

agil



Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.



● **Aktiv für das Ehrenamt: Ehrenamtliche dringend gesucht!**

● **Unterschriftenaktion: Gegen Unterversorgung von Rheumapatienten**

● **Benefizkonzert: Ein Abend für unser Generationenbad**





Liebe Mitglieder und Freunde der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.,

als Bürgerinnen und Bürger eines prosperierenden solidarischen Gemeinwesens wie Deutschland im Jahre 2014 sollten Sie und ich es eigentlich gut getroffen haben. Der Staat muss aufgrund seiner hohen Einnahmen im nächsten Jahr voraussichtlich zum ersten Mal seit über 50 Jahren keine neuen Schulden aufnehmen, die Arbeitslosigkeit verharrt auf einem Tiefpunkt. Die Vermutung liegt nahe, dass in einem derart erfolgreichen Land sicherlich alle Menschen im Krankheitsfalle bestens versorgt sind.

Leider wissen Sie als rheumakranke Menschen und ich nur zu genau, das dem nicht so ist! Als Betroffene kennen Sie die langen Wartezeiten bei rheumatologischen Praxen nur allzu gut. Vielleicht finden Sie als neu Betroffene auch gerade überhaupt keine Rheuma-Praxis, die Sie aufnehmen will. Oder Sie müssen durch die halbe Stadt

fahren, um einen Termin wahrzunehmen – obwohl Sie unter starken Schmerzen leiden.

Mit diesen Problemen sind Sie nicht allein: In Berlin leben rund 60.000 Menschen mit entzündlichem Rheuma und 90.000 mit schwerer Arthrose. Dennoch weist der Versorgungsbezirk Berlin mit 29 Rheumatologen gerade mal halb so viel auf wie eigentlich gebraucht würden. Auch ich als internistischer Rheumatologe musste um meine Niederlassung vier Jahre lang kämpfen. Erst im Oktober 2013 wurde diese durch das Oberste Landesozialgericht bestätigt. Das Gericht stellt dabei eine sehr deutliche Unterversorgung rheumakrankter Menschen fest, es sieht einen Versorgungsbedarf von einem internistischen Rheumatologen je 50.000 Einwohner vor. Ausgehend von einer Zahl von 2,9 Millionen Erwachsenen und angesichts der Verschiebung der Altersstruktur zu einem hohen Anteil älterer Menschen **bräuchten wir in Berlin nicht nur 29,**

sondern mindestens 60 Rheuma-Ärzte!

Dies fordert die Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V. schon geraume Zeit. Wir haben zu diesem Zwecke eine Unterschriftenaktion gestartet und seit Beginn des Jahres bereits über 1.800 Unterschriften gesammelt. Solidarisieren auch Sie sich mit unserem Protest durch Ihre Unterschrift! In unserer Geschäftsstelle am Mariendorfer Damm und bei unseren Großveranstaltungen liegen unsere Listen stets für Sie bereit. Wir bitten Sie: Schließen Sie sich unserer Forderung an und kämpfen Sie mit uns gegen die Unterversorgung von Menschen mit rheumatischen Erkrankungen!

Ihr

Dr. Helmut Sörensen
Dr. Helmut Sörensen
Präsident

Sehr geehrte Leserschaft des agil,

sicherlich ist es Ihnen gleich aufgefallen: Seit dieser Ausgabe zeigt sich unsere Mitgliederzeitschrift „in einem neuen Gewand“. Das neue Layout ist übersichtlicher gestaltet und regt zum Mitmachen an. Der pinselartig geschwungene Schriftzug auf

dem Titel ist in der Schrift „James Fajardo“ abgefasst. Auch haben wir die Schriftgröße an vielen Stellen erhöht, die Spaltenbreite erhöht und verwenden nun durchgehend professionell bearbeitete Bilder. Neu sind auch die Rubriken der Zeitschrift – sie stimmen nun mit denen unserer Internetseite überein, die bereits

im Herbst letzten Jahres erfolgreich überarbeitet worden ist. Wir hoffen und sind sicher, Ihnen damit einen noch besseren Zugang zu den wichtigen Informationen aus unserem Vereinsleben eröffnet zu haben. Viel Vergnügen bei der Lektüre!

Ihre Agil-Redaktion

Anmerkung zum Titelbild: Das Titelbild der aktuellen Ausgabe ist eine Collage aus den Porträts verschiedener Ehrenamtlicher. Die Collage basiert auf Bildern, die bei einer Foto-Aktion im Rahmen des Neujahrsempfangs der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V. am 23.1.14 aufgenommen wurden. Die Personen sind stellvertretend für alle unsere Ehrenamtlichen abgebildet.



04

Aktiv für das Ehrenamt. Neujahrsempfang am 23.1.14.

06

Ein Konzertabend für unser Generationenbad. Benefizkonzert „Junge Klassik“ am 1.3.14.



09

Unterschriftenaktion – gegen Unterversorgung von Rheumapatienten.



15

Ehrenamt – Dringend gesucht!



WIR ÜBER UNS

- 04 Neujahrsempfang:
Aktiv für das Ehrenamt
- 06 Benefizkonzert:
Ein Konzertabend für unser Generationenbad
- 07 Wünsche:
Rheuma-Liga stellt Wünsche der Mitglieder vor
- 08 Neues aus dem Vorstand:
Portrait: Harald Kussin
- 09 Kurzmeldungen:
70. Geburtstag von Monika Diepgen, Rezertifizierung Qualitätsmanagement, Unterschriftenaktion, Yasmin Schulze
- 10 Info-Veranstaltung:
Für neue Mitglieder in Pankow
- 20 Herzlichen Dank:
an alle Mitglieder und Förderer der Arbeit der Rheuma-Liga

EHRENAMT

- 15 Erfahrungsbericht:
Besuchsdienst für rheumakranke Menschen
- 15 Besuchsdienst:
Unterstützung gesucht
- 15 Ihr Engagement:
Dringend gesucht!

SELBSTHILFE

- 12 Neues aus den Bezirken:
Selbsthilfegruppen
- 18 Jubiläum:
20 Jahre »Young-middle« Rheuma-Gruppe
- 18 Interessenvertretung:
Themen für die nächste Sitzung

BEWEGUNG UND BERATUNG

- 11 Veranstaltungskalender 2014:
Kurse für Mai bis August 2014
- 14 Freie Kursplätze in den Bezirken:
Wasser- und Wirbelsäulengymnastik – Angebote für Körper und Seele

KONTAKTE

- 22 Kontakte, Gruppen, Verbände, Sozialarbeiter, Adressen und Anfahrt

Aktiv für das Ehrenamt

Neujahrsempfang am 23.1.14

„Ein Dankeschön an alle unsere Ehrenamtlichen“: in diesem Geiste gab die Rheuma-Liga Berlin am 23. Januar ihren alljährlichen Neujahrsempfang. Rund 150 Gäste, unter ihnen zahlreiche Vertreter aus Politik, Gesundheits- und Sozialwesen fanden sich in der Begegnungshalle ein, um ein Zeichen für das Ehrenamt zu setzen.



**AKTIV GEGEN RHEUMA –
ICH BIN DABEI!**



Dr. Helmut Sörensen, Präsident der Rheuma-Liga Berlin und Moderatorin Cornelia Baltscheit (Vorstandsmitglied) begrüßten die zahlreichen Besucher, bevor zwei junge Musiker des Julius-Stern-Instituts die Zuschauer mit einem Duo für zwei Flöten einstimmten. Zum Ehrenamt als Bestandteil gesellschaftlichen Engagements sprach anschließend Prof. Erika Gromnica-Ihle, die Präsidentin des Bundesverbands. „Aktiv gegen Rheuma – ich bin dabei!“ heißt die Kampagne, mit der die Rheuma-Liga Menschen ermutigen will, ehrenamtlich aktiv zu werden.

Frau Baltscheit übergab Staatssekretär Gerstle eine Generationenbad-Fliese.

Drei beispielhafte Felder ehrenamtlichen Engagements

Gerlinde Bendzuck, stellvertretende Präsidentin der Rheuma-Liga Berlin, stellte anschließend den Besuchsdienst vor. Hier besuchen Ehrenamtliche einmal pro Woche schwer rheumakranke Menschen, um sich zu küm-

mern. In einem Interview berichteten die Ehrenamtlichen Regina Cekalla und Karsten Braun von ihren Erfahrungen. Ihr Fazit: Neben dem Besuchten gewinnt auch der Besuchende – an Freude, Erfahrung und Wissen.

„Experten aus Betroffenheit“ werden von der Rheuma-Liga Berlin ebenfalls gesucht. Hier bringen rheumakranke Menschen ihre individuellen Erfahrungen ein, zum Beispiel in der medizinischen Ausbildung. Cornelia Baltscheit interviewte eine aktive Betroffene – Jutta Lomas-Liebster, Vorstandsmitglied Rheuma-Liga Brandenburg – und mit Dr. Hildrun Haibel (Rheumatologie Charité) eine Ärztin, die Seminare mit Betroffenen und Studierenden durchführt. Beide kamen darin überein, dass durch die rheumakranken Menschen die Ausbildung viel erlebbarer werde: Praxis statt trockener Theorie!



Julius-Stern-Institut: Helena Montag und Robert Ziegler spielten Flöte.

Michael Porzyczki, Mitarbeiter der Rheuma-Liga Berlin, legte im Zwiegespräch mit dem Ehrenamtlichen Frank Petzsch dar, wie wirkungsvoll Ehrenamtliche auch in Büro und Empfang die Rheuma-Liga Berlin unterstützen können. Denn gerade auch in der Mitgliederbetreuung helfen seit längerer Zeit einige Freiwillige dabei, dass die Rheuma-Liga Berlin auch weiterhin den steigenden Beratungsbedarf aller rheumakranken Menschen abdecken kann.

Ehrungen als Zeichen der Anerkennung

So viel ehrenamtliches Engagement verdient Anerkennung: Sozialstaatssekretär Dirk Gerstle ehrte zum Ende des Abends Regina Cekalla, Jutta Lomas-Liebster, Karsten Braun und die „Expertin aus Betroffenheit“ Andrea-Dagmar Quiering für ihre Verdienste. Die Ehrenamtlichen empfingen aus seinen Händen jeweils eine Berliner Freiwilligenkarte und die Ehrenamtsnadel der Deutschen Rheuma-Liga. Mit einem weiteren Stück der Julius-Stern-Flötisten endete der Programmteil.

