

Wir Koros

Mitteilungsblatt des
Koronar-Sportverein Braunschweig e.V.
25. Jahrgang - Ausgabe 1 - Januar 2023



Koronar-Sportverein Braunschweig e.V. • Ilmenastr. 2 • 38120 Braunschweig

Telefon 0531 / 28 43 193

Braunschweig, 16. Januar 2023

Einladung zur Mitgliederversammlung

Tagesordnung

1. Begrüßung, Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Gedenken der verstorbenen Mitglieder
3. Jahresberichte a) Vorsitzender b) Sportwart
c) Schatzmeister d) Kassenprüfer
4. Aussprache zu Punkt 3
5. Entlastungen, Wahl eines Versammlungsleiters
6. Neuwahlen
7. Haushaltsvoranschlag für 2023
8. Aussprache zu Punkt 7
9. Anpassung der Mitgliedsbeiträge
10. Ehrungen
11. Anträge
12. Verschiedenes

Die Mitgliederversammlung des Koronar-Sportvereins findet statt am

Freitag, 17. März 2023 um 19:00 Uhr im
Haus der Loge

Löwenwall 9, 38100 Braunschweig

Erreichbarkeit:

- Öffentliche Verkehrsmittel: Tram Linien 1 und 2, verschiedene Buslinien, Haltestelle J.-F.-Kennedy-Platz.
Tram Linien 4 und 5, Haltestelle Magnitor.
- PKW Parkplätze in der Umgebung.

Anträge müssen mindestens 4 Wochen vor der Versammlung schriftlich beim Vorsitzenden eingegangen sein.

gez. Uwe Peters *gez. Klaus-Peter Wagner*

Vorsitzender Stellv. Vorsitzender

Hinweise für die Teilnahme

In der Satzung des Koronar-Sportvereins sind die Regeln für die Einberufung und den Ablauf der Mitgliederversammlung festgelegt.

Um die Beschlussfähigkeit der Versammlung zu erreichen, sind mindestens 25 anwesende Mitglieder erforderlich. Wir bitten Sie daher um Ihre Teilnahme.

Für einen zügigen Ablauf ...

- planen Sie bitte Zeit für die Anmeldung ein.
- bringen Sie zur Beschleunigung der Anmeldung diese Einladung mit.
- beachten Sie ggf. die aktuellen Regeln für Versammlungen unter Corona-Bedingungen.

Neue Defibrillatoren für den Sportbetrieb

Die wesentliche Grundvoraussetzung des Herzsportes ist die ständige Anwesenheit einer Ärztin / eines Arztes während der Übungsstunde. Ist das, aus welchen Gründen auch immer, nicht der Fall, darf der Herzsport nicht durchgeführt werden. Des Weiteren ist das Vorhandensein einer Notfallausrüstung vorgeschrieben. Diese Notfallausrüstung muss auf dem aktuellen Stand sein, was regelmäßig von Ärztinnen oder Arzt überprüft wird. Bestandteile, die nicht mehr dem aktuellen Stand entsprechen oder überlagert sind, werden fachgerecht entsorgt und ggf. ersetzt. Aber auch damit ist es noch nicht getan. In den arztbegleiteten Herzsportgruppen muss ein Defibrillator vorhanden sein. Der vorhandene Defibrillator für die Herzsportgruppen unseres Vereines war zu alt und Kosten für eine anstehende Wartung hätten den Zeitwert überstiegen. Darüber hinaus entsprach er nicht mehr dem Stand der Technik. Insofern musste eine Neuanschaffung vorgenommen werden. Der ärztliche Leiter unseres Vereinsvorstandes und auch die Ärztinnen und Ärzte aus den Übungsgruppen hatten Vorgaben formuliert, die der zu erwerbende, Defibrillator erfüllen musste, um im Anwendungsfall effektiv eingesetzt wer-

den zu können. Mit diesen Vorgaben erfolgten eine Recherche und die Suche nach einem passenden Gerät sowie nach einem zuverlässigen Händler. Im Ergebnis war im Frühjahr ein Defibrillator angeschafft worden. Im weiteren Jahresverlauf folgte dann die Erkenntnis, dass ein Defibrillator nicht ausreicht, um alle Erfordernisse abzudecken. Deshalb wurde die Anschaffung eines weiteren Defibrillators in die Wege geleitet. Mit der Lieferung wird im Januar 2023 gerechnet. Weil ein qualitativ hochwertiger Defibrillator nicht so ganz billig ist, hatte sich der Vorstand jeweils um eine Förderung bemüht. Die Förderung war in beiden Fällen bewilligt worden. Damit konnten wir die Kosten nennenswert reduzieren.

