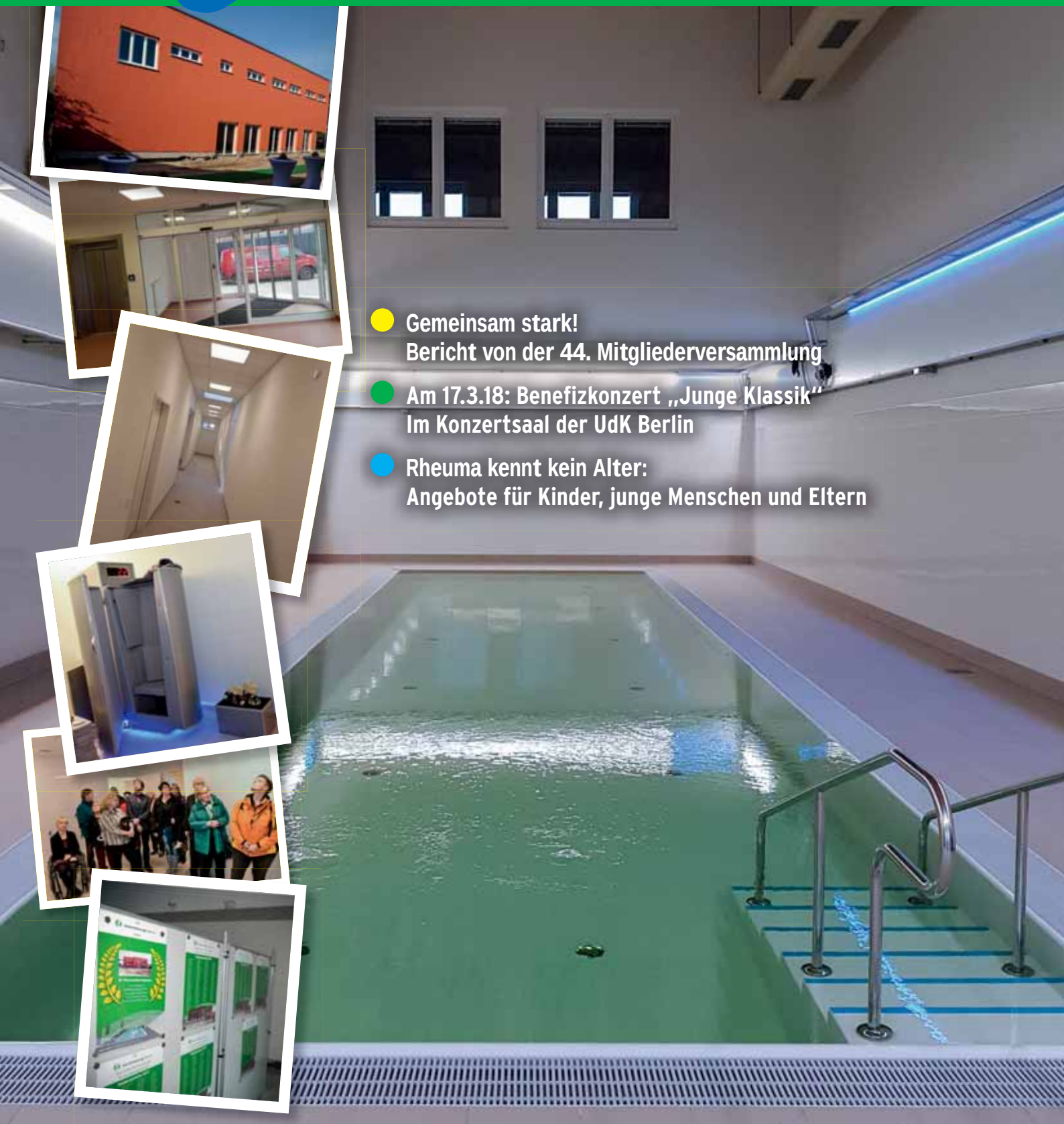
35. Jahrgang | Preis € 3,- | Ausgabe 1/18

# agit.

Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.