Beim abschließenden Empfang mit Sekt und Canapés nahmen zahlreiche Besucher an einer besonderen Fotoaktion teil, die von Cornelia Baltscheit und Karin Köppen, Vorstandsmitglied der Rheuma-Liga Berlin, betreut wurde. Hier erhielten Ehrenamtliche die Ehrenamtsnadel der Deutschen Rheuma-Liga Bundesverband und konnten sich dabei von einer Fotografin ablichten lassen. So endete der Abend, wie er begonnen hatte: mit einem Zeichen für das Ehrenamt.



Besuchsdienst: Gerlinde Bendzuck (l.) interviewte Regina Cekalla und Karsten Braun.



Staatssekretär Gerstle steckte Frau Cekalla die Ehrenamtsnadel an.



links: Frau Prof. Gromnica-Ihle ermutigte die Gäste zum ehrenamtlichen Engagement.



unten: Dr. Sörensen bedankte sich bei allen Ehrenamtlichen in der Rheuma-Liga Berlin.

Haben auch Sie Lust bekommen, sich ehrenamtlich für die Rheuma-Liga Berlin zu engagieren? Gerne können Sie sich an Yasmin Schulze wenden unter der Tel. 32 290 29 51 oder beratung@rheuma-liga-berlin.de

Ein Konzertabend für unser Generationenbad

Benefizkonzert »Junge Klassik« am 1.3.14



Musikalischer Hochgenuss: Die Studierenden des Julius-Stern-Instituts beeindruckten durch ihr präzises und harmonisches Spiel.

Grandiose Fortsetzung einer Tradition: Bereits zum 14. Mal spielten Jungstudierende des Julius-Stern-Instituts zugunsten rheumakranker Kinder und Jugendlicher. Im ausverkauften Konzertsaal der UdK Berlin überzeugten die Musikerinnen und Musiker mit ihrer kunstvollen Interpretation der Stücke von J. S. Bach, Chopin, Tschairowski und anderer Komponisten. Wie 2013 war Gesundheitssenator Mario Czaja wieder Schirmherr der Veranstaltung.

Zum Auftakt des Konzertes begrüßte Prof. Dr. Reinhard Schäfer, der neue Dekan der Fakultät Musik der Universität der Künste Berlin, die Gäste und sprach über die Bedeutung der musikalischen Ausbildung. Danach gehörte die Bühne den Solisten, Kammermusikensembles und ehemaligen Studierenden des Julius-Stern-Instituts, das von Anita Rennert geleitet wird. Mit der nahezu formvollendeten Be-

herrschung ihrer Instrumente – Violine, Violoncello, Klavier und Vibraphon – verdienten sich die jungen Talente den minutenlangen Applaus des Publikums. Kompetent und herzlich moderiert wurde das Konzert von Silke Mannteufel (»kulturradio vom rbb«). Unterstützt wurde das Benefizkonzert unter anderem von Prof. Doris Wagner-Dix, der ehemaligen Leiterin des Julius-Stern-Instituts, dem Europäischen Freundeskreis des Instituts und dem Lions Club Berlin-BonaFacts.

Nicht nur musikalisch war der Abend erfolgreich: Peter Freiberger vom Lions Club Berlin BonaFacts konnte einen zwischenzeitlichen Spendenerlös von 16.777,23 Euro bekannt geben. Diese Summe erhöhte sich noch durch den tatkräftigen Einsatz der Julius-Stern-Eleven, die später mit ihren Geigenkästen weitere Spenden sammelten. Mit ihrer Spende unterstützen die



Anita Rennert und Dr. Sörensen begrüßten die Gäste zum 14. Benefizkonzert.



Die Rheuma-Liga Berlin bedankte sich bei Peter Freiberger mit einem Blumenstrauß.



Frau Prof. Wagner-Dix, Botschafterin der Rheuma-Liga Berlin, empfing den Applaus des Publikums für ihr selbstloses Engagement.

Besucher den Bau eines Generationenbades, in dem die Rheuma-Liga Wasser-Bewegungskurse für Betroffene mit rheumatischen Erkrankungen anbieten will. Dr. Helmut Sörensen, Präsident der Rheuma-Liga Berlin, dankte allen Beteiligten für ihr selbstloses Engagement auf das herzlichste.

Generationenbad – helfen auch Sie dabei, unseren gemeinsamen Traum zu verwirklichen! Alle Informationen finden Sie auf S. 20.

Wunschkarten zur Weihnachtsgala

Rheuma-Liga stellt Wünsche der Mitglieder vor

„Wünsche zu Weihnachten“, das war das Motto unserer Weihnachtsgala 2013. Wir haben sehr viele ausgefüllte Karten erhalten – mit Ihren Wünschen für sich, für andere und für die Rheuma-Liga. Gerne haben wir in einer Arbeitsgruppe eine Auswertung erarbeitet, die Ergebnisse wollen wir hier vorstellen.

Wünsche für mich

Gesundheit war der meistgenannte Wunsch (128 Nennungen bei 208 Karten), gefolgt von Zufriedenheit, Schmerzfreiheit und Beweglichkeit. Daneben gab es viele sehr konkrete Wünsche, die auf die eigene Gesundheit bezogen sind, wie etwa den Krebs zu besiegen, die Sehfähigkeit zu behalten, eine Verbesserung der Knie- oder Hüftarthrose und vieles mehr.

Viele unserer Gäste wünschten sich auch, in Harmonie und Frieden mit der Familie, dem Partner oder Freunden zusammenzubleiben. Oft gewünscht wurde auch eine Reise. Andere spezielle Wünsche waren: Schnee zu Weihnachten, mehr Zeit für Ehrenämter oder mehr Fahrstühle in U- und S-Bahnen. Die kleinen Gäste wünschten sich einen Teddybär, einen Mini-Rauhaardackel oder auch, „dass es keine Schule mehr gibt“.

Wünsche für andere

Auch hier stand die Gesundheit an erster Stelle, gefolgt von Zufriedenheit, Frieden, mehr Verständnis für Rheumakranke und „jeden Tag ein Lachen“. Natürlich wurden auch persönliche Wünsche aufgeschrieben: ein

Baby für meine Tochter, für Mama einen Ford, für Papa ein paar Socken und mehr Zeit für schöne Dinge mit der Familie.

Wünsche für die Rheuma-Liga

Hier haben wir uns über die vielen Wünsche sehr gefreut. Genannt wurde etwa der Wunsch, dass die Rheuma-Liga erhalten bleibt, nach Erfolg und Wachstum, für gutes Gelingen und eine baldige Fertigstellung des Generationenbades. Sie wünschten uns aber auch mehr Geld, mehr Sponsoren und Spenden, sowie mehr Ehrenamtliche. Andere Wünsche betrafen eine bessere telefonische Erreichbarkeit, mehr Zeit für Zwischenmenschliches und ein friedvolles Miteinander. An die Politik, die Behörden und Krankenkassen richteten sich in diesem Kontext auch einige Wünsche: mehr Verständnis für rheumakranke Menschen, die einfache Genehmigung des Funktionstrainings und die Verhinderung von Baderschließungen.

Leider können wir an dieser Stelle nicht alles wiedergeben. Wir



Cornelia Baltscheit im Dezember 2013 bei der Weihnachtsgala.

haben jedoch das Wesentliche zusammengefasst, um Ihnen einen guten Überblick zu verschaffen. Gerne möchten wir Ihnen noch einmal herzlich für Ihre Beteiligung danken.

Von Cornelia Baltscheit, Vorstandsmitglied der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.



Ich wünsche mir ...

Für mich selbst:

Für andere:

Für die Rheuma-Liga:

Wir haben uns sehr gefreut, Ihre Wünsche zu erfahren. Mit Ihrem ehrenamtlichen Engagement können wir gemeinsam daran arbeiten, die Wünsche zu verwirklichen.

Über die Möglichkeiten informiert Sie Yasmin Schulze unter der Tel. 32 290 29 51 oder beratung@rheuma-liga-berlin.de

Neues vom Vorstand

Portrait: Harald Kussin, Schatzmeister der Rheuma-Liga Berlin und deren Stiftung Wolfgang Schulze



Harald Kussin im November 2012 bei der Mitgliederversammlung.

Als Schatzmeister übt er die „Finanzhoheit“ aus: Harald Kussin, Jahrgang 1944, ist gebürtiger Tempelhofer, glücklich verheiratet und Vater zwei erwachsener Töchter. Als gelernter Bankkaufmann war er bis zu seiner Pensionierung Regionalleiter bei der Dresdner Bank/Commerzbank. Im Vorstand wird er geschätzt als jemand, der klare Standpunkte vertritt, die Handlungsalternativen darlegt und bei Bedarf auch mal energisch nachfragt.

Wie sind Sie zur Rheuma-Liga Berlin gekommen?

In meiner Funktion als Senior Consultant wurde ich gebeten, die Stiftung Wolfgang Schulze bei der Kapitalanlage zu beraten. Das fing ursprünglich mit „mal eine Stunde im Monat“ an, und hat sich schnell ausgeweitet, als ich in die Planung für das großartige Projekt Generationenbad einbezogen wurde.

Was macht ein Schatzmeister?

Das Controlling der Vereinsfinanzen: Ich gehe gemeinsam mit dem Geschäftsführer und dem Steuerberater das Zahlenwerk durch, also zum Beispiel die Bilanz, die Jahresrechnung und den Wirtschaftsplan. Dabei lege ich mein Augenmerk auf größere Ausgabe- oder Einnahmeposten und frage etwa kritisch: Wird dieser Zuwendungsgeber wieder in der gleichen Höhe fördern? Wie entwickeln sich die Spenden? Wie setzen sich die Verwaltungskosten zusammen?

Während des Jahres bespreche ich regelmäßig mit dem Geschäftsführer, ob wir mit den Ausgaben und Einnahmen im Plan liegen. Darüber erstatte ich dann bei den Vorstandssitzungen Bericht. Auf der Mitgliederversammlung stelle ich die Bilanz und den Wirtschaftsplan vor.

Wo sehen Sie neben Ihren Controlling-Aufgaben Schwerpunkte?