Es bleibt natürlich der Wunsch, dass weder die Ärztin oder der Arzt während einer Übungsstunde eingreifen muss und dass weder Notfallausrüstung noch Defibrillator eingesetzt werden müssen. All das dient lediglich der Absicherung des Sportes, der, unbelastet von Befürchtungen, einzig die physische und psychische Leistungsfähigkeit der Teilnehmenden stabilisieren und, nach individueller Möglichkeit, verbessern soll.

K.-P. Wagner

Vortragsreihe in der Kirchberg-Klinik Bad Lauterberg

Rituale sind tragende Elemente in Vereinen, sie sind Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Ihre Entwicklung über die Zeit ist gleichzusetzen mit der Entwicklung eines Vereines. Trotz Veränderungen bleiben Rituale in ihren Grundzügen unverändert und werden im Vereinsleben gepflegt und fortgesetzt. Vordergründig in großen Vereinen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, in alten Vereinen, die es seit Generationen gibt, die nicht selten einhundert Jahre und älter sind.

Davon ist unser Verein, der Koronar-Sportverein, mit seinen runden drei- und vierzig Jahren, noch weit entfernt. Dennoch gibt es bereits Rituale, die schon über einen nennenswerten Zeitraum Bestand haben.

Eines dieser Rituale soll hier thematisiert werden. Die regelmäßige Präsenz in der Kirchberg-Klinik in Bad Lauterberg. Dort werden seit mehreren Jahrzehnten seitens des Koronar-Sportvereines Braunschweig Referate zum Thema Herzsport gehalten. Eine Gruppe von Referenten teilt sich diese Aufgabe. Alle drei Wochen fährt ein Referent in die Kirchberg-Klinik und hält dort einen Vortrag. Drei Wochen, weil eine stationäre Reha mindestens drei Wochen dauert und somit jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer die Möglichkeit geboten bekommt, diesen Vortrag anzuhören und weitere Fragen zu stellen. Inhaltlich geht es darum, zu erfahren, was Herzsport ist. Was ist das Ziel von Herzsport? Was sind beachtliche Voraussetzungen? Wie ist der Ablauf gestaltet? Wie ist der Zugang geregelt?

Nach einem häufig dramatischen, nicht selten lebensbedrohlichen, Ereignis wie z.B. einem Herzinfarkt, ist die physische und psychische Leistungsfähigkeit Betroffener im Regelfall massiv beeinträchtigt. Nach der akuten medizinischen Behandlung sowie der anschließenden stationären Reha sind die ersten Maßnahmen zur Wiedererlangung der Leistungsfähigkeit erfolgt. Das reicht aber nicht aus und es folgt die Empfehlung zur Teilnahme am Herzsport, um positive Entwicklungen zu verstetigen. Voraussetzung ist die vorhandene, festgestellte Leistungsfähigkeit, mit der dann die Intensität des Herzsportes ermittelt wird. Sportliche Leistung ist nicht gefordert und schon gar nicht sportlicher Wettbewerb.

Im Ablauf soll die physische und psychische Leitungsfähigkeit stabilisiert, idealerweise verbessert werden. Eine zwingende Voraussetzung ist, dass während einer Übungsstunde immer ein Arzt anwesend sein muss. Der Zugang erfolgt über eine ärztliche Verordnung sowie der daraus folgenden Genehmigung seitens der Krankenkasse.