- Gemeinsam stark!
  Bericht von der 44. Mitgliederversammlung
- Am 17.3.18: Benefizkonzert „Junge Klassik"
  Im Konzertsaal der UdK Berlin
- Rheuma kennt kein Alter:
  Angebote für Kinder, junge Menschen und Eltern

**Liebe Mitglieder und Freunde,**

die Zahl der Menschen mit rheumatischen Erkrankungen ist offenbar höher als gedacht, schrieb die Ärztezeitung am 23.11.17. Dabei hat sie sich nur mit einer der über 100 Erkrankungen auseinandergesetzt, der rheumatoiden Arthritis: „(...) Schätzungen gingen von einer Erkrankungshäufigkeit von etwa (...) 0,9 Prozent der Bevölkerung aus. Laut dem Versorgungsatlas – einer Initiative des Zentralinstituts für die kassenärztliche Versorgung – lag die Zahl der Patienten mit einer rheumatoiden Arthritis (RA) im Jahr 2014 bundesweit aber bei etwa 1,2 Prozent. Außerdem nehmen offenbar immer mehr RA-Patienten die vertragsärztliche Versorgung in Anspruch. Während im Jahr 2009 526.211 gesetzlich Krankenversicherte wegen einer RA in ärztlicher Behandlung waren, waren es im Jahr 2015 rund 666.220 Patienten. Dies entspricht einem Zuwachs von 24 Prozent in sechs Jahren. Die Wissenschaftler des Versorgungsatlas haben für die Zahlen vertragsärztliche Abrechnungsdaten ausgewertet...“ Für Berlin bedeutet dieses, dass fast 50.000 Betroffene an einer RA leiden, Tendenz steigend.

Die Rheuma-Liga Berlin beobachtet diese Entwicklung mit großer Sorge. Nach den Bundestagswahlen scheinen offenbar bunte Farbenspiele das öffentliche Interesse mehr zu erregen, als die Lösung von Problemen, die sich aus nachvollziehbaren und überprüfbaren Entwicklungen ergeben: jeder einzelne Mensch mit rheumatischen Beschwerden muss so früh wie möglich den Zugang zu einem rheumatologischen Facharzt erhalten. Aber solange die Politik die Bedarfsplanung nicht klärt, werden wir weiterhin viel zu wenige Rheumatologen haben, die diese wichtige Aufgabe der Früherkennung übernehmen. Zurzeit ist keine zielführende Politik zur Verbesserung der Früherkennung zu erkennen. Damit riskieren wir als Gesellschaft unweigerlich, dass sich die Kosten in unserem Gesundheitssystem erhöhen, wenn dieser Entwicklung nicht gegengesteuert wird.

Ebenso sind Menschen mit rheumatischen Erkrankungen auf ständige Bewegungstherapien angewiesen, um ihre krankheitsbedingten Funktionsverluste auszugleichen. Dass es dabei auch darum geht, wie man mit Schmerzen und chronischen Erkrankungen sein restliches Leben gestaltet, steht ebenfalls politisch nicht auf der Prioritätenliste. Gut, dass wir uns um die Dieselfahrzeuge und Glyphosat kümmern. Aber wenn wir diesen wichtigen Themen diese breite Aufmerksamkeit widmen, müssten wir doch eigentlich täglich in den Medien über die politischen Aktivitäten unterrichtet werden, die dazu führen, dass Menschen mit rheumatischen Erkrankungen möglichst ihr Erwerbsleben mit Erkrankungen aktiv gestalten und auch im höheren Lebensalter Funktionsverluste, soweit es geht, hinauszögern können. Unsere Gesellschaft altert. Wir brauchen das Wissen und das Können von allen Menschen in unserem Land. Unser Wirtschafts- und Sozialsystem funktioniert langfristig nur, wenn wir unsere Gesundheit, so gut es geht, erhalten. Von einer besseren Lebensqualität profitieren alle gesellschaftlichen Gruppen.