Die Sicherstellung der Planbarkeit und der Finanzierung für das Generationenbad, hierzu nochmal ein großes Lob an alle Spender für ihre anhaltende Spendenbereitschaft! Außerdem sollten wir die Begegnungshalle zukünftig optimal nutzen, etwa als Ort für Veranstaltungen. Überdies habe ich mir Fundraising-Aktivitäten über Netzwerke auf die Fahnen geschrieben: Wie können wir mehr Unterstützer beziehungsweise Kooperationspartner gewinnen? Dabei finde ich gerade auch die Pflege eines guten Verhältnisses zu den Zu-

wendungsgebern wichtig. Ziel unserer Vereinsaktivitäten sollte eine möglichst breite Mitgliederbasis sein. Dabei spielt auch die Mitarbeiterzufriedenheit eine ganz entscheidende Rolle – denn nur mit starken Mitarbeitern, die ihrer Arbeit engagiert und mit Freude nachgehen, gibt es weiterhin eine positive Entwicklung der Rheuma-Liga Berlin. Zuletzt noch ein Beispiel für ein Projekt, an dem ich mitwirke: In der „AG Bus“ schreiben wir gerade eine Benutzungsordnung für die zwei Busse der Rheuma-Liga, die etwa für die Ausflugsfahrten der Selbsthilfegruppen benutzt werden. Benutzungs-zweck, Versicherungsfragen, Abrechnung – da ist sehr viel im Detail zu klären.

Wann hatten Sie ein besonders schönes Erlebnis mit der Rheuma-Liga Berlin?

Bei der Weihnachtsgala, als mir mehrere – mir unbekannte – Gäste spontan Spendenzusagen in beträchtlicher Höhe gaben, weil sie von der Feier und der Arbeit der Rheuma-Liga so begeistert waren – das hat mich sehr beeindruckt.

Lieber Herr Kussin, vielen Dank für Ihren unermüdlichen Einsatz für die Rheuma-Liga!

Von Gerlinde Bendzuck, stellvertretende Präsidentin der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.

Kurzmeldungen

70. Geburtstag von Monika Diepgen

Bereits am 5. Januar 2014 wurde Monika Diepgen, Schirmherrin der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V., 70 Jahre alt. Dr. Helmut Sörensen überbrachte ihr zu diesem Anlass herzlichste Glückwünsche und einen Blumenstrauß im Namen des Vorstands und aller ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter. Als Schirmherrin engagiert sich Frau Diepgen seit vielen Jahren ehrenamtlich für rheumakranke Menschen. Gerade auch bei Organisation und Durchführung der traditionellen Weihnachtsgala leistet sie einen unverzichtbaren Beitrag. Überdies ist Frau Diepgen bereits seit über 25 Jahren Mitglied der Rheuma-Liga Berlin.



Monika Diepgen freute sich über den Blumenstrauß der Rheuma-Liga Berlin.

Rezertifizierung Qualitätsmanagement mit Bravour bestanden

Qualitätsmanagement wird in der Rheuma-Liga Berlin groß geschrieben: Nach Abschluss des Rezertifizierungsprozesses durch das Prüfungsunternehmen „PQ-System“ (Paritätisches Qualitätssicherungssystem) behält die Rheuma-Liga Berlin das Qualitätssiegel „SQCert“. Dabei erzielte die Organisation mit 94% ein äußerst positives Ergebnis und

konnte sich in vielen Kategorien im Vergleich zur letzten Prüfung steigern. Seit 2011 ist die Rheuma-Liga Berlin Trägerin des Qua-



litätssiegels, das die Aktivitäten zur Verbesserung der Organisation bewertet.

Unterschriftenaktion gegen Unterversorgung von Rheumapatienten

Bereits seit Jahresbeginn sammelt die Rheuma-Liga Berlin Unterschriften gegen die bestehende Unterversorgung rheumakranker Menschen. Gerade auch im Bereich Kreuzberg ist durch den Wegfall der Rheumapraxis



in der Bergmannstraße (unter anderem durch den Tod von Dr. Alexander Natusch) keine wohnortnahe Versorgung durch einen Internistischen Rheumatologen sichergestellt.

Die Rheuma-Liga Berlin fordert, dass diese Versorgungslücke dringend geschlossen wird. Je-

doch unterliegt die Nachbesetzung der Praxis von Dr. Natusch den gesonderten Bestimmungen der Sonderzulassung. Deshalb ruft die Rheuma-Liga Berlin Betroffene dazu auf, sich mit ihrer Unterschrift für den Erhalt beziehungsweise die Nachbesetzung der rheumatologischen Praxis im Bezirk Kreuzberg zu solidarisieren. Die Unterschriftenliste liegt aus im Wartebereich Empfang (Erdgeschoss) der Geschäftsstelle der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V., Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin.

Yasmin Schulze folgt auf Astrid Fengler



Am 14. April übernahm die Sozialarbeiterin Yasmin Schulze die Bereichsleitung der Sozialen Beratung der Rheuma-Liga Berlin. Sie tritt damit die Nachfolge von Astrid Fengler an, die die Selbsthilfeorganisation nach rund 14 Jahren verlässt, um sich beruflich zu verändern. Wir danken Frau Fengler für die erfolgreiche Arbeit für rheumakranke Menschen. Gleichzeitig wünschen wir unserer neuen Kollegin einen guten Start in der Rheuma-Liga Berlin.

Info-Veranstaltung für Neumitglieder in Pankow

Viele Gäste in der Park-Klinik Weißensee



Viel Andrang am Info-Stand der Rheuma-Liga Berlin.



Frank Petzsch berichtete Wissenswertes aus der Praxis als ehrenamtlicher Berater.

Haben auch Sie eine Frage an die Rheuma-Liga Berlin?
 Gerne stehen wir Ihnen zur Verfügung unter der Tel. 32 290 290 oder zirp@rheuma-liga-berlin.de

Wer neu ist, hat viele Fragen: Am 11. Januar standen Vertreterinnen und Vertreter der Rheuma-Liga Berlin Rede und Antwort – in einer Informationsveranstaltung speziell für Neumitglieder. Rund 30 Gäste waren der Einladung nachgekommen und besuchten die Veranstaltung in der Park-Klinik Weißensee.

Gerlinde Bendzuck, stellvertretende Präsidentin der Rheuma-Liga Berlin, eröffnete das Programm und stellte den Verein vor, dabei ging sie vor allem auf seine Struktur und Aufgaben ein. Hilaria Bundschuh und Michael Porzyczki informierten als Mitarbeiter der Rheuma-Liga Berlin in Vorträgen über die verschiedenen Kurse und Angebote zur Selbsthilfe.

Danach stand das Ehrenamt im Mittelpunkt: Elke Seibt sprach über ihre Tätigkeit als »Praxis-Engel« in der Rheumaambulanz im Immanuel Krankenhaus in Berlin-Buch. Aufgabe von »Praxis-Engeln« ist es, wartende Patienten



Frau Prof. Gromnica-Ihle hielt einen einführenden Vortrag für die Neumitglieder.

in Arztpraxen zu informieren. Auch Frank Petzsch arbeitet in Pankow. Als ehrenamtlicher Berater informiert er regelmäßig die Besucher des Rheuma-Liga-Treffpunkts Pankow.

»Rheuma hat viele Gesichter«: In ihrem abschließenden Vortrag verdeutlichte Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, dass »Rheuma« ein Sammelbegriff ist – für mehr als 400 verschiedene Krankheiten des rheumatischen Formenkreises. Zum Abschluss folgte eine offene Diskussionsrunde mit Gästen und Referenten. Das rege Interesse der Pankower Neumitglieder unterstrich, dass die Rheuma-Liga Berlin gerade auch vor Ort gefragt ist als kompetenter Ansprechpartner. Sicherlich konnte die Veranstaltung den Gästen viele Erstinformationen rund um die Selbsthilfeorganisation und das Krankheitsbild »Rheuma« geben. Für die weiteren Fragen steht die Rheuma-Liga Berlin natürlich jederzeit zur Verfügung – in der Geschäftsstelle in Tempelhof-Schöneberg wie auch im Rheuma-Liga-Treffpunkt Pankow.

Veranstaltungskalender 2014



MAI

So. 4.5.14, 17 - 19 Uhr
**Weltklänge – Konzert für
 Flöte, Klarinette und Vibrafon
 im Rahmen des Europäischen
 Protesttages 2014**

Information und Anmeldung:
 siehe Seite 19

Mo. 5.5.14, 15.30 - 17 Uhr
**Arzt-Patienten-Gespräche:
 „Naturheilverfahren und
 Schulmedizin Teil 2“**

Ort: Deutsches Rheuma-Forschungszentrum Berlin (DRFZ),
 Charité Campus Mitte, Charité-
 platz 1, 10117 Berlin (Campus-
 adresse: Virchowweg 12)

Information und Anmeldung:
 Sandra Bluhm,
 Tel. 32 290 29 53 oder
 bluhm@rheuma-liga-berlin.de.

Mi. 7.5.14, 15.30 - 17 Uhr
**Patienteninformationstag:
 „Rheuma - nicht nur eine
 Gelenkerkrankung“**

Ort: Immanuel Krankenhaus
 Berlin-Buch, Lindenberger Weg
 19, Haus 201, 13125 Berlin
Ohne Anmeldung

Fr. 9.5.14, 19 - 21 Uhr
**Von Berlin nach Lucca -
 Opernhöre und bekannte
 Arien**

Information und Anmeldung:
 siehe Seite 13

Sa. 10.5.14, 17 Uhr
**Lange Nacht der
 Wissenschaften**

Ort: DRFZ, siehe oben
Eintritt: 14 €/9 €/6 €
 (ab 22 Uhr)

Mi. 28.5.14, 16.30 - 18 Uhr
**Rheumatage Tempelhof:
 „Pilates oder Nordic Walking
 bei Muskel- und Gelenk-
 erkrankungen“**

Ort: Therapie-, Beratungs- und
 Selbsthilfzentrum der Deut-
 schen Rheuma-Liga Berlin e.V.,
 Mariendorfer Damm, 161a,
 12017 Berlin

Information und Anmeldung:
 Stefan Brang,
 Tel. 32 290 29 65 oder
 brang@rheuma-liga-berlin.de

JUNI

Mo. 2.6.14, 15.30 - 17 Uhr
**Arzt-Patienten-Gespräche:
 „Neues aus der Rheuma-
 Forschung“**



Ort: DRFZ, siehe linke Spalte
Information und Anmeldung:
 Sandra Bluhm,
 Tel. 32 290 29 53 oder
 bluhm@rheuma-liga-berlin.de.