Das sind die zentralen Inhalte und Botschaften der Vorträge, ergänzt durch geschichtliche Betrachtungen und Entwicklungen in der Behandlung von Herzerkrankungen. Der Vortrag erfolgt neutral und der Koronar-Sportverein Braunschweig wird exemplarisch vorgestellt. Bei-

spielhaft für andere Regionen, weil die Kirchberg-Klinik natürlich einen überregionalen Zugang hat. Vereine wären allerdings schlecht beraten, wenn sie sich nicht um die Anwerbung neuer Mitglieder bemühen würden. Wir wünschen uns natürlich als Nebeneffekt unserer Vorträge, dass sich Diejenigen, die in der hiesigen Region Wohnen, für den Herzsport in unserem Verein entscheiden und später dann auch Mitglied im Verein werden.

Nun noch ein paar persönliche Worte. Ich bin Betroffener. Ich hatte im September 2017 einen Herzinfarkt. Glücklicherweise nicht dramatisch, weil rechtzeitig erkannt und behan-

delt. Katheter Untersuchung und ein Stent im Krankenhaus. Nach fünf Tagen war ich wieder zuhause. Danach Antrag für eine stationäre Reha bei meiner Krankenkasse. Abgelehnt mit Hinweis auf ambulante Reha. Meine Hausärztin und mein Kardiologe waren damit gar nicht einverstanden, hatten mir einen Widerspruch empfohlen und mich mit einer schriftlichen Stellungnahme unterstützt. Dann kam die Bewilligung und stationäre Reha in der Kirchberg-Klinik im April 2018. Dort hörte ich den Vortrag unseres Vereins zum Herzsport. Nach Ende der Reha nahm ich dann daran teil und bin nun Teil derjenigen, die den Herzsportvortrag in der Kirchberg-Klinik halten.

K.-P. Wagner

Nachruf

Wir trauern um unseren Ehrenvorsitzenden

Günter Ostfeld

der am 16. Dezember 2022 verstorben ist

Günter Ostfeld wurde 1984 nach einer Herzoperation Mitglied des Koronar-Sportvereins. Nach Beendigung seiner beruflichen Tätigkeit konnte er seine Erfahrung im Vorstand eines anderen Sportvereins einbringen und wurde 1994 zum Vorsitzenden gewählt. Diese ehrenamtliche Tätigkeit übte er bis zum Jahr 2000 aus. Neben den tagesaktuellen Vorstandsarbeiten war ihm wichtig, die Bedeutung des Vereins öffentlich darzustellen. Während seiner Amtszeit weitete der Verein das Sportangebot aus: Rückengymnastik (1995), Sport für Diabetiker (1996) und Schlaganfallpatienten (1999). Die Zusammenarbeit mit der Kirchbergklinik in Bad Lauterberg begann im Dezember 1997. Durch regelmäßige Vorträge unserer Referenten wurde das Sportangebot des Vereins bekannt gemacht und auf die Notwendigkeit einer sportlichen Betätigung nach Beendigung der Rehabilitation hingewiesen.

Seine Verdienste wurden nach der aktiven Vorstandsarbeit mit der Ernennung zum Ehrenvorsitzenden durch die Mitgliederversammlung gewürdigt. Auch in seiner inaktiven Phase stand er uns mit Rat und Tat jederzeit zur Seite.

Wir werden ihn nicht vergessen



Informationen zum Verein

Liebe Mitglieder,

zunächst möchten wir hier unsere Neumitglieder herzlich willkommen heißen in unserem Verein. Wir wünschen, dass Sie sich bei uns wohlfühlen und durch die regelmäßige Teilnahme am Übungsbetrieb eine stetige Verbesserung ihrer Belastbarkeit erreichen.

Vielleicht haben Sie einige Zeit auf den Beginn des Gruppensports warten müssen. Wir möchten Ihnen daher unser Aufnahmeverfahren für Koronarsport-Teilnehmer erläutern: Grundsätzlich beginnen alle neuen Koronarsportler in einer Anfänger-

gruppe mit spezieller Betreuung. Die Anwesenheit von entsprechend ausgebildeten Ärzten ist durch die bezuschussenden Krankenkassen vorgeschrieben. In der Sporthalle müssen Notfallgeräte vorhanden sein. Um diese Bedingungen zu erfüllen, sind unsere Aufnahmetermine in jedem Jahr auf Anfang Januar, Anfang April und Anfang September festgelegt. Der Gruppensport findet am Mittwoch- oder Donnerstag-Abend in der Sporthalle der Freien Waldorfschule statt.