Liebe Mitglieder, Ihre Berliner Rheuma-Liga wird sich daher weiterhin mit Nachdruck für Ihre Belange einsetzen und sich auch politisch weiter einmischen. Wir machen aber dort nicht halt: wir wollen aktiv zu der Verbesserung Ihrer Situation beitragen. Darum bieten wir Ihnen wohnortnahe Beratungs-, Bewegungs- und Begegnungsmöglichkeiten an und sehen mit Spannung der Eröffnung unseres Gesundheitszentrums für unsere Warmwasser- und Gymnastikkurse mit den Besonderheiten der Infrarot- und Kältebehandlung entgegen. Zurzeit sind wir dabei, die restlichen Ausstattungsgegenstände anzuschaffen und einen ersten Testbetrieb zu organisieren. Trotz großer Unterstützung fehlen uns aber noch Mittel, um die rheumagerechte Ausstattung und die Außenanlagen mit einer entsprechenden Beleuchtung zu finalisieren. Wir danken Ihnen, liebe Mitglieder, für Ihre Geduld und Treue sowie für Ihre vielen Spenden. Jede einzelne Spende ist uns wichtig und wird sichtbar für alle in unserem neuen Generationenbad eingesetzt – und zwar dauerhaft. Wir brauchen auch viele von Ihnen, die gerne im Sinne unseres Mottos „Hilfe zur Selbsthilfe“ uns ehrenamtlich unterstützen: nicht nur in unserem neuen Generationenbad in der Betreuung unserer Mitglieder und Gäste, sondern auch in allen anderen Bereichen sowie insbesondere in Ihren jeweiligen Bezirken zur weiteren Verbesserung unserer wohnortnahen Angebote an Kursen und Selbsthilfegruppen.

Ich wünsche Ihnen ganz viel Kraft, Freude, Glück und vor allem Gesundheit im neuen Jahr 2018!

Ihr

Dr. Helmut Sörensen

*Dr. Helmut Sörensen*
*Präsident*

04 Mitgliederversammlung

06 Weihnachtsgala

12 Neues vom Vorstand

16 Angebote für Kinder, junge Menschen und Eltern


## WIR ÜBER UNS

04 Gemeinsam stark!
44. Mitgliederversammlung am 7.10.17

06 Musik und Kultur zur Vorweihnachtszeit
Weihnachtsgala im Hotel InterContinental am 9.12.17

07 Ein Dankeschön an alle Unterstützer!
Generationenbad: Festakt zum Bauabschluss am 25.11.17

08 Bewegung ist das A und O
9. Arthrosetag am 26.10.17 im Rahmen des DKOU

Aufmerksamkeit für ein wichtiges Thema
Welt-Rheuma-Tag am 12.10.17

09 Junge Klassik
Benefizkonzert am 17.3.18

10 Kurzmeldungen
Stiftung Wolfgang Schulze, Mitgliedsbeitrag 2018
Neu: Rheuma-Liga-Bus-Ausflüge, Berlin-Marathon

12 Neues vom Vorstand

## BEWEGUNG UND BERATUNG

11 Veranstaltungskalender 2018
Januar bis Mai 2018

14 Freie Kursplätze in den Bezirken
Wasser-, Gelenk- und Wirbelsäulengymnastik – Angebote für Körper und Seele

## RHEUMA

16 Rheuma kennt kein Alter
Angebote für Kinder, junge Menschen und Eltern

17 Ehrenamt – wir bewegen mehr
Wir warten auf Sie!

18 Spendeninformation
Generationenbad – Solidarität

19 Spielwiese
Rätsel, Impressum, Abano

20 Beratung
Soziale Beratung und weitere Beratungsangebote

22 Mitglieder, Freizeit und Kreativität
Beratung, Gruppen

## SELBSTHILFE

23 Selbsthilfegruppen

# Gemeinsam stark!

## 44. Mitgliederversammlung am 7.10.17

Mit einem vielfältigen Rahmenprogramm beging die Rheuma-Liga Berlin am 7.10.17 ihre 44. Mitgliederversammlung in ihrer Begegnungshalle: neben der Tagesordnung gab es eine Vernissage zur Ausstellung „Glaubensbilder“, eine Benefiztanzaufführung und mehrere Führungen durch das Generationenbad – ein Aqua-Thermal-Kryo-Center für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen direkt neben Begegnungshalle und Geschäftsstelle. Hier plant die Rheuma-Liga Bewegungskurse im warmen Wasser anzubieten sowie Trockengymnastik und Infrarot- und Kältekabinen. Gefördert wird das Bauvorhaben von der LOTTO-Stiftung, für die rheumagerechte Ausstattung werden jedoch noch Spenden benötigt.