Sa. 14.6.14, 11 Uhr
41. Mitgliederversammlung
 Alle Infos siehe Einleger in
 dieser Ausgabe

Do. 19.6.14, 18.30 - 20 Uhr
**Veranstaltungsreihe Zillestraße
 „Rheuma und Ernährung“**

Ort: Rheuma-Liga Treffpunkt
 Charlottenburg-Wilmersdorf,
 Zillestr. 10 (Untergeschoss AOK),
 10585 Berlin
Information und Anmeldung:
 Peter Böhm,
 Tel. 32 290 29 62 oder
 boehm@rheuma-liga-berlin.de

Mi. 25.6.14, 16.30 - 18 Uhr
**Rheumatage Tempelhof:
 „Ehrenamt und Freiwilligenar-
 beit – ein Engagement, das
 Freu(n)de bringt“**

Ort: Therapie-, Beratungs- und
 Selbsthilfzentrum, siehe linke
 Spalte

Information und Anmeldung:
 Stefan Brang,
 Tel. 32 290 29 65 oder
 brang@rheuma-liga-berlin.de

JULI

Mo. 7.7.14, 15.30 - 17 Uhr
**Arzt-Patienten-Gespräche:
 „Systemischer Lupus“**

Ort: DRFZ, siehe linke Spalte

Information und Anmeldung:
 Sandra Bluhm,
 Tel. 32 290 29 53 oder
 bluhm@rheuma-liga-berlin.de.

Mi. 30.7.14, 16.30 - 18 Uhr
**Rheumatage Tempelhof:
 „Sozial- und versicherungs-
 rechtliche Aspekte einer
 chronischen rheumatischen
 Erkrankung – Der Fachanwalt
 informiert“**

Ort: Therapie-, Beratungs- und
 Selbsthilfzentrum, siehe linke
 Spalte

Information und Anmeldung:
 Stefan Brang,
 Tel. 32 290 29 65 oder
 brang@rheuma-liga-berlin.de

AUGUST

Mo. 4.8.14, 15.30 - 17 Uhr
**Arzt-Patienten-Gespräche:
 „Schmerzmittel – Wirkung und
 Nebenwirkung“**

Ort: DRFZ, siehe linke Spalte

Information und Anmeldung:
 Sandra Bluhm,
 Tel. 32 290 29 53 oder
 bluhm@rheuma-liga-berlin.de.

Stand: April 2014.
 Änderungen
 möglich.
 Aktuelle Informa-
 tionen im Internet
 unter www.rheuma-liga-berlin.de oder
rheuma-tage-berlin.de

Kontakt :
 Malte Andersch,
 Deutsche Rheuma-
 Liga Berlin e.V.,
 Mariendorfer
 Damm 161a,
 12107 Berlin.
 Tel. 32 290 29 24
 oder andersch@
 rheuma-liga-berlin.de

Neues aus den Bezirken

CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF

Selbsthilfegruppe Fibromyalgie

Die Montagsgruppe Fibromyalgie sucht noch neue Mitglieder. Die Gruppe trifft sich jeden 3. Montag im Monat von 15-17 Uhr zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Ort: Rheuma-Liga-Treffpunkt Charlottenburg-Wilmersdorf, Zillestraße 10, 10585 Berlin

Kontakt und Information:

Peter Böhm,
Tel. 32 290 29 62 oder
boehm@rheuma-liga-berlin.de

Ehrenamtliche Beraterin



Jutta Krüger,
58 Jahre,
Berlin/Konradshöhe,
Fibromyalgie,
verheiratet.

Dienstags, 10-12 Uhr

Jutta Krüger, Rheuma-Liga-Treffpunkt Charlottenburg-Wilmersdorf, Untergeschoss der AOK, Zillestraße 10, 10585 Berlin, Tel. 32 290 29 61.

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG

Soziale Beratung in der Praxis Dr. med. Ufuk Sentürk

NEU: Jeden dritten Dienstag im Monat findet künftig unsere soziale Beratung von 15-17 Uhr in der Praxis Dr. med. Sentürk statt.

Ort: Praxis Dr. med. Ufuk Sentürk te SOSYAL DANISMA GÜNÜ, Yorckstr. 84a, 10965 Berlin

Adresinde Her ayin üçüncü haftasında Sali günleri Saat 15-17 arasında Rheuma-Liga tarafından sosyal danışmanlık bulunmaktadır. Bilgi için Bayan Hilaria Bundschuh ya başvurabilirsiniz Tel. 32 290 29 54 veya bundschuh@rheuma-liga-berlin.de

Kontakt und Information:

Hilaria Bundschuh,
Tel. 32 290 29 54 oder bundschuh@rheuma-liga-berlin.de

LICHTENBERG

Neue Selbsthilfegruppe „Rheumatischer Formenkreis“

Im Januar 2014 fand ein erstes Gründungstreffen der Selbsthilfegruppe „Rheumatischer Formenkreis“ statt. Weitere Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen. Die Gruppe trifft sich jeden 4. Mittwoch im Monat von 17 bis 19 Uhr.

Ort: Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Kiezspinne FAS, Nachbarschaftlicher Interessenverbund e.V., Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin. (Raum am Empfang bitte erfragen)

Kontakt und Information:

Sylvia Thomas,
Tel. 32 290 29 64 oder thomas@rheuma-liga-berlin.de

MITTE

Neue Selbsthilfegruppe zum systemischen Lupus

Haben Sie Interesse an einem Austausch mit anderen Menschen, die auch an dieser seltenen rheumatischen Erkrankung leiden?

Neue Selbsthilfegruppe zur systemischen Sklerose

Haben Sie Interesse an einem Austausch mit anderen Menschen, die auch an der systemischen Sklerose, der Sklerodermie oder dem Crest-Syndrom leiden?

Kontakt und Information:

Sandra Bluhm,
Tel. 32 290 29 53 oder bluhm@rheuma-liga-berlin.de

NEUKÖLLN

Bezirksexperte gesucht

Wir suchen für Neukölln jemanden als Bezirksexperte. Für diese



ehrenamtliche Aufgabe kennen Sie sich im Bezirk gut aus. Sie verteilen Flyer und andere aktuelle Informationen in den Nachbarschaftszentren, besonders auch dort, wo unsere Selbsthilfegruppen vor Ort sind. Schön wäre es, wenn Sie sich regelmäßig beim Bezirksamt informieren könnten, welche Gesundheitsveranstaltungen in Neukölln stattfinden.

Kontakt und Information:

Sylvia Thomas (siehe oben)

Ehrenamtliche Berater



Erika Schmidt,
Horst Schmidt.

Montags, 10-12 Uhr

Horst Schmidt/Erika Schmidt, Rheuma-Liga-Treffpunkt im Haus des älteren Bürgers, Werbellinstr. 42, 12053 Berlin, Tel. 32 290 29 61.

PANKOW

Selbsthilfegruppe „Rheumatoide Arthritis“

Wir sind mehrere Interessenten für die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe „Rheumatoide Arthritis“ im Bezirk Pankow und suchen weitere Mitstreiterinnen und Mitstreiter im Alter von 40 bis 60 Jahren.

Kontakt und Information:

Hilaria Bundschuh (s. l. Spalte)

Ehrenamtlicher Berater

Frank Petzsch, Rentner, Prenzlauer Berg, seit 1992 an einer rheumatoïden Arthritis erkrankt.

Jeden 3. Montag im Monat
9-12 Uhr

Frank Petzsch, Rheuma-Liga-Treffpunkt Pankow, Reha-Tagesklinik im Forum Pankow, Hadlichstraße 19, 13187 Berlin, Tel. 32 290 29 54.

REINICKENDORF**Selbsthilfegruppe
„Fibromyalgie“**

NEU: Jeden ersten Mittwoch im Monat von 17-19 Uhr findet die Selbsthilfegruppe in der Ev. Familienbildungsstätte „Pastor-Weise-Haus“ in der 1. Etage statt, im Spießweg 7-9, 13437 Berlin.

Neue Interessenten sind herzlich willkommen.

Kontakt und Information:

Hilaria Bundschuh (s. S. 12)

STEGLITZ-ZEHLENDORF**Soziale Beratung im
Immanuel-Krankenhaus**

Zum Thema „Ihre Rechte im Sozialsystem“ informiert und berät die Rheuma-Liga Berlin monatlich jeden 4. Donnerstag, von 16 bis 17.30 Uhr. Sie erhalten dort Informationsmaterial der Rheuma-Liga und wir klären in der Gruppe Ihre Fragen, zum Beispiel zu Schwerbehinderung, Teilhabe am Arbeitsleben, Berentung, Krankheitsbewältigung,

Funktionstraining und den Angeboten der Rheuma-Liga Berlin.

Ort: Immanuel-Krankenhaus Berlin-Wannsee, Königstraße 63, 14109 Berlin

Kontakt und Information:

Kristine Jahn,
Tel. 32 290 29 52 oder
jahn@rheuma-liga-berlin.de

TEMPELHOF-SCHÖNEBERG**Neue Selbsthilfegruppe
Psoriasis arthrititis**

Die Selbsthilfegruppe „Psoriasis arthrititis“ trifft sich seit November jeden 3. Dienstag im Monat in der Zeit von 17-19 Uhr im Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum, Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin. Weitere Interessenten sind herzlich willkommen. Um Anmeldung wird gebeten.

Kontakt und Information:

Stefan Brang,
Tel. 32 290 29 65 oder
brang@rheuma-liga-berlin.de

Von Berlin nach Lucca

Opernchöre und bekannte Arien

Benefizkonzert zugunsten unseres Generationenbades im Rahmen des Europäischen Protesttags 2014

Werke von Lortzing, Puccini, Verdi, Mozart, Mendelssohn u.a.m. mit Michelle Buscemi (Sopran, Lucca), Mattia Campetti (Bariton, Lucca), Peter Paul (Bariton, Berlin) und der Lukas Kantorei sowie einer Komposition des italienischen Komponisten Girolamo Deraco in Verbindung mit dem Generationenbad – lassen Sie sich überraschen!

In den Konzerten wird für das Projekt »Generationenbad« gesammelt.

Eintritt: 12 €/ 6 € ermäßigt

(u. a. für Mitglieder der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.)

