie sein, die nach Angabe der britischen Forscher im nächsten Jahr beginnen soll. Mit Ergebnissen ist wohl frühesten in einigen Jahren zu rechnen.

Quelle: © rme/aerzteblatt.de, Februar 2009



Jogging helfen: Beim „Muko-Lauf“ mit dabei waren auch Dirk Thiele (rotes Shirt) und Katrin Wagner-Augustin in Grau. FOTOS (2): CHRISTEL KÖSTER

Mobil für mobile Therapie

SOZIALES 52 309 Euro für Mukoviszidose-Patienten im Lustgarten erlaufen

Rekordbeteiligung beim siebten Muko-Lauf: 769 Läufer waren gestern für den guten Zweck unterwegs.

Von Ricarda Nowak

INNENSTADT | Wer später kam, für den gab es nur noch handschriftliche Startnummern. Offenbar hatten die Organisatoren vom Mukoviszidose-Landesverband Berlin-Brandenburg gestern bei ihrem siebten Freundschaftslauf selbst nicht mit der Rekordzahl von 769 Sportbegeisterten gerechnet. Zum Vergleich: 2008 wurden rund 500 Läufer gezählt, beim ersten Lauf 2003 waren es gerade mal 50. Seither immer mit dabei war Thomas Schmidt, der selbst an der unheilbaren Stoffwechselerkrankung leidet. „Ich laufe ja für mein eigenes Wohl“, sagte der 33-jährige gebürtige Potsdamer, der mittlerweile der Liebe und Ausbildung wegen in Leipzig

wohnt. Laut Landesverbandsschef Dirk Seifert werden die erlaufenen Spenden unter anderem eingesetzt für die mobile Physiotherapie von Patienten, die an der unheilbaren Stoffwechselerkrankung leiden. Auch der Sozialfonds des Landesverbandes für Not leidende Familien werde wieder von den Rundensammlern profitieren. Im Lustgarten wurden gestern 8845 Kilometer gejoggt oder geschlendert – 2008 waren es 4460. Auf diese Weise kamen 52 309 Euro zusammen – rund 9000 Euro mehr als im vergangenen Jahr. Mit 135 Runden oder 52 Kilometern schaffte Tobias Schulz gestern den Tagesrekord. Fleißigster prominenter Läufer war Burkhard Jungkamp, der 50 Runden drehte. Seine üblichen zwei Jogging-Stunden leistete der Sport-Staatssekretär beim „Muko-Lauf“ ab, den er am Vormittag eröffnete. Auch Eurosport-Report

Tobias Schulz schaffte mit 135 Runden den Tagesrekord

er Dirk Thiele machte mit, musste nach der zwölften Runde jedoch erstmal pausieren: „Ich glaube, ich brauche ein neues Knie“, witzelte der 66-Jährige. Die Ärztin und Schirmherrin Ingrid Stolpe hatte den Fernsehjournalisten 2005 gefragt, ob er sich zugunsten von Mukoviszidose-Patienten engagieren wolle. Seitdem rennt Thiele nicht nur, sondern überzeugt auch befreundete Sportler vom Lauf für bessere Lebensbedingungen der schätzungsweise 500 Kranken in Brandenburg und Berlin. Kajak-Olympiasiegerin Katrin Wagner-Augustin schwitzte auf dem Rundkurs ebenso wie Turbine-Torhüterin Gälle Thalmann. Die schwangere Schauspielerinnen Nadja Uhl musste absagen. Trotz Wirtschaftskrise öffneten zahlreiche Unternehmer aus Potsdam und Berlin wie etwa Autohaus-Inhaber Andreas Ehrl ihre Schatullen, um Läufer und Runden zu

Zahlen und Fakten

Die Ärztin Ingrid Stolpe ist seit vielen Jahren Schirmherrin des Potsdamer „Muko-Laufes“ und engagiert sich trotz ihrer eigenen Krebserkrankung für den Verband.

Mukoviszidose – auch Cystische Fibrose (CF) – gilt als häufigste erbliche Stoffwechselerkrankung. Bundesweit leiden etwa 8000 bis 10000 Kinder und junge Erwachsene daran. Aufgrund eines Gen-Defekts werden körpereigene Sekrete verdickt produziert. Zäher Schleim verklebt vor allem Lunge und Bauchspeicheldrüse. Die Organe verlieren schrittweise ihre Funktionstüchtigkeit. R.N.

sponsoren. „Wir hatten keine Probleme, finanzielle Unterstützung zu finden“, freute sich Seifert.