Schirmherrin Monika Diepgen begrüßte die Gäste.

*Die neuen Kursgebühren können Sie auch im Internet einsehen: www.rheuma-liga-berlin.de / bewegung-und-beratung / gruppengymnastik /*

Zum Auftakt der Veranstaltung wurden die rund 150 Gäste auf das Herzlichste begrüßt von Schirmherrin Monika Diepgen, Botschafterin Frau Prof. Wagner-Dix und Dr. med. Helmut Sörensen. Der Präsident berichtete über das Jahr 2016, in dem die Rheuma-Liga Berlin sich für die gesellschaftliche Teilhabe rheumakranker Menschen einsetzte. Er wies auf das Problem der Schließung von Therapiebädern hin und betonte, wie wichtig es sei, dass die Rheuma-Liga Berlin sich auf allen Ebenen dagegen engagiere. Danach erläuterte Schatzmeister Harald Kussin den Anwesenden die Jahresrechnung, bevor Henning Dröse den Bericht der Vereins-Kassenprüfer verlas.

Überzeugt von den Ausführungen fassten die Mitglieder den Beschluss, die Jahresrechnung zu genehmigen und den Vorstand zu entlasten. Außerdem beschlossen die Mitglieder den Wirtschaftsplan 2018 und wählten Kassenprüfer: Elke Ott (zum dritten Mal), Bernd Kiel (zum zweiten Mal) und Armin Sielas (zum ersten Mal).

### Generationenbad: Antworten an die Mitglieder

Danach wurde das Thema „Generationenbad“ besprochen: Die Anwesenden stellten zahlreiche Fragen an die Verantwortlichen, die Rede und Antwort standen und ausführlich informierten zum Stand der Baumaßnahmen, der Eröffnungsfeier, dem Betriebskonzept und der Inbetriebnahme. Die Mitgliederversammlung beschloss, den Vorstand der Rheuma-Liga Berlin zu ermächtigen, zum Zwecke des Betriebes des Generationenbades eine gGmbH zu gründen, wiewohl der Betrieb zunächst durch die Rheuma-Liga Berlin erfolgen soll.

Es folgten Tagesordnungspunkte zu den Themen „Mitgliedsbeitragsordnung“, „Allgemeine Geschäftsbedingungen der Angebote“ und „Honoraren und Gebühren der Angebote“. Durch entsprechende Beschlüsse der Mitglieder kann nun das Mahnverfahren vereinfacht werden und eine Erhöhung der Honorarsätze für Physiotherapeuten mit der Spezialqualifikation für die Durchführung des Funktionstrainings (Grund- und Aufbaukurs) vorgenommen werden. Gleichzeitig erfolgt eine entsprechende Anpassung der Kursgebühren, unter anderem durch die Abschaffung komplizierter Rabatte. Zum Abschluss erläuterte Präsident Dr. Sörensen das berlinweite Engagement der Rheuma-Liga Berlin und stellte das Strategiepapier „Aufgaben des Teams Bezirkssprecherinnen und -sprecher“ vor.