Sonnabend, 10. Mai 2014, 18 Uhr

St. Lukas Kirche Kreuzberg

Bernburger Str. 3-5, 10963 Berlin

Verkehrsverbindungen

S-Anhalter Bahnhof,

U-Mendelssohn-Bartholdy-Park

DB Potsdamer Platz, Bus: M29, M41

Freitag, 9. Mai 2014, 19 Uhr

Begegnungshalle

der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.

Mariendorfer Damm 159,

12107 Berlin

Verkehrsverbindungen

U-Alt-Mariendorf (U6), Bus: M76, X76, 179

Ohne vorherige Anmeldung. Weitere Informationen:

Gerd Rosinsky, Tel. 32 290 29 40 oder zirp@rheuma-liga-berlin.de,

www.rheuma-liga-berlin.de

AKTION
MENSCH

Freie Kursplätze in den Bezirken



Für Anmeldung und bei Rückfragen steht das Team der Mitgliederbetreuung unter Tel. 030 32 290 29 10 oder kurse@rheuma-liga-berlin.de gerne zur Verfügung.

Aktuell freie Kursplätze: Wassergymnastik

PANKOW **NEU**

Aquaphine

Erich-Weinert-Str. 145
10409 Berlin
montags 8.30 - 10 Uhr

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG

Baerwaldbad

Baerwaldstr. 64 - 67,
10961 Berlin
freitags 11.30 - 13 Uhr

NEUKÖLLN

Physio-Therapiezentrum GbR

Werbellinstr. 42,
12053 Berlin
freitags 19 - 20 Uhr

Aktuell freie Kursplätze: Gelenk- und Wirbelsäulengymnastik

CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF

Arno-Fuchs-Schule

Richard-Wagner-Str. 30
10585 Berlin
dienstags 19 - 20 Uhr

Rheuma-Liga-Treffpunkt

Untergeschoss der AOK
Zillestr. 10
10585 Berlin

Neu: Hockergymnastik

donnerstags 16.30 - 18.30 Uhr

MITTE

Mobile

Adolfstr.12
13347 Berlin

Hockergymnastik

mittwochs 12.30 - 13.30 Uhr

NEUKÖLLN

Sportstudio Gym 80 Erdmann GmbH

Lahnstraße 52
12055 Berlin
montags 15 - 16 Uhr

REINICKENDORF

Diakonie

An der Wildbahn 125
13503 Berlin
donnerstags 16 - 18 Uhr

SPANDAU

Ev. Waldkrankenhaus Spandau

Stadtrandstr. 555 - 561
13589 Berlin
dienstags 19 - 20 Uhr

Turnhalle der AOK

Galenstr. 10
13597 Berlin
dienstags 19 - 20 Uhr

STEGLITZ-ZEHLENDORF

Immanuel Krankenhaus

Königstr. 63
14109 Berlin
Dienstag 17 - 19 Uhr
Mittwoch 17 - 18 Uhr

Theodor-Wenzel-Werk

Potsdamer Chaussee 70
14129 Berlin
montags 19 - 20 Uhr
donnerstags 16 - 19 Uhr

Aktuell freie Kursplätze: Angebote für Körper und Seele

CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF **NEU**

Rheuma-Liga-Treffpunkt

Untergeschoss der AOK
Zillestraße 10,
10585 Berlin

Qigong

montags 18 - 19.30 Uhr

Feldenkrais

mittwochs 15.30 - 17 Uhr

TEMPELHOF-SCHÖNEBERG **NEU**

Begegnungshalle der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.

Mariendorfer Damm 159,
12107 Berlin

Autogenes Training

donnerstags 11 - 12.30 Uhr

Schmerzbewältigung

Geplant Juni 2014
mittwochs 11 - 12.30 Uhr

MITTE

Rheuma-Liga-Treffpunkt

Luisenstr. 11-13,
10117 Berlin

Qigong

montags 16 - 17.30 Uhr

STEGLITZ-ZEHLENDORF

Rheuma-Liga-Treffpunkt

Schützenstr. 52
12165 Berlin

Aquarellmalen

montags & freitags 10 - 13 Uhr

Atem und Bewegung

mittwochs 18 - 19.30 Uhr

Feldenkrais

montags 11.15 - 15.45 Uhr
donnerstags 9.15 - 10.45 Uhr

Heilkraft des Atems

mittwochs 9 - 10.30 Uhr

Malen mit Musik

mittwochs 10.30 - 12.30 Uhr

Ehrenamtliches Engagement in der Rheuma-Liga Berlin

Erfahrungsbericht: Der Besuchsdienst für schwerst rheumakranke Menschen

Zehn Jahre besuchte ich ehrenamtlich Frau Gelbrich. Viel haben wir zusammen unternommen: Anfangs sind wir gemeinsam zur Kur und mit meiner Selbsthilfegruppe zur Weihnachtsgala ins Hotel Intercontinental gefahren. Dann kam der Rollator und ihre Einschränkungen nahmen so zu, dass Frau Gelbrich ins Altersheim ziehen musste.

Dort setzten wir unsere gemeinsamen Treffen über fünf Jahre fort. Nun besuchten wir halt die Weihnachtsfeier im Heim und erinnerten uns an die im Intercontinental. Auch besuchte ich Frau Gelbrich an ihrem 90. Geburtstag. Schön, dass es den Besucherdienst gibt! Ihr tat der Besuch gut und ich freue mich, sie kennengelernt zu haben. Ich hof-

fe, wir treffen uns noch lange – und feiern auch noch ihren 95. Geburtstag! (Leider ist Frau Gelbrich im letzten Jahr verstorben, Anm. der Red.)

Von Margret Dontsch-Lange, ehrenamtlich aktiv im Besuchsdienst

Besuchsdienst sucht weitere Unterstützung

Unser Besuchsdienst für schwerst rheumakranke Menschen sucht ehrenamtliche Unterstützung. Der Besuchsdienst führt mobilitätseingeschränkte Menschen zusammen mit Menschen, die anderen etwas von ihrer Zeit schenken möchten. Ausführliche Informationen erhalten Sie in einem persönlichen Erstgespräch, zudem arbeiten wir Sie ein und beraten Sie fortlaufend.

Momentan suchen wir Besuch für folgende Personen:

Frau F.: Siemensstadt

Frau K.: 82 Jahre, für Ausflüge/Roseneck

Frau K.: Onkel-Tom-Straße/Zehlendorf

Frau M.: um 70 Jahre, Ringslebenstr./Neukölln

Frau R.: um 80 Jahre/Westend

Frau S.: Lilly-Braun-Straße/Hellersdorf

Frau Sch.: Tiergarten

Frau Sch.: Sundgauer Straße/Zehlendorf

Kontakt und Information:
Kristine Jahn,
Tel. 32 290 29 52 oder
jahn@rheuma-liga-berlin.de



Ehrenamt - dringend gesucht...

In vielen Bereichen und Projekten suchen wir weiterhin dringend Unterstützung. Ihr Engagement ermöglicht es, das sich die Rheuma-Liga noch stärker für die Interessen rheumakranker Menschen einsetzen kann.

Also, wir warten auf Sie:

► Werden Sie Praxisengel in rheumatologischen Arztpraxen:

Sie sprechen mit den Patienten und weisen auf unsere Beratungs- und Selbsthilfemöglichkeiten hin.

► Sie wollen lieber etwas mit Kindern machen? Machen Sie mit bei unserem Kinderbegleitprogramm »Hand in Hand«.

► Und auch bei Veranstaltungen und Messen suchen wir Hilfen bei der Vor- und Nach-

bereitung sowie Standbetreuer.

► Außerdem suchen wir Fahrerinnen und Fahrer mit dem Führerschein Klasse B für Ausflugsfahrten.

► Gerne können Sie auch unser Bauvorhaben Generationenbad unterstützen, indem Sie einen Tag pro Woche für einige Stunden die Ausstellung zum Generationenbad betreuen.



Rheuma-Liga-Treffpunkt Charlottenburg: Die ehrenamtliche Beraterin Jutta Krüger im Gespräch mit einer Besucherin.

- ▶ Sie sind künstlerisch und kreativ veranlagt: Diverse Möglichkeiten warten auf Sie.
- ▶ Wir suchen Treffpunktengel in Steglitz-Zehlendorf und Charlottenburg-Wilmersdorf: Sie empfangen Besucher, telefonieren, geben Info-Material heraus oder schauen bei Bedarf mal nach dem Rechten.
- ▶ Als Bezirksexperten helfen Sie uns, indem Sie aktuelle Informationsmaterialien aus den Bezirken für die Rheuma-Liga zusammentragen und zum Beispiel Adressen, Telefonnummern und relevante Bezirksveranstaltungen recherchieren.

▶ Oder möchten Sie »Experte aus Betroffenheit« werden? So können Sie ihr Wissen und Ihre Erfahrung weitergeben: In der medizinischen Ausbildung und als Ansprechpartner für Betroffene.

▶ Möchten Sie uns vielleicht unterstützen, indem Sie Kaffee für Besprechungen kochen oder sich um die Bewirtung kümmern? Demnächst wollen wir auch Kochkurse in unserer Begeg-

nungshalle anbieten, wo Sie sich einbringen können. Wir freuen uns auf Sie – rufen Sie uns an oder schreiben Sie eine E-Mail.

Kontakt und Information:
Yasmin Schulze,
 Tel. 32 290 29 51 oder
beratung@rheuma-liga-berlin.de

Ehrenamtliche unterstützen Mitgliederbetreuung



Die ehrenamtliche Mitarbeiterin Heidi Kohlhoff unterstützt das Projekt »Ehrenamtliche am Telefon«.

Die Mitgliederbetreuung der Rheuma-Liga Berlin wird durch zusätzliche ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter un-

terstützt. Sie stehen unseren Mitgliedern als Ansprechpartner zur Verfügung. Damit sie gut beraten können, erhalten Sie eine Basischulung zum Thema »Kommunikation«, einen Auffrischkurs für die Arbeit am PC und werden persönlich am Empfang in der Geschäftsstelle am Mariendorfer Damm eingearbeitet. Wir suchen jederzeit weitere Ehrenamtliche für Aufgaben in Empfang und Büro!

Kontakt und Information:
Michael Porzyczki,
 Tel. 32 290 29 10 oder
porzyczki@rheuma-liga-berlin.de

Bezirksexperten und Rheuma-Praxis-Engel werden gefördert durch DRV Berlin-Brandenburg, DRV Bund und die Glücksspirale. Treffpunktengel und ehrenamtliche Berater werden unterstützt durch die DAK und den Generali Zukunftsfonds. Die IKK Brandenburg und Berlin unterstützt „Experten aus Betroffenheit“.