Quelle: MAZ 18.05.2009

7. Muko-Freundschaftslauf – eine Erfolgsgeschichte geht weiter!

Der 7. Muko-Freundschaftslauf am 17. Mai 2009 ging mit der Ehrung der besten Läufer durch Frau Ingrid Stolpe, Schirmherrin des Landesverbandes, und vielen neuen Rekorden zu Ende. Die Zahl der Teilnehmer ist im Vergleich zum Vorjahr weiter gestiegen. Fast 1.000 Läufer erzielten mit 9.130 km einen neuen Streckenrekord, dieser wurde mit einer Gesamtspende in Höhe von ca. 52.300 Euro gekrönt.

Wie schon in den Vorjahren hatten wir hervorragendes Wetter, natürlich ein wichtiger Garant für eine erfolgreiche Veranstaltung. Zum Glück wurden wir dieses Mal von Temperaturen jenseits der 30°C verschont.

Trotz der Wirtschaftskrise unterstützten wieder zahlreiche Sponsoren aus Brandenburg und Berlin den Freundschaftslauf, wie beispielsweise das Autohaus Ehrl aus Potsdam, die Mukoviszidose Ambulanzen in Buch und Potsdam und viele Pharmafirmen. Aber nur Dank der vielen Einzelspenden konnte letztendlich dieses hervorragende Ergebnis erzielt werden, welches unsere kühnsten Erwartungen bei weitem übertraf.

Großes Engagement zeigten die Berliner Verkehrsbetriebe. Das BVG-Orchester spielte während der Veranstaltung und ein Doppelstockbus brachte Läufer von Berlin nach Potsdam und zurück. Wie auch in den vergangenen Jahren drehten Dank der Unterstützung von Sportreporter Dirk Thiele zahlreiche prominente Sportler wie Kanu-Olympiasiegerin Katrin Wagner-Augustin und Fußballerinnen von Turbine Potsdam ihre Runden für einen guten Zweck. Burkhard Jungkamp – Staatssekretär im Bildungsministerium in Potsdam – hatte seine Sportsachen dabei, gab den Startschuss und lief selbst 50 Runden.



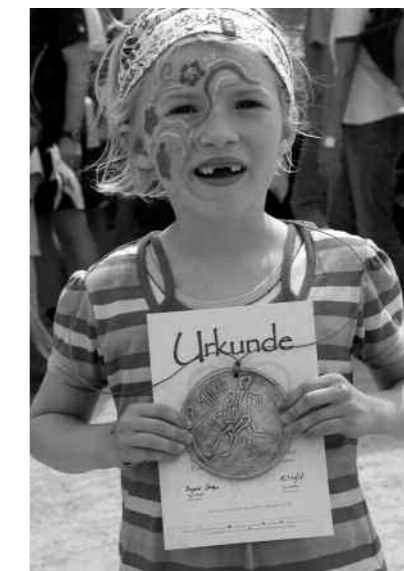
Insgesamt waren 35 Gruppen am Start, dabei erstmals Mitarbeiter des Bundesrates und der Potsdamer Augenklinik im Graefe Haus.

Besonders freue ich mich jedes Jahr, dass zahlreiche Betroffene diesen Tag aktiv mitgestalten, selber laufen, mithelfen oder als Gast mit dabei sind. In diesem Jahr haben wir das erste Mal einen „CF-Pokal“ verliehen, den Burkhard Farnschläder für seine 100 Runden erhalten hat.

Im Rahmen der Veranstaltung wurden zwei Auszeichnungen an besonders treue Unterstützer übergeben. Herr Repke, Inhaber der Troll Apotheke in Berlin Buch, wurde für seine langjährige Unterstützung des Mukoviszidose Landesverbandes mit dem Schutzengel in Silber ausgezeichnet. Als Dank für die tolle Zusammenarbeit bei der Ausrichtung der Freundschaftsläufe wurde Herrn Strohe, Direktor des Mercure Hotels Potsdam, ein Schutzengelbild übergeben.

Vielen Dank den fleißigen Helfern in ihren gelben T-Shirts, den Läufern, deren Beinkraft und Ausdauer an diesem Tag das Spendenergebnis bestimmten, und den großzügigen Sponsoren, die den Landesverband im Kampf gegen die Krankheit Mukoviszidose unterstützen.

Wir hoffen natürlich, dass wir uns Alle im kommenden Jahr zum 8. Muko-Freundschaftslauf in Potsdam wiedersehen, um eine neue Etappe in Angriff zu nehmen.