Im Anschluss an die ordentliche Mitgliederversammlung folgte ein besonderer Höhepunkt: Die Pre-Vernissage der Ausstellung „Glaubensbilder“ von Deniz Demirci, deutsch-türkische Kulturbotschafterin der Rheuma-Liga Berlin. Dr. Sörensen betonte den Stellenwert dieses Engagements für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen: „Kunst ist ein Ausdrucksmittel, um das Leben mit einer Erkrankung erträglicher zu gestalten.“ Die Künstlerin selber sieht ihr Schaffen vor allem darin, Anstöße für das eigene Leben zu geben und die Kraft des Glaubens im umfassenden Sinne für sich zu entdecken: entweder mit den eigenen Bildern oder auch als Bereicherung für das eigene. Vom Verkauf der Bilder kommen 10% als Spende direkt für die weitere, v. a. künstlerische, Ausgestaltung des

Die Ballettschule Roth überzeugte mit „Freude am Tanz“.

Dr. Sörensen (m.) zeigte den Gästen das Generationenbad.

neuen Generationenbads direkt den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit rheumatischen Erkrankungen und deren Angehörigen zu Gute. Die Ausstellung „Glaubensbilder“ kann besichtigt werden zu den Sprechzeiten der Rheuma-Liga Berlin.

Kreativität und Interkulturalität standen auch im Zentrum der folgenden Ehrungen: Birgit Angermann, Vorstand des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Berlin ehrte Rabia Karaarslan für über 20 Jahre ehrenamtliches Engagement, unter anderem in der Selbsthilfegruppe Türkische Frauen und im Besuchsdienst der Rheuma-Liga Berlin. Dr. Sörensen ehrte Dina Falkenthal für ihren jahrelangen Einsatz in den Kreativgruppen und im Bereich Veranstaltungen.

## Führungen und gute Gespräche

Nach dem Bühnenprogramm folgte der Austausch: Die Mitglieder konnten unter Beteiligung des Architekten Thomas Haasch und des Vizepräsidenten Detlef Schmidt das Generationenbad besichtigen. In mehreren Rundgängen wurde das Erdgeschoss mit dem Schwimmbecken ausführlich gezeigt. Als Zeichen der Anerkennung standen dort Stellwände mit dem Namen der Spender für das Generationenbad, außerdem konnte man die Umkleiden, den Therapeutenraum und den Begegnungsraum begehen und einen ersten Eindruck vom Lichtkonzept gewinnen.

Den Abschluss eines spannenden Nachmittags bildete eine Benefiztanzaufführung der Kinder- und Jugendcompany der Ballettschule Roth. „Freude am Tanz“ ist eine Tanzvorführung für die ganze Familie mit vielen kunstvollen Tanzszenen und phantasievollen Kostümen. Die Gäste goutierten den engagierten Auftritt mit minutenlangem Applaus und Dr. Sörensen dankte der Leiterin Sabine Roth für dieses Engagement und die Bereitschaft, Spenden für das Generationenbad zu sammeln. Auch dankte er allen Mitgliedern, Spenderinnen und Spendern, den kooperierenden Einrichtungen sowie den haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Der vielfältige und harmonische Veranstaltungstag machte einmal mehr deutlich, wie hoch das Interesse der Mitglieder an ihrem Verein und die Vorfreude auf das Generationenbad ist.

Dieses Zebra und andere Werke hängen in der Begegnungshalle.

***Die Ausstellung "Glaubensbilder"***
*kann besucht werden zu den Sprechzeiten der Rheuma-Liga Berlin: Mo-Fr 9-13 Uhr; Do 9-13 / 14-17 Uhr.*
*Interessenten melden sich beim Empfang der Rheuma-Liga-Geschäftsstelle, bei Interesse steht auch die Künstlerin für Gespräche zur Verfügung.*

***Kontakt:*** *Daniela Beyer, Tel. 32 290 29 23, beyer@rheuma-liga-berlin.de bzw. Deniz Demirci, ddmirci@gmail.com, www.denizdemirci.net*

# Musik und Kultur zur Vorweihnachtszeit

## 20. Weihnachtsgala im Hotel InterContinental am 9.12.17

***Besuchen Sie auch** das Benefizkonzert vom „Trio Mediterrano" am Sa. 20.1., 16 Uhr! Weitere Informationen auf Seite 11.*