Des Rätsels Lösung:

M	L	O	P	M
R	A	D	I	K
K	I	E	S	B
Q	U	E	B	E
L	S	C	H	L
P	A	K	T	L
A	E	R	O	B
G	E	L	A	R
H	I	R	T	A
R	E	B	E	K
M	E	I	S	E
N	A	R	Z	I
L	B	A	S	I
E	I	D	A	M
G	A	R	P	O



Sibyllenbad - Schmerzlinderung durch Radon-Balneotherapie

Die Sibyllenbader Radon-Balneotherapie

Die Sibyllenbader Radon-Balneotherapie umfasst eine Serie von circa **zehn Einzelbädern** bei 36°C Wassertemperatur. Die Badezeit beträgt 20 Minuten mit einer anschließenden Ruhezeit von noch einmal 20 Minuten. Radonbäder werden **nur auf ärztliche Verordnung** abgegeben. Die ärztliche Beratung erfolgt durch den ärztlichen Leiter und Badearzt des Sibyllenbades, Dr. Omparkash Raj. **Die ärztliche Beratung, Anwendungen, physikalische Therapie und Krankengymnastik finden**

Modernisierung der Kundenbereiche für rund 9 Millionen Euro abgeschlossen:

- **Sanierung der kompletten Heilwasser-Badelandschaft und Erweiterung um ein Attraktionsbecken beendet** – alle Einrichtungen in Betrieb, attraktive Lichteffekte und Attraktionen
- **Erweiterung der medizinischen Abteilung** mit neuen Behandlungsräumen, Ruhe- und Präventionsraum sowie Umkleiden abgeschlossen
- **Neubau von Sauna Nummer acht**, Ruhebereich mit Wasserbetten sowie Erlebnisduschen in Betrieb

Freuen Sie sich mit unserem Team auf ein noch attraktiveres Sibyllenbad. Sibyllenbad – tut einfach gut!

im Kurmittelhaus Sibyllenbad statt. Dort befindet sich auch die Heilwasser-Badelandschaft sowie die Wellnesslandschaft.

Die Radontherapie bringt Entzündungshemmung sowie lang anhaltende Schmerzlinderung bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises sowie Wirbelsäulenerkrankungen.



Vorrangige Heilanzeigen:

- **Chronisch entzündliche rheumatische Erkrankungen** (chronisches Gelenkrheuma, Bechterew'sche Erkrankung, Weichteilrheumatismus)
- **Chronisch degenerative (nicht entzündliche) rheumatische Erkrankungen** (Arthrosen, Arthrosen bei Gicht, Arthrosen bei Psoriasis, Fibromyalgie, Wirbelsäulenerkrankungen und bei Zustand nach Gelenkprothesen oder Bandscheibenoperationen)

Sibyllenbader Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder

– **mehr Effektivität und Verträglichkeit auch für Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Hypertonie.**

Einzigartig sind die Sibyllenbader Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder. Die Therapie beruht auf der

Abgabe von kohlenstoffmineralhaltigen Heilwasser aus der Sibyllenquelle

mit anschließendem Zufluss radonhaltigen Heilwassers unterhalb der Wasseroberfläche. Das Radon-Kohlensäure-Kombinationsbad umfasst zirka drei Wannenfüllungen mit Heilwasser. Das vorherige Baden in Kohlensäure-Mineralheilwasser **verbessert die Durchblutung, entlastet Herz-Kreislauf** und verstärkt gleichzeitig die Aufnahmefähigkeit von Radon. Dadurch wird die Effektivität der Radontherapie entscheidend verbessert. **Durch die Kombinationstherapie ist die Radontherapie für Rheumapatienten mit Erkrankungen des Herz- und Gefäßsystems sowie Hypertonie möglich geworden.**

Die Radontherapie kann über die gesetzlichen Krankenkassen nur im Rahmen einer ambulanten Vorsorgemaßnahme oder privat abgerechnet werden.

Kur · Wellness
Orientalischer BadeTempel

Sibyllenbad

MEDIZINPAKET 2:

Radon-Kohlensäure-Kombinationstherapie (14 Tage)

- **Beratungsgespräch** beim leitenden Badearzt
- **Zehn Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder**
- **14 Mal Tageskarte** für die Heilwasser-Badelandschaft (Mit Tageskarten können Sie das Bad bis zu sieben Mal verlassen und wiederkommen!)

Preis pro Person
ohne Übernachtung **233,00 €**

Infos und Kataloganforderung unter:

SIBYLLENBAD · Kurallee 1 · 95698 Neualbenreuth/OPf. · Tel. 09638/933-0 · Fax 09638/933-190 · info@sibyllenbad.de

Jubiläum: 20 Jahre »Young-middle« Rheuma-Gruppe

Mit acht interessierten Frauen wurde die Gruppe im November 1992 gegründet. Anfangs wechselten die Teilnehmer häufiger, bis sich langsam ein fester Stamm bildete und eine Gruppenvertreterin gewählt wurde. Heute sind von den Gründungsmitgliedern noch drei Frauen übrig, einige der aktuellen Mitglieder schon über zehn Jahre bei uns. Als Gruppe treffen wir uns regelmäßig zu Gesprächsab-

den und manchmal unternehmen wir gemeinsam etwas. Unser Jubiläum feierten wir in einem Steglitzer Restaurant. Dort stießen wir auf die gemeinsamen 20 Jahre an und auf die Zugehörigkeit zur Rheuma-Liga Berlin. Zu diesem Anlass beschrieb jede von uns, was ihr an der »Young-middle« Rheuma-Gruppe wichtig ist. Viele fanden es schön, gemeinsam mit anderen Betroffenen etwas zu unternehmen, nicht

allein mit der Krankheit zu sein. Andere betonten, wie die Gruppe Halt in schwierigen Situationen geben und den Umgang mit der Krankheit erleichtern kann. Gerade auch der Austausch über „Rheuma“ ist für viele wichtig, denn sie haben viele Fragen und suchen Tipps im Umgang mit einer rheumatischen Erkrankung.

Von Elke Büttner,
Gruppensprecherin



Interessenvertretung: Unterschriftenaktion gegen Unterversorgung von Rheumapatienten am Rande des Benefizkonzerts am 1. März.

Interessenvertretung

Die AG Soziales ist das sozialpolitische Sprachrohr der Rheuma-Liga Berlin. Alle Mitglieder und alle anderen Interessierten sind herzlich eingeladen, an ihren Sitzungen teilzunehmen. In der nächsten Sitzung am 16.6.14 (16-18 Uhr) wird sich die AG Soziales unter anderem mit den folgenden Themen befassen:

- ▶ Patientenrechte im Gesundheitssystem
- ▶ Betreuungsrecht.

Ort:

Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum,
Mariendorfer Damm 161a,
12107 Berlin.

Kontakt und Information:

Yasmin Schulze,
Tel. 32 290 29 51 oder
beratung@rheuma-liga-berlin.de.

- ▶ Schließung von Bewegungsbädern
- ▶ Barrierefreiheit

NACHRUF:

Wir trauern um Ingeborg Thiel

Am 15.11.2013 verstarb Ingeborg Thiel im 91. Lebensjahr. Sie gehörte seit über 10 Jahren in unsere Spandauer Rheuma-Selbsthilfegruppe. Ingeborg Thiel war eine aufgeschlossene, freundliche Person, an vielen Dingen des Lebens interessiert, vor allem an der Politik. Wir haben Ingeborg Thiel bis zu ihrem Tode begleitet durch wertvolle Gespräche und Besuche. Wir vergessen sie nicht!

Im Namen der
Rheuma-Selbsthilfegruppe
Jutta Brauer



bei Ingeborg im Katharinenhof am 12.4.2013

Weltklänge

Konzert für Flöte, Klarinette und Vibrafon

Benefizkonzert zugunsten unseres Generationenbades im Rahmen des Europäischen Protesttags 2014

Musik zwischen den Genres und Welten mit Künstlern aus aller Welt sowie von und mit dem italienischen Komponisten Girolamo Deraco, der sich künstlerisch für das Gelingen des Baus eines Generationenbades einsetzt.

In den Konzerten wird für das Projekt »Generationenbad« gesammelt.

Eintritt: 12 €/ 6 € ermäßigt
(u. a. für Mitglieder der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.)

Sonnabend, 3. Mai 2014, 19.30 Uhr
St. Lukas Kirche Kreuzberg

Bernburger Str. 3-5, 10963 Berlin

Verkehrsverbindungen

S-Anhalter Bahnhof,
U-Mendelssohn-Bartholdy-Park
DB Potsdamer Platz, Bus: M29, M41

Sonntag, 4. Mai 2014, 17 - 19 Uhr

Begegnungshalle

der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.

Mariendorfer Damm 159,
12107 Berlin

Verkehrsverbindungen

U-Alt-Mariendorf (U6), Bus: M76, X76, 179

Ohne vorherige Anmeldung. Weitere Informationen:

Gerd Rosinsky, Tel. 32 290 29 40 oder zirp@rheuma-liga-berlin.de,
www.rheuma-liga-berlin.de



Abano-Terme

Kurreisen nach Abano-Terme 2014/2015

Frau
Ingeborg Esser
Draisweg 12

12209 Berlin

Für eine Anmeldung senden Sie bitte diesen Abschnitt an mich oder rufen Sie mich an unter 030/773 46 57.

Ich bin interessiert an einem Kuraufenthalt in Abano-Terme von:

Herbstreise für 2-3 Wochen ab 19.10.14

Ein Beratungsgespräch findet auf Anfrage statt.

Frühjahrsreise 2015 15.4. - 6.5. 22.4. - 13.5.

Ein Beratungsgespräch findet am Freitag, 18.7.2014, 15 Uhr im Draisweg 12, 12209 Berlin statt.

Andere Termine, auch Einzelreise, auf Anfrage möglich.

Name	
Vorname	
Straße	
PLZ	Ort
Telefon	

Bitte ankreuzen: Einzelzimmer Doppelzimmer

»Herzlichen Dank« an alle Mitglieder und Förderer der Arbeit der Rheuma-Liga!

Mit ihren Spenden unterstützen Sie wichtige Vorhaben, die rheumakranken Menschen mehr Mobilität und auch mehr Miteinander ermöglichen. Seien Sie gemeinsam mit uns »aktiv gegen Rheuma«.