Dirk Seifert, Vorsitzender

Fotos: Anna Rippl (5) und Jörg Zimmermann (4)

Wir danken allen Unterstützern des 7. Muko-Freundschaftslaufes
(eingegangene Spenden bis 09.06.2009)

Privatpersonen

- | | |
|----------------------|-------------------|
| Affeld, H. | Gumz, S. |
| Althausen, B. | Gundermann, B. |
| Bähring, A. | Habicht, K. |
| Basche, C. & A. | Habicht, L. |
| Behl, Dr. med. E.-S. | Hademann, P. H. |
| Bergmann, M. & G. | Hahn, M. |
| Bergmann, K. | Halupczok, E. |
| Besch, K. | Hänle, H. |
| Bischoff, O. | Hartmann, M. |
| Bischoff, A. | Hartmann, J. |
| Bitomskiy, C. & U. | Hattke, K. |
| Blenninger, Fam. | Hein, M. |
| Boelnekbas, I. | Hermann, A. |
| Böhl, J. | Hermann, C. |
| Borrmann, U. | Hofmann, S. |
| Borrmann, F. | Hohmann, H. |
| Borrmann, P. | Hopf, S. |
| Brand, T. | Hummel, M. |
| Brouer, D. | Illmer, I. |
| Buchholz, S. | Jaap, I. |
| Bünger, Th. | Janson, J. |
| Butzke, J. | John, G. |
| Chusa, N. | Jones, S. & D. |
| Cieluch, Chr. | Johnson, U. |
| de Wall, K. | Kerschis, A. |
| Demel, M. | Kiefel, V. |
| Diesing, B. | Klemenz, K. |
| Domack, K. | Koblitz, G. |
| Eck, R. | Koch, A. |
| Eiselt, H. | Koch, D. |
| Erdmann, Chr. | Koglin, Chr. |
| Erdmann, I. | Köhler, K. |
| Fellner, H. | Kohls, S. |
| Frede, E. | Kölsch, M. |
| Freitag, S. | Krätke-Mann, B. |
| Fussy, B. | Krüger, J. |
| Gädke, H. | Kuczumik, Fam. |
| Gädke, P. | Kühle, T. |
| Gadow, H. | Kupsch, N. |
| Gebel, C. & R. | Liebe, U. |
| Geigulat, J. | Lindner, P. |
| Geidel, S. | Lipinski, M. |
| Gensel, G. | Lippert, P. |
| Glaß, S. | Lücke, A. |
| Glowinkowski, K. | Lukasch, R. |
| Göhring, M. | Lups, H. |
| Graf, D. & H. | Mahlra, L. & F. |
| Grenz, B. | Mangold, M. |
| Grenz, M. | Matthias, M. & K. |

Fortsetzung übernächste Seite

Muko-Freundschaftslauf

Meinungen

Es hat wieder großen Spaß gemacht, dabei zu sein und zu sehen, wie sich alle engagieren und dazu beitragen, jedes Jahr aufs Neue das Vorjahr zu toppen. Ich freue mich, mit im Boot zu sein und helfen zu dürfen.

.....  *Bernhard Weise, Helfer*

Herzlichen Glückwunsch zum erfolgreichen Freundschaftslauf – ein großartiger Erfolg! Danke allen, die mit Engagement, Tatkraft und Herz dieses tolle Ergebnis möglich gemacht haben! Liebe Grüße aus Saarbrücken,

.....  *Susi Pfeiffer-Auler, Vorstandsmitglied im Mukoviszidose e.V.*

Wir waren nun am Sonntag bei dem Lauf und ich wollte mich bei Ihnen noch einmal bedanken für die tolle Veranstaltung und die perfekte Organisation! Das war ein emotionales Erlebnis, die vielen laufenden Helfer zu filmen. Ich wünsche Ihnen weiter so tolle Veranstaltungen.

.....  *Andrea Schramm, Regisseurin*

Es hat sehr viel Spaß gemacht, den Lauf und unsere Beteiligung im Vorfeld mit Ihnen zu organisieren. Sehr gut angenommen wurde der Shuttle-Bus, und selbst die Stadtrundfahrten waren weitaus besser frequentiert, als zunächst erwartet. Es gab viele Nachfragen und positive Resonanz. Die Haltestelle war ein idealer Anlaufpunkt, an dem sich Mitfahrinteressierte informieren konnten. Über die Bus-Aktion hinaus sind wir vom BVG-Forumsteam stolz auf die erlaufenen Kilometer.