Ein Feuerwerk an kulturellen Höhepunkten erwartete die über 500 Gäste bei der diesjährigen Weihnachtsgala der Rheuma-Liga Berlin am 9.12.17. Schirmherrin Monika Diepgen und Präsident Dr. Helmut Sörensen hatten Mitglieder, Freunde und zahlreiche Vertreter aus Politik, Gesellschaft sowie Gesundheits- und Sozialwesen in das mondäne Hotel InterContinental geladen. Bei stimmungsvollem Kerzenlicht genossen sie im prächtigen Saal Potsdam Kaffee und Kuchen, unterhielten sich und verfolgten aufmerksam das Bühnengeschehen. Viele Gäste hatten Geschenke für Obdachlose und Flüchtlinge mitgebracht. Neben einem Programm zur Veranstaltung erhielt jeder eine selbstgebastelte Weihnachtskarte der Bastelgruppe „Papiertiger" als kleines Dankeschön.

Monika Diepgen (l.) und Vivian Kanner.

Vielseitiger Auftritt von Antje Rietz.

Dr. Sörensen und Frau Baltscheit.

Die Moderatorin Cornelia Baltscheit, stellvertretende Präsidentin der Rheuma-Liga Berlin, begrüßte das Publikum und führte Anthony Delaby vom Hotel und unseren Präsidenten, Dr. Sörensen, zu einem Grußwort auf die Bühne.

Danach folgte ein wunderbarer musikalischer Auftritt der Instrumentalisten, Solisten und dem Chor der Lukas-Kantorei und ein gemeinsames Singen von bekannten Advents- und Weihnachtsliedern. Die erste Programmhälfte endete mit einer fröhlichen Tanz-Aufführung von Kindern und Jugendlichen der Ballettschule Roth, bei der insbesondere die anspruchsvollen Choreografien und die phantasievollen Kostüme ins Auge fielen.

Die Pause verbrachten viele Gäste im Foyer, auch hier war Einiges geboten: Kreativgruppen der Rheuma-Liga stellten ihre Kunstwerke aus, auch stellte die deutsch-türkische Kulturbotschafterin der Rheuma-Liga Berlin, Deniz Demirci, neue Fotos ihrer Reihe „Glaubensbilder" aus, die sie für den Bauabschluss unseres Generationenbades gemacht hatte. Vertreten mit Infoständen waren auch die Reisegruppe Abano unserer langjährigen ehrenamtlichen Gruppensprecherin, Frau Ingeborg Esser, und das Bayerische Staatsbad Bad Steben.

Nach dem Pausengong brandete Applaus auf im Saal, als Schirmherrin Monika Diepgen wie in den Jahren davor ihren Überraschungsgast präsentierte – die faszinierende Chansonsängerin Vivian Kanner. Begleitet am Akkordeon von Maxim Shagaev sang sie jiddische Schlager und deutsche Chansons und begeisterte die Gäste mit ihrem dunklen, warmen Timbre und ihrer Bühnenpräsenz.

Frau Prof. Dr. Gromnica-Ihle sprach das Schlusswort.

Musikalisch ging es weiter: Das Geschwister Rietz Duo, Antje Rietz, Schauspielerin, Sängerin und Musikerin, begleitet von Henning Rietz am Klavier, spielte Berliner Evergreens und alte Schlager. Dabei beeindruckten die beiden Musiker mit einem vielfältigen Repertoire.

Mit warmen, aber auch nachdenklichen Worten zur Wertschätzung von zwischenmenschlichen Beziehungen verabschiedete Frau Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, Ehrenpräsidentin der Deutschen Rheuma-Liga Bundesverband sowie Vorstandsmitglied der Rheuma-Liga Berlin, die Gäste.

Die Veranstaltung wurde unterstützt von: Hotel Smeraldo / Abano (Italien), Bayerisches Staatsbad Bad Steben, Hotel InterContinental sowie AMC, Bastelgruppe „Papiertiger", Blumen Petrovic, Dina Falkenthal und Freundin, Funkturm-Restaurant, GASAG, Hertha BSC, HEWI, Kabarett-Theater Distel, Praxis Liesegang, Quatsch Comedy Club, Renaissance Theater, Sybillenbad, Westkreuz und Wintergarten Varieté Berlin.

