



**Allergieverein in Europa e.V. - AVE**  
**Verein zur Förderung der Ganzheitlichen**  
**Behandlung Allergischer Erkrankungen in**  
**Europa e.V.**

## Mitglieder-Rundbrief

*Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde des AVE,*

dank der Unterstützung durch ehrenamtliche Hilfe haben wir im vergangenen Jahr unsere Beratungstätigkeiten fortführen und ausbauen können. Vor allem haben wir weiterhin die UMWELT & GESUNDHEIT (U&G) viermal herausgegeben, im Vierfarbdruck. Bitte, engagiert Euch/engagieren Sie sich auch weiterhin für den Allergieverein in Europa e.V. – AVE – und für die U&G! Sie sind herzlich aufgefordert, sich über Beiträge (eigene Erfahrungen) oder Leserbriefe an der Gestaltung der U&G zu beteiligen.

Die Zeitschrift U&G dient uns als wichtigster Informationsträger. Sie ist die Plattform des gemeinnützig tätigen AVE e.V., hier werden neueste Erkenntnisse über Ursachen und Therapiemöglichkeiten bei Allergien und Umwelterkrankungen kommuniziert sowie Informationen und Anregungen für den Alltag gegeben.

Unsere regionalen Ansprechpartnerinnen und -partner, die vor Ort beratend helfen können, finden Sie ebenso wie weitere wichtige Adressen in jeder Ausgabe der UMWELT & GESUNDHEIT und auf der AVE-Homepage.

Falls Sie nicht an regionalen oder lokalen Selbsthilfegruppentreffen teilnehmen können, verweisen wir auf das erweiterte Beratungsangebot zu verschiedenen Fragestellungen per Email:

- **Ernährung**  
([Ernaehrung@allergieverein-europa.de](mailto:Ernaehrung@allergieverein-europa.de))
- **Bauen und Wohnen**  
([Bauen@allergieverein-europa.de](mailto:Bauen@allergieverein-europa.de),  
[Schimmelpilze@allergieverein-europa.de](mailto:Schimmelpilze@allergieverein-europa.de))
- **Heilpflanzen**  
([heilpflanzen@allergieverein-europa.de](mailto:heilpflanzen@allergieverein-europa.de))
- **Candida**  
([Candida@allergieverein-europa.de](mailto:Candida@allergieverein-europa.de))

Wenn Sie Hilfe brauchen, aus dem großen Angebot von Therapiemöglichkeiten die richtige Auswahl für sich selbst und zum Wohl der Gesundheit zu finden, dann ist die AVE-Fachtagung die richtige Stelle.

Wir rechnen trotz der noch nicht bewältigten Corona-Pandemie damit, dass in einem halben Jahr – im September 2022 – eine Präsenzveranstaltung möglich ist.

**Wir planen diese Jahreshauptversammlung mit interessanten Referentinnen und Referenten an der Nordseeküste. Thema der Tagung: „Klimatherapie und Histamin“ am 17. September 2022 in Wyk auf Föhr.**

Falls wir uns persönlich nicht treffen können, richten wir einen virtuellen Zugang einschließlich Mitgliederteilnahme ein.

Die offizielle Einladung mit Tagesordnung und Programm wird Ihnen mit der U&G 2-2022 zugesandt werden.

**Bitte nutzen Sie unsere Telefon-Hotline 02371-923 5310 oder die Email-Adresse [ave-allergie@online.de](mailto:ave-allergie@online.de).**

Sie finden uns auch unter <https://www.allergieverein-europa.de> oder bei Facebook unter Allergieverein in Europa e.V.

Liebe Mitglieder, auf diesem Weg möchte ich mich noch einmal ausdrücklich bei allen Spendenden und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bedanken, die sich 2021 für den AVE und für den Erhalt der UMWELT & GESUNDHEIT eingesetzt haben.

**Ich möchte Sie jetzt auffordern, den Mitgliedsbeitrag für 2022 zu überweisen. Ein weitere Bitte: Aktualisieren Sie bitte Ihre uns erteilten SEPA-Lastschriftmandate bei einem Wechsel Ihrer Bankverbindung.**

Herzlichst Ihr  
*Andreas Steneberg* (1. Vorsitzender)

- **Wir freuen uns auch auf Spenden. Der AVE e.V. verfolgt gemeinnützige Zwecke und ist aufgrund des Freistellungsbescheides des Finanzamtes Iserlohn von der Körperschaftsteuer befreit.**

**Vereins- und Spendenkonto:**  
**AVE e.V.**  
**Sparkasse Iserlohn**  
**BIC: WELEDE11SL**  
**IBAN: DE81 4455 0045 0002 0088 45**

## Fragebogenaktion zu HIT

Wie in der UMWELT & GESUNDHEIT 4-2021 berichtet, ist die Histamin-Intoleranz (HIT) immer noch mit vielen Fragezeichen behaftet. Die Unverträglichkeit kann nicht wie eine Lactose- oder Fructose-Intoleranz einfach diagnostiziert werden. Daher ist die wissenschaftliche Begründung einer Histamin-Unverträglichkeit für die Fachgesellschaften weiter offen.

Viele leiden daran, beziehungsweise glauben, daran zu leiden. Eine Diagnose und therapeutische Hilfe ist nur unzureichend möglich. Von allen Seiten gefordert werden weitere Forschungen.

Um die Erfahrungen an Fachleute und Therapeutinnen und Therapeuten weiterzugeben, wurde von Betroffenenseite eine **Fragebogenaktion** gestartet, die bei der Patienten-Initiative <https://www.Histamin-bergischland.de> angefordert werden kann. Diese anonyme Umfrage soll ausgewertet wissenschaftlichen Zwecken zur Verfügung gestellt werden.

Frau *Barbara Bontemps*, Carl-Grüber-Weg 20, 45853 Remscheid gibt darüber auch telefonisch (02191-546 29 772, mobil: 0151 202 999 37) oder per Email: [gladiole1951@t-online.de](mailto:gladiole1951@t-online.de) Auskunft.

## Essen und Trinken bei Lebensmittelallergien

Lebensmittelallergien können vielfältige Beschwerden verursachen. Eine generelle Allergiediät gibt es nicht, die Ernährung muss individuell an die Allergieauslöser und die Bedürfnisse der/des

Betroffenen angepasst werden.



Die 36-seitige Broschüre ist nicht nur für Ernährungsfachkräfte ein ideales Medium zur Weitergabe an Allergiekranke, sondern auch lehrreich für Betroffene selbst. Sie enthält auch nützliche Adressen zur qualifizierten Ernährungsberatung.

Die 36-seitige Broschüre ist zum Preis von 1,00 € zuzüglich Versandgebühren bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) erhältlich: <https://www.dge-medienservice.de>.