Der Gruppensport für Patienten mit Arterieller Verschlusskrankheit und nach einem Schlaganfall findet auf

ärztliche Verordnung statt und beginnt flexibel nach Absprache mit den Übungsleitern.

Der nächste Informationsabend, an dem Sie sich über die Bildung einer neuen Herzsportgruppe und viele nützliche Details informieren können, findet statt am Mittwoch, 05.04.2023 um 18.00 Uhr in der Sporthalle der Freien Waldorfschule.

Für Ihre Fragen stehen Ihnen unsere Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie die Herren des Vorstands gern zur Verfügung.

Mit "Gut Sport" verabschiedet sich für heute

Ihr Vorstand

Beitragseinzug

Beiträge werden ausschließlich im SEPA-Verfahren vierteljährlich im Februar, Mai, August und November eingezogen. Die Bankdaten des Vereins lauten:

Braunschweigische Landessparkasse

IBAN: DE26 2505 0000 0001 9352 61

BIC: NOLADE2HXXX

i.A. Dunja Ostfeld

! Bitte teilen Sie uns Änderungen Ihrer Adresse und der Bankverbindung unverzüglich mit !

Unsere Geschäftsstelle ...

...befindet sich im Haus "Wohnen mit Zukunft" in der Braunschweiger Weststadt und ist hindernisfrei zu erreichen. Das Büro im Erdgeschoss des Hauses gleich rechts im Eingangsbereich ist besetzt an jedem ersten Mittwoch eines Monats zwischen 17.00 und 19.00 Uhr (außer an Feiertagen und während der

Sommerschulferien). In den Zeiten, in denen das Büro nicht besetzt ist, nennt Ihnen unser Anrufbeantworter die Telefonnummern wichtiger Ansprechpartner.

In der Geschäftsstelle erhalten Sie Antworten auf Fragen zur Mitgliedschaft und zum Sportangebot. Wichtige Informationen und For-

mulare finden Sie auch auf unserer Internetseite als PDF-Datei.

Geschäftsstelle

Koronar-Sportverein BS e.V.
Ilmenaustraße 2

38120 Braunschweig

Telefon: 0531 - 284 3193

Mail: koronar-sv.bs@kabelmail.de

Internet: www.koronar-bs.de

Aus der Redaktion

Haben Sie die Koro-Nachrichten nicht erhalten? Sie können die Ausgaben des letzten Jahres auf unserer Webseite www.koronar-bs.de als PDF-Datei herunterladen oder lesen. Besuchen Sie uns im Web!

Was ? Wann ? Wo ?

Termine

Mitgliederversammlung	Freitag	17.03.2023	19.00 h	Haus der Loge, Löwenwall 9, Braunschweig
Informationsabend	Mittwoch	05.04.2023	18.00 h	Sporthalle der Freien Waldorfschule

Impressum

Herausgeber: Koronar-Sportverein Braunschweig e.V.

Kontakt: Adresse: Ilmenaustraße 2, 38120 Braunschweig

Telefon: 0531-2843193, Telefax: 0531-2844075, Mail: koronar-sv.bs@kabelmail.de, Internet: www.koronar-bs.de

Redaktion: Uwe Peters (V.i.S.d.P.), Redaktion: Klaus-Peter Wagner, Dr.-Ing. Hans Wüstenberg

Fotos: privat

Vertrieb: Kostenfreie Verteilung an Vereinsmitglieder, kein Abonnement

Druck: Print Service Wehmeyer GmbH, Auflage 303 Exemplare (ca. vierteljährlich), Redaktionsschluss: 15.01.2023

Die nächste Ausgabe des Mitteilungsblattes erscheint im Juni 2023, Redaktionsschluss: 10.06.2023