# Ein Dankeschön an alle Unterstützer!

## Generationenbad – Festakt zum Bauabschluss am 25.11.17

Mit einem Konzert, einer Ausstellung und Führungen durch den Neubau beging die Rheuma-Liga Berlin den Bauabschluss des Generationenbades. Viele Mitglieder, Spender und Vertreter aus Politik und Gesellschaft nahmen teil und die Gäste freuten sich insbesondere über Grußworte von Florian Graf, MdA, Vorsitzender CDU-Fraktion des Abgeordnetenhauses von Berlin, Frau Dr. Marion Bleß, Vorstand LOTTO-Stiftung Berlin, Frau Prof. Barbara John, Vorstandsvorsitzende Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Berlin und Gerlinde Bendzuck, Vorsitzende der Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin.

Der italienische Komponist und Musiker Girolamo Deraco setzte den würdigen Rahmen mit einer furiosen Aufführung seiner Werke „Genesis“ und „Te Deum“ durch die Musikerinnen und Musiker der Lukas-Kantorei. Detlef Schmidt, Vizepräsident der Rheuma-Liga Berlin, dankte im Anschluss allen Unterstützern und den beteiligten Baufirmen. Danach folgte im Neubau eine Ausstellungseröffnung durch Deniz Demirci, deutsch-türkische Kulturbotschafterin Rheuma-Liga Berlin.

Komponist Girolamo Deraco (m.) und die Musikerinnen und Musiker der Lukas-Kantorei.

Im Zentrum des Interesses stand aber selbstverständlich der Neubau. Bei Führungen durch das Aqua-Thermal-Kryo-Center bewunderten die Gäste insbesondere das Warmwasserbecken, den Gymnastikraum sowie die Infrarot- und Kältekabinen. Bei einem kleinen Imbiss und anregenden Gesprächen klang ein angenehmer und informativer Nachmittag aus.

Für das Engagement dankt die Rheuma-Liga insbesondere der LOTTO-Stiftung Berlin, der AOK, dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin, der Deutschen Rentenversicherung Bund, der Aktion Mensch und allen weiteren Unterstützern.

Ausstellung von Deniz Demirci im Generationenbad.

Führung: Die Gäste schauten sich auch den Raum für die Trockengymnastik im 1. OG an.

Florian Graf

Frau Dr. Marion Bleß

Frau Prof. Barbara John

Gerlinde Bendzuck

# Bewegung ist das A und O

## 9. Arthrosetag am 26.10.17 im Rahmen des DKOU

***Weitere Informationen?*** *Ausführliche Berichte zu beiden Veranstaltungen mit abrufbaren Vorträgen finden Sie auf www.rheuma-liga-berlin.de in der Rubrik „Aktuelles“*

Jede Menge Informationen zu den neuesten Erkenntnissen und Behandlungsmethoden rund um die weltweit häufigste Gelenkerkrankung Arthrose bot der 9. Arthrosetag. Er fand am 26. Oktober 2017 im Rahmen des Deutschen Kongresses für Orthopädie und Unfallchirurgie in Berlin mit rund 300 Gästen statt. Zwei Gebärdensprachdolmetscherinnen übersetzen die Vorträge für die gehörlosen Besucher. Die wissenschaftliche Leitung übernahmen – bereits zum neunten Mal – Frau Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, Rheumatologin und Internistin sowie Ehrenpräsidentin Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband und Prof. Dr. Wolfgang Rüther, Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik im Klinikum Bad Bramstedt und der Klinik und Poliklinik für Orthopädie des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf.

Zahlreiche Gäste beim 9. Arthrosetag.

Beim Arthrosetag referierten Experten aus Medizin und Forschung und stellten sich anschließend den Fragen der Gäste. Um folgende Themen ging es 2017: Was kann meine chronischen Schmerzen lindern? Wie kann ich eine Operation möglichst vermeiden und mit konservativen Behandlungsmethoden Verbesserungen erzielen? Welche Aktivitäten, wie das neue Rheuma-Liga-Bewegungsprogramm „aktiv-hoch-r“, können helfen? Gibt es in der Forschung neue Entwicklungen, die mir in absehbarer Zeit helfen können?