»Fliese für Fliese« – helfen Sie mit, unser GENERATIONENBAD zu verwirklichen!

Im GENERATIONENBAD will die Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V. für Betroffene Gruppengymnastik mit Wasserbewegungskursen, Wärme- und Kältekammern sowie modernen Geräten (z. B. Wasserfahrrädern) anbieten. Die Bauplanungsunterlagen sind eingereicht, sobald die Genehmigung vorliegt, kann der Bau beginnen! Das Projekt ist im Bezirk Tempelhof-Schöneberg angesie-

delt, der rheumatologisch sehr stark unterversorgt ist, soll aber über Berlin hinaus bekannt gemacht werden. Von rheumatischen Erkrankungen betroffen sind in Berlin über 2.000 Kinder und Jugendliche sowie über 60.000 Erwachsene.¹⁾ Mit dem GENERATIONENBAD soll das Selbstbewusstsein der durch Erkrankung benachteiligten Kinder und Jugendlichen gestärkt werden. Die Angebote zur Verbesserung von Inklusion und Teilhabe werden therapeutisch begleitet.

Bewegung erhöht die Lebensfreude, Mobilität und Kondition, hilft Erstarrungen vorzubeugen, und trägt zur Verbesserung von Selbstbewusstsein, Körpergefühl und Balance bei.

1) Diese Zahl umfasst nur die entzündlichen Erkrankungen, die Zahl der Menschen mit Arthrosen liegt bei ca. 100.000 in Berlin.

Ansprechpartner:
Gerd Rosinsky,
Tel. 32 290 29 40
Kennwort:
»Generationenbad-8«



Spenden und Mitgliedsbeiträge sind bei der Einkommens- und Körperschaftssteuer absetzbar, da die Deutsche Rheuma-Liga als gemeinnütziger Verein anerkannt und berechtigt ist, Spendenbestätigungen auszustellen (Freistellungsbescheid des Finanzamtes vom 17.7.2013, Steuer-Nr. 27/663/54064).

Barrierefreier Zugang

Jedes Mitglied und jeder Gast, der in das Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum kommt, soll alle Räume betreten, befahren und selbständig, unabhängig und weitgehend ohne fremde Hilfe nutzen können. Deshalb hat die Rheuma-Liga Berlin mit Fördergeldern dort einen Plattformlift im Eingangsbereich eingebaut, damit die fünf Treppenstufen überwunden werden können. Rollstuhlfahrer konnten

zuvor nur über einen Umweg in unser Zentrum gelangen. Für das Projekt benötigen wir jedoch auch nach der Umsetzung Ihre Unterstützung, um die Deckungslücke in Höhe von zur Zeit noch 9.000 € leisten zu können. Diese Gelder hat die Rheuma-Liga Berlin zunächst vorfinanziert. Sie werden aber für andere Projekte benötigt, die Ihnen, liebes Mitglied, zugutekommen.

Ansprechpartner:
Gerd Rosinsky,
Tel. 32 290 29 40
Kennwort: »Barrierefreiheit«

SPENDEN AN :

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Bank für Sozialwirtschaft,
BLZ: 100 205 00,
Spendenkonto 45 45,
IBAN:
DE13 1002 0500 0003 3891 03,
BIC: BFS WDE 33 BER
Bitte Kennwort angeben!

Spielwiese

Teil in der Netzhaut	Herzengsdame	Zustimmung	kirchlicher Ehrentitel	Schalltrichter	Prüfungsergebnis
Gartengemüse	Mehrzahlartikel	Flaschenverschluss	Oberbürgermeister	geizen	
Baustoff		Abkürzung Sekunde	Zahlenlotto		
größte Provinz Kanadas			Bleichmittel	Dienstgrad Marine	
Bündnis	Schlinge			Lippenlaut	
	Geschossdurchmesser	Wurfseil	freundlicher Hinweis		Primzahl
bringt Haare in Form	Luftsauerstoff früher			open	
		Menschenrasse aufbrausend		Helden-erzählung	Brillenfachmann
Schafhüter			Atemstillstand dreist, flott		
Weinpflanze		Toilette	Katzenrasse	KFZ Pinneberg die Besten	
Singvogel				Garnitur	Bindewort
eitler Selbstbewunderer				Depot, Speicher	
				Augenteil	
alte Bezeichnung Schwiegersohn	Kirchengebäude			Eisenbahnfahrzeug	
	KFZ Darmstadt				
			Wassertiefen messen		
durchgekocht		Kartenspielen			

Weitere knifflige Rätsel unter www.raetsel.dino.de

Viel Spaß beim Kreuzworträtsel!

Die Lösung finden Sie wieder irgendwo versteckt in diesem Heft.

Scherzkeks



IMPRESSUM

agil – Info der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V. ist die Informationsschrift von

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Vorstand:
Präsident: Dr. Helmut Sörensen
Stellvertreter/-innen:
Gerlinde Bendzuck, Detlef Schmidt
Schatzmeister: Harald Kussin
Vorstandsmitglieder:
Cornelia Baltscheit, Prof. Dr. Thomas Dörner, Dr. Holger Fricke, Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, Angelika Kapp, Karin Köppen, Daniela Winkels

Anschrift der Redaktion:
Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfzentrum, Malte Andersch Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin

Mitglied in: Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V., Paritätischer Wohlfahrtsverband Berlin, Berliner Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement, Landesvereinigung Selbsthilfe e.V.

Leserbriefe und Beiträge sind ausdrücklich erwünscht. Die Redaktion behält sich das Recht der redaktionellen Bearbeitung sowie Kürzung vor. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht immer die Meinung der Red. wieder.

agil enthält Informationen zu nicht verschreibungspflichtigen Medikamenten oder Therapien. Ihre Anwendung ersetzt in keinem Fall die Inanspruchnahme Ihres Arztes (Rheumatologen), weil nur dieser die Ursachen der Beschwerden erkennen und behandeln kann. Dies trifft insbesondere auf chronische, also rheumatische Leiden zu. Jede Bagatellescheinung kann Ausdruck einer ersten Krankheit sein, und ihre Selbstbehandlung unter Umgehung des Arztes bedeutet ein nicht zu unterschätzendes Gesundheitsrisiko!

Auflage: 12.000

Fotos: Jacqueline Hirscher, Edeltraut und Dr. Bernd Neumann, Susanne Troll/Thomas Diller, Archiv Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Gestaltung: Westkreuz-Verlag GmbH, verlag@westkreuz.de

Verlag: Westkreuz-Verlag GmbH Berlin/Bonn
Herstellung, Vertrieb und Anzeigen: Westkreuz-Druckerei Ahrens KG Berlin/Bonn, Töpchiner Weg 198/200, 12309 Berlin, Telefon (030) 745 20 47, Telefax (030) 745 30 66, druck@westkreuz.de, www.westkreuz.de

Anzeigen: Ihre Anzeigenwünsche nimmt Anke Lossin, Telefon (030) 745 20 47, E-Mail: anzeigen@westkreuz.de, entgegen.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 14.7.2014

Für die Unterstützung bedanken wir uns bei der Deutschen Rentenversicherung Berlin-Brandenburg.

Soziale Beratung und Begleitung - Ehrenamt - Selbsthilfe

SELBSTHILFEGRUPPEN

Der Erfahrungsaustausch in einer Selbsthilfegruppe vermittelt wichtige Informationen über den Umgang mit der Krankheit. Das Zusammensein und die Unterstützung durch die Gruppenmitglieder können helfen, die krankheitsbedingte Isolation zu durchbrechen und wieder Freude am Leben zu gewinnen: In Berlin gibt es 42 gemischte Gruppen und 27 Gruppen zu speziellen Krankheitsbildern (unter anderem Rheumatoide Arthritis, Arth-



MITGLIEDERWÜNSCHE

Sie haben wertvolle Anregungen, Kritik oder Beschwerden? Wir haben jederzeit ein »offenes Ohr« für Sie. Bitte wenden Sie sich telefonisch, per Post oder E-Mail an die Geschäftsführung: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., »Mitgliederwünsche«, Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin, Tel. 32 290 29 40, zirp@rheumaliga-berlin.de

rosen, Morbus Bechterew, Fibromyalgie, Kollagenosen, Psoriasis arthritis, Vaskulitis). Ferner gibt es Angebote für spezielle Altersgruppen (junge Rheumakranke im Alter von 18-35 Jahren, Rheumakranke im mittleren Lebensalter von 35-50 Jahren sowie einen Elternkreis zur Unterstützung von Familien mit rheumakranken Kindern) und Selbsthilfegruppen zu bestimmten Themenfeldern (Berufstätige, Türkische Frauen, Gesprächskreis Ernährung). Kontakt: Bitte wenden Sie sich an die zuständige Person aus der Sozialen Beratung (siehe Seite 23) oder rufen Sie uns an unter Tel. 32 290 29 50 an.

► Selbsthilfegruppen für türkische Frauen

Frau Bundschuh, Tel. 32 290 29 54

► Gesprächskreis Ernährung

Frau Dirks, Tel. 23 13 12 37

FREIZEIT- UND KREATIVGRUPPEN

Die Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V. bietet neben dem Funktionstraining und Bewegungstherapien auch Sonderkurse an, die mit Kreativität und Entspannung bei der Krankheitsbewältigung helfen und Lebensfreude und Energie vermitteln:

► Theatergruppe »Die Rheumutigen«

Frau Louis, Tel. 424 67 08

► Chor »Rheuma-Meisen«

Frau Sommer, Tel. 464 85 32

► Sitz-Tanzgruppe

Frau Eggert, Tel. 401 22 99

► Wandergruppe

N.N., Tel. 322 90 29 65

► Keramikarbeiten

Herr Bouvier, Mo.: Tel. 692 73 49

► Töpfern

Frau Dlugosch, Mi.: Tel. 363 37 65

► Unternehmungen

Frau Jahn, Tel. 211 65 78

► Malen mit Musik

Bettina Schilling, Bildende Künstlerin, Tel. 218 32 37

Siehe auch »freie Kursplätze«, S. 14.