.....  *André Weiland, BVG Mitarbeiter*



Foto: Anna Rippl

Zum Selberkochen

Piña Colada (1 Portion)

Zutaten

20 ml Sahne (30% Fett), 20 ml Kokosmilch, 20 ml Trinknahrung mit Ananassgeschmack, 140 ml Ananassaft, 20 g Maltodextrin, 50 g Ananasring

Zubereitung

1. Alle Zutaten mit einem Messbecher oder einer Waage abmessen/wiegen und in ein hohes Gefäß füllen.
2. Mit Quirl oder Schneebesen verrühren, etwas aufschlagen und kühl stellen.
3. Zum Dekorieren den Ananasring an einer Seite einschneiden und an den Glasrand hängen.

Tipp: Geschmacksneutrale Trinknahrung zum Anrühren nehmen.

Energie ... 226 kcal Fett ... 7 g Eiweiß ... 2 g Kohlenhydrate ... 37 g

In Zusammenarbeit mit Ernährungsberaterin K. Semjow stellen wir Ihnen in dieser und in den nächsten Ausgaben der Flügelpost Rezepte zum Selberkochen vor.



Foto: Astrid M./aboutpixel.de

Pizza (6 Portionen)

Zutaten

Für den Teig: 350 g Weizenmehl Type 405, 150 g Vollkornweizenmehl, 1 Päck. Trockenhefe, 125 ml warmes Wasser, 125 ml Rapsöl, 2 Eier, 1 TL Salz, 1 TL Zucker

Für den Belag: 50 g Tomatenmark, 150 g gehackte Tomaten, 4 EL Rapsöl, 3 TL Zucker, 1 TL Salz, 1 TL Kräuter der Provence (Basilikum, Thymian, Oregano), versch. Gemüse z.B. Champignon, Paprika, Mais, Tomate, Spinat, Rucola oder Obst (z.B. Ananas), pro P. ca. 60 g Fleisch (Puten-, Hähnchenbrust, Koch-, Parmschinken), pro P. ca. 20 g geriebenen Käse (48% Fett i.d.Tr. z.B. Gouda, Edamer)

Zubereitung

1. Mehl mit Trockenhefe, Salz und Zucker verrühren und das Ei dazugeben.
2. Mit warmem Wasser und Rapsöl zu einem glatten Teig verrühren, bis sich der Teig von der Schüssel löst, mind. 5 min., dann 20 min. mit einem Küchentuch abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, dann auf einem Backblech (mit Backpapier ausgelegt) ausrollen.
3. Belag vorbereiten, Gemüse in kleine Würfel schneiden, bei Dosengemüse/-obst das Wasser abgießen und in kleine Schüsseln umfüllen.
4. Tomatenmark mit gehackten Tomaten, Rapsöl, Zucker, Salz und Kräutern der Provence mischen und alles schön verrühren und auf dem Teig verstreichen.
5. Jetzt darf jeder sein Pizzastück selbst mit Gemüse, Obst und/oder etwas Fleisch belegen. Als Abgrenzung dienen Paprika- oder Maisränder.
6. Nun die fertig belegte Pizza in den vorgeheizten Backofen schieben und 15-20 min. bei 200°C Ober-/Unterhitze (175°C Umluft, Gas: Stufe 3) backen.

Energie ... 772 kcal Fett ... 44 g Eiweiß ... 31,2 g Kohlenhydrate ... 37 g



Katharina Semjow
Ernährungsberaterin/
Diätassistentin im Kinder-
und Jugendkrankenhaus
Berlin Lindenhof

Termine für Kochkurse:
03.08. - 07.08.2009
10.08. - 14.08.2009

Kontakt: (030) 55 18 54 06

Foto: Sven Brentrup/aboutpixel.de

- Matern, Dipl.-Psych H.
- Mertens, L.-M.
- Meyer, W.
- Michel, H.
- Michelmann, N.
- Milbratz, N.
- Möritz, Dr. R.-P.
- Müller, E.
- Narkus, W.
- Neitzel, H.
- Neubauer, R.
- Neumann, I.
- Nowak, S.
- Ochendalski, Dr. med. M.
- Orlowski, H.
- Pätznik, H.
- Pfeiffer, D.
- Raab, B.
- Reinl, D. & I.
- Richter, P.
- Rock, R.
- Rönnecke, Dr. H.-H.
- Rönnecke, S.
- Roth, B.
- Schacht, R.
- Schade, M.
- Schergun, H.-L.
- Scherz, A.
- Schilling, M.
- Schmedes, H.
- Schmidt, V.
- Schmidt, I.
- Schmittinger, J.
- Schneider, I.
- Schostak, A.
- Sonnak, M. & D.
- Schulze, D.
- Schurig, M. & E.
- Seemann, P.
- Schröder, Fam.
- Sender, W.
- Sieve, A.
- Sieve, J. & P.
- Sinning, D.
- Sperling, S.
- Stapel, E.
- Stoessel, G.
- Stolpe, M. & I.
- Strebe-Marek, N.
- Strehlow, R.
- Tappeser, M.
- Theisen, S.