RHEUMAKRANKE KINDER

Soziale Beratung

- im Sozialpädiatrischen Zentrum der Charité, Campus im Virchow Klinikum, Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin. Jeden Dienstag 14-17 Uhr
- in der Helios Klinik Berlin Schwanebecker Chaussee 50,

13125 Berlin. Jeden Donnerstag von 13.30 - 17 Uhr Herr Böhm, Tel. 32 290 29 62

► Rheumafoon:

Frau Kapp, Tel. 0178-134 68 44

► Rheumakranke Kinder/ Elternkreis:

Herr Böhm, Tel. 32 290 29 62

► »Hand-in-Hand«-

Kinderbegleitprojekt

Herr Brang, Tel. 32 290 29 65

WEITERE ALTERSGRUPPEN

Sie möchten in eine Gruppe mit gleichaltrigen Betroffenen? Wir stellen gerne den Kontakt her (bitte auch S. 23 beachten):

► Junge Rheumakranke im Alter von 18 - 35:

Frau Schulze, 32 290 29 51

► Rheumakranke im mittleren Lebensalter im Alter von 35 - 50 Jahren:

Frau Schulze, Tel. 32 290 29 51

► Rheumafoon (Beratung für junge Rheumakranke):

Frau Balschun, Tel. 855 55 35

► Rheuma-Stammtisch

Ferner gibt es den Stammtisch für jüngere Rheumakranke, ein Austausch in zwangloser und geselliger Atmosphäre. Treffpunkt: Restaurant/Kneipe »Deichgraf«, Nordufer 10, 13352 Berlin-Wedding, jeden letzten Mittwoch im Monat ab 19 Uhr, außer im Dezember. Kontakt über Frau Schulze, Tel. 32 290 29 51.

SOZIALE BERATUNG

In einem persönlichen Beratungsgespräch in unseren Rheuma-Liga-Treffpunkten nehmen wir uns die Zeit, Ihre Situation ganzheitlich zu betrachten und mit Ihnen gemeinsam Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Gemeinsam sind wir stark.
Werden Sie Mitglied!

Ihre Ansprechpartner finden Sie unter der Tel. 32 290 29 50.

EHRENAMTLICHE BERATUNG

Weiter findet Beratung in unseren Treffpunkten und in Arztpraxen auch durch unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter statt. »Experten aus Betroffenheit« informieren aktuell und umfassend über unsere Angebote und Selbsthilfemöglichkeiten. Kontakt: Soziale Beratung unter der Tel. 32 290 29 50. (siehe auch Seite 12-13, Selbsthilfe)

BERATUNG ZU THEMEN

Rechtsberatung

- Rechtsanwalt Dr. Robert Heimbach, jeden 3. Mittwoch im Monat, 16 - 18 Uhr, Ort: ④ ab Februar jeden 1. Montag im Monat, 16 - 18 Uhr, Ort: siehe ③
- Rechtsanwalt Johann Trülzsch, jeden 1. und 3. Montag im Monat, 16.30 - 18 Uhr, Ort: siehe ①

Rentenberatung

- Marianne Kellner, jeden 2. Montag im Monat, ab 13 Uhr, Ort: siehe ①.
- Ursula Hoffmann, jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, 16 - 18.15 Uhr, Ort: siehe ②.

Pflegeberatung

- Sozialstation „Medizin Mobil“ jeden 3. Mittwoch im Monat, 16.30 - 18 Uhr, Ort: ①.

Beratung Physio- und Ergotherapie

- Mit Sylke Liesegang, erfahrene Physiotherapeutin. Termin nach Vereinbarung, Ort: siehe ①

Information und Anmeldung:

Stefan Brang,
Tel. 32 290 29 65 oder
brang@rheuma-liga-berlin.de

Rheuma-Liga-Treffpunkte und Sozialarbeiterinnen in den Bezirken:

Reinickendorf

Hilaria Bundschuh
Tel. 32 290 29 54

Spandau

Stefan Brang
Tel. 32 290 29 65

Charlottenburg/ Wilmersdorf

Peter Böhm
Tel. 32 290 29 62
Treffpunkt:
Zillestraße 10
(Untergeschoss AOK), 10585 Berlin.
Sprechzeiten:
Di 10 - 12 Uhr
Mi 9 - 13 Uhr,
Do 15 - 18 Uhr
Tel. 32 290 29 61

Steglitz/ Zehlendorf ZIRP

Kristine Jahn
Tel. 32 290 29 52
Treffpunkt:
Schützenstraße 52,
12165 Berlin,
Sprechzeiten:
Mi 12 - 16 Uhr,
Do 9 - 12 Uhr

Mitte

Sandra Bluhm
Tel. 32 290 29 53
Treffpunkt:
Charité Campus Mitte;
III. Ebene, Eingang
Poliklinik, Luisen-
straße 13, 10117 Berlin,
Sprechzeiten: Mo 9 - 11
Uhr, Mi 16 - 18 Uhr

Pankow

Hilaria Bundschuh
Tel. 32 290 29 54
Treffpunkt:
Reha-Tagesklinik im
Forum Pankow,
Hadlichstraße 19,
13187 Berlin,
Sprechzeiten:
Mo 9 - 12 Uhr

Friedrichshain/ Kreuzberg

Hilaria Bundschuh
Tel. 32 290 29 54

Lichtenberg/ Hohenschönhausen

Sylvia Thomas
Tel. 32 290 29 64

Marzahn/ Hellersdorf

Sylvia Thomas
Tel. 32 290 29 64

Treptow/Köpenick

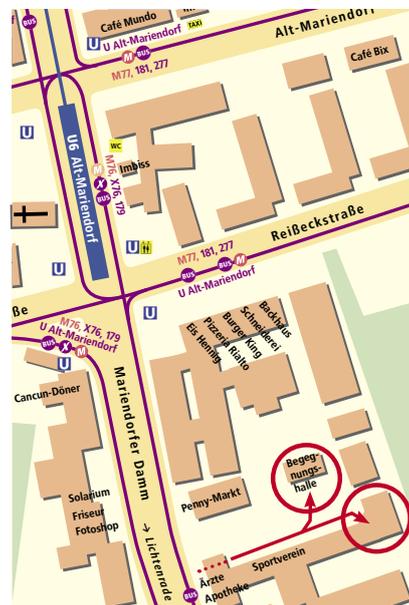
Kristine Jahn
Tel. 32 290 29 52

Tempelhof/ Schöneberg

Stefan Brang
Tel. 32 290 29 65

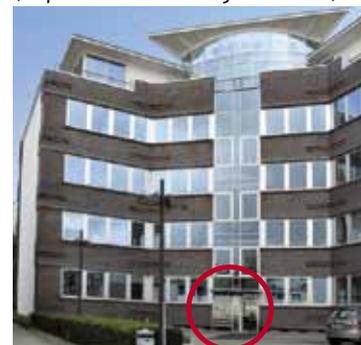
Neukölln:

Sylvia Thomas, Tel. 32 290 29 54
Treffpunkt: Haus des älteren Bürgers,
Werbellinstr. 42, 12053 Berlin,
Sprechzeiten: Do 9 - 11 Uhr, Mo 10 - 12 Uhr



Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum
Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin
Eingang: durch die Hofeinfahrt
(siehe Karte: roter Pfeil)

Sprechzeiten: Mo, Di, Do 9 - 13 Uhr,
Mi 15 - 18 Uhr, Fr 9 - 12 Uhr
(außer letzter Freitag im Monat)



Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum

Mariendorfer Damm 161 a,
12107 Berlin
Tel 030 32 290 290
Fax 030 32 290 29 39
zirp@rheuma-liga-berlin.de
www.rheuma-liga-berlin.de

Schirmherrin: Monika Dieppen
Präsident: Dr. Helmut Sörensen
Geschäftsführer: Gerd Rosinsky

Bank für Sozialwirtschaft
Konto: 33 89 100
BLZ: 100 205 00
IBAN DE94100205000003389100
BIC BFSWDE33BER



Ihre Ansprechpartner:

**Mitgliederbetreuung und
Gruppenangebote für
Körper und Seele**
(Kurse, Funktionstraining,
Schulungen, Fortbildungen,
Mitgliedschaft)

**Presse, Öffentlichkeit,
Veranstaltungen**

**Soziale Beratung,
Selbsthilfegruppen,
Ehrenamt**

Online Beratung

- ▶ www.rheuma-liga-berlin.de
- ▶ www.rheumaberatung.de

- ▶ Tel. 030 32 290 29 10
E-Mail: kurse@rheuma-liga-berlin.de

Sprechzeiten:
Mo-Fr 9-13 Uhr
Do 9-13 Uhr/14-17 Uhr

Schließtage:
Freitag, den 2. Mai und
Freitag, den 30. Mai.

- ▶ Tel. 030 32 290 29 24
E-Mail: presse@rheuma-liga-berlin.de

- ▶ Tel. 030 32 290 29 50
E-Mail: beratung@rheuma-liga-berlin.de



Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.

Schmerzlinderung durch Radon Sächsische Staatsbäder GmbH Bad Brambach

Sachsens südlichstes Heilbad Bad Brambach zählt mit seiner mehr als 100-jährigen Kurtradition zu den renommiertesten Radonheilbädern Europas. Hier sprudelt die stärkste für Trinkkuren verwendete Radonquelle weltweit.

Bad Brambacher Radontherapie

Bäder in Radon-Kohlensäure-Mineralheilwasser versprechen eine positive Wirkung auf den Stütz- und Bewegungsapparat, bei rheumatischen Beschwerden, Arthrose und Morbus Bechterew.

Radon aktiviert den Stoffwechsel sowie die Selbstheilungskräfte und erhöht die Ausschüttung von Endorphinen, die zur Schmerzlinderung beitragen. Gleichzeitig entlastet die im Radon-Mineralheilwasser enthaltene Kohlensäure das Herz-Kreislauf-System.

Langanhaltende Schmerzlinderung

Die schmerzlindernde Wirkung der Radontherapie kann noch mehrere Monate nach der Behandlung anhalten.



Sächsische Staatsbäder
BAD BRAMBACH

Radon- Schnupperkur

8 Tage, 7 Nächte inkl. HP

- 3 Radon-Kohlensäure-Vollbäder
- 2 Klassische Massagen
- 2 Fangopackungen
- Ärztliche Untersuchung

Und vieles mehr:

Aqua-Sport, Klangentspannung, Infrarot-Tiefenwärme, tägliche Nutzung Bade- und Saunalandschaft / Fitnessraum, Trinkkur

ab 499,- Euro p.P. im DZ

INFORMATIONEN:

Sächsische Staatsbäder GmbH
Badstr. 47, 08648 Bad Brambach

Tel. 037437 71-111

www.saechsische-staatsbaeder.de