Spender und Sponsoren

Dank Chiesi ein neues Einsatzfahrzeug

für das Projekt „Mobile KG“

Die Pharma-Firma Chiesi GmbH mit Sitz in Hamburg unterstützte mit einer Spende in Höhe von 5.500 Euro unseren Landesverband beim Kauf eines neuen Einsatzfahrzeuges für das Projekt „Mobile KG“.



Foto: KuB

Dieses wurde durch Barbara Buchner, Klinikreferentin der Firma Chiesi, am 4. April 2009 an den Mukoviszidose LV Berlin Brandenburg e.V. übergeben.

Die in unserem Landesverband angestellten Physiotherapeutinnen legen tagtäglich mit ihren Dienstfahrzeugen sehr lange Strecken zurück, es erfolgt somit eine überdurchschnittlich schnelle Abnutzung der Autos. Im Namen aller Mukoviszidosepatienten aus Berlin und Brandenburg bedanken wir uns recht herzlich, dass Chiesi uns mit dieser Spende bei der Neuanschaffung eines notwendigen Dienstfahrzeuges unterstützt hat.

..... Andreas Hermann

Projekt-Unterstützer

Wir danken allen Unterstützern, die für Projekte des Landesverbandes im Zeitraum vom 18. Februar bis 8. Juni 2009 gespendet haben!

Firmen

- Asparagus-Apotheke, M. Schicht-Schneider, Beelitz
- Heide Apotheke, F. Lietzmann, Ludwigsfelde
- Kreuzapotheke, J. Brinkmann, Neuenhagen
- Löwen Apotheke, C. Steinrück, Zeuthen
- Mühlenberg Apotheke, Berlin
- Troll Apotheke, K.-D. Repke, Berlin

Privatpersonen

- H. Gasper, Hamburg
- H. Nisblé, Berlin
- M. Rengel, Berlin
- B. Schmidt, Berlin
- M. Zucker, Berlin
- V. Riedel, Fehrbellin

Helfen auch Sie mit Ihrer Spende:

Mukoviszidose Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.

Bank für Sozialwirtschaft Berlin, BLZ 100 205 00, Spendenkonto 35 333 11



Spender und Sponsoren

Scheck von der Sparda-Bank

Wir freuen uns sehr über die großzügige Spende der Sparda Bank Berlin eG in Höhe von 5.555,00 Euro.

Während des Freundschaftslaufes am 17.05.2009 übergab Tommi Dietzel von der Sparda Bank in Potsdam unserem Landesverband einen symbolischen Scheck und lief selbst 35 Runden. Herzlichen Dank für die wiederholte und außerordentliche Unterstützung!



Foto: Anna Rippl

Hauptsponsoren des 7. Muko-Freundschaftslaufes



- Thormeyer, W.
- Trippo, U.
- Vlassakidis, C.
- von Born-Fallois, G.-J.
- Walter, Th.
- Walter, J.
- Weber, H.
- Wege, G.
- Weise, F.
- Wendt, H.-J.
- Wendt, T.
- Wenzel, H.
- Westermeyer, R.
- Wiemann, H.
- Wittke, T.
- Zanghi, C.
- Zetlitzer, C.
- Zimmermann, J.
- Zimmermann, M.
- Zimmermann, G.
- Zsiga, F.

Firmen und Vereine

- Adler-Apotheke, Kremen
- Apotheke am Rathaus, Ludwigsfelde
- Autohaus Wernicke GmbH, Alt Rupp
- Baumgärtel und Fink, Physiotherapie Praxis, Berlin
- BLD Dienstleistungs & Handels GmbH, Bückwitz
- Blumen Übernickel, Berlin
- Büroservice A. Bähr, Berlin
- Brandenburg Klinik-Waldfrieden GmbH & Co. KG, Bernau
- Consenta Treuhand-Air Berlin, Berlin
- Dachdeckerei C. Thiele GmbH, Dabergotz
- Debeka-Versicherung, Wildberg
- Dieter Herrmann Heizungsbau, Dabergotz
- Esso Tankstelle Bernau
- Fleischerei Meissner, Potsdam
- Fresenius SE, Bad Homburg v.d.H.
- Gastro Garant Ltd. + Co. KG, Velten
- Hammett Krimbuchhandlung, Berlin
- HeBoGo, Werder
- Heide Apotheke, Ludwigsfelde
- Holzprotect – H. Tack, Berlin
- Holzservice Pohl, Berlin
- Holzwerke Bullinger, Werder

Fortsetzung nächste Seite



Fortsetzung Firmen und Vereine

IG Metall Ludwigsfelde
Kasimir's Trocken & Ausbau GmbH,
Wildberg
Lehrke / Kronschnabel, Berlin
Ligas-Tischlerarbeiten GmbH, Berlin
Logiway GmbH, Berlin
Lotto Presse – S. Reimann, Berlin
Meyer's Küchenstudio, Wandlitz
OVB Hilfswerk
Physiotherapie Suhr, Berlin
Pikkerton GmbH, Berlin
Physiotherapiepraxis A: Lamprecht,
Potsdam
Physiotherapiepraxis I. Teske, Berlin
Potsdamer Augenklinik, Dr. V. Rasch
Produktions GmbH
RA Weber & Co.
Reha-Team Vital
Renafan Intensiv, Berlin
Ribbeck Apotheke & Reformhaus,
Potsdam
RMA Poop, Berlin
Rosengut Langerwisch
Spielgerätebau – F. Kalbitz, Ludwigsfelde
ÜBAG Dr. Haase & Partner, Berlin
Ulrikes Sportshop, Potsdam
Vom Fass, Berlin
Waage Apotheke, Berlin
Widynski & Roick Catering GmbH,
Potsdam
Wildberger Schweinefleisch GmbH,
Wildberg
Zentral-Apotheke, Potsdam



Sonstiges

Eine Unterstützerin des LV verschenkt einen gebrauchten Farbfernseher.
Bei Interesse melden Sie sich bitte in der Kontakt- und Beratungsstelle,
Telefon (030) 55 18 54 16.

Und zum guten Schluss

Weiterbildung für Physiotherapeuten

Auch in diesem Jahr bietet der Landesverband Berlin-Brandenburg wieder eine Weiterbildung für alle Physiotherapeuten, die Mukoviszidosebetroffene behandeln, an. Sie findet vom 04.09.09 bis 06.09.09 im Tagungshotel in Grünau statt.

Ein Schwerpunkt der Veranstaltung wird „Die physiotherapeutische Behandlung von schwangeren Mukoviszidosepatientinnen“ sein. Denn Dank einer guten medizinischen Behandlung haben immer mehr Frauen, die an Mukoviszidose erkrankt sind, das Glück, einem Kind das Leben zu schenken. Neben einem Arztvortrag zu diesem Thema werden viele praktische Übungen durchgeführt, um die Teilnehmer intensiv zu schulen. Weitere Themen der Weiterbildung sind zum Beispiel die „Medizinische Trainingstherapie“ und die „Manuelle Therapie“.

Bei Interesse melden Sie sich bitte direkt bei Frau Dröschler unter der Telefonnummer (0174) 212 20 95 an.

.....  *Rebekka Dröschler, Vorstandsmitglied und Physiotherapeutin*

Termine

Juli / August 2009

Klimatherapiefahrten für Familien

4. - 6. September 2009

Berlin Grünau

Weiterbildung für Physiotherapeuten

11. Oktober 2009

Potsdam

**Jahresveranstaltung und Mitgliederversammlung
unseres Landesverbandes**

Oktober 2009

Nationale Mukoviszidosewoche

14. November 2009

Berlin

10. Christiane Herzog Tag

Impressum

Herausgeber Mukoviszidose Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.

Gotlindestraße 2-20, Haus E, 10365 Berlin, Telefon/Fax (030) 55 18 54 16

kontakt@muko-berlin-brandenburg.de, www.muko-berlin-brandenburg.de

Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft, BLZ 100 205 00, Konto 35 333 11

Redaktionsschluss Nr. 46 05.06.2009 **Redaktionsschluss Nr. 47** 25.11.2009

Schriftleitung Dirk Seifert (V.i.S.d.P.)

Redaktion Birte Gundermann, Reinhard Schubert, Andreas Hermann

Layout Katrin Groß, katrin@wirtschaftshof8.de

Druck Druckerei Steffen GmbH, 17098 Friedland