Der Arthrosetag wurde veranstaltet von der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V. in Kooperation mit der Deutschen Rheuma-Liga Bundesverband e.V. sowie der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie e.V., der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie e.V. und dem Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie e.V. Unterstützt wurde die Veranstaltung von: LV Selbsthilfe (Förderung des Dolmetschens in Gebärdensprache), Deutsche Rentenversicherung Bund, Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg, Kaufmännische Krankenkasse, Techniker Krankenkasse, Heilbad Jachymov sowie MSD, Novartis, Sanofi, SOBI und UCB.

# Aufmerksamkeit für ein wichtiges Thema

## Welt-Rheuma-Tag am 12.10.17

Zum Welt-Rheuma-Tag am 12. Oktober organisierte die Rheuma-Liga Berlin eine Informationsveranstaltung in Deutschen Rheuma-Forschungszentrum Berlin (DRFZ) auf dem Charité Campus Mitte – zusammen mit den Kooperationspartnern Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Rheumatologie und Klinische Immunologie der Charité – Universitätsmedizin Berlin, DRFZ, Regionales Rheumazentrum Berlin sowie Chronische Entzündung – Leibniz Wissenschaftscampus Berlin. Dilek Kolat, Senatorin für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, übernahm die Schirmherrschaft. Moderiert wurde die Veranstaltung von Prof. Dr. Gerd-Rüdiger Burmester, Direktor Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Rheumatologie und Klinische Immunologie der Charité – Universitätsmedizin Berlin sowie Frau Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle, Rheumatologin, Vorstand Rheuma-Liga Berlin, Ehrenpräsidentin Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband. Auch sprach Gesundheitsstaatssekretär Boris Velter ein Grußwort. Um folgende Themen ging es: Was ist alles „Rheuma“? Welche neuen Therapiemöglichkeiten werden erforscht? Warum ist Früherkennung so wichtig? Wie kann Bewegung helfen? Im Rahmenprogramm der Veranstaltung konnte man an Führungen durch das DRFZ teilnehmen oder sich über die Rheuma-Liga-Angebote informieren. Die Veranstaltung wurde unterstützt von: Deutsche Rentenversicherung Bund, Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg, Techniker Krankenkasse sowie Amgen, Biogen, Celgene, Janssen, Lilly, MSD, Pfizer, Sanofi Genzyme und UCB.

Volle Reihen im DRFZ-Foyer.

# Junge Klassik

## Das Julius-Stern-Institut im Konzert

**Samstag, 17. März 2018, 18 Uhr**
**Konzertsaal der UdK Berlin, Hardenbergstraße, Berlin-Charlottenburg**

**Benefizkonzert zugunsten rheumakranker Kinder und Jugendlicher**
Schirmherrschaft: Michael Müller, Regierender Bürgermeister von Berlin

Kammerorchester und Solisten des Julius-Stern-Instituts der UdK Berlin
Catherine Larsen-Maguire, Dirigentin
Silke Mannteufel, Moderation

Kartenreservierung bei Daniela Beyer, Tel. 030 / 32 290 29 23, beyer@rheuma-liga-berlin.de
Um eine Mindestspende von 15 Euro pro Karte wird gebeten. Weitere Informationen: www.julius-stern-insitut.de

julius stern INSTITUT · Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V. · AOK · LC Berlin-Potsdamer Platz · WESTKREUZ-DRUCKEREI AHRENS KG BERLIN / BONN PRINT · DESIGN · WEB · Universität der Künste Berlin

# KURZMELDUNGEN

Stiftung Wolfgang Schulze
verwaltet durch die Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

## Stiftung Wolfgang Schulze: Ausschreibung bis 31.3.18 verlängert

***Rheuma-Forschung:*** *Mehr über die Stiftung Wolfgang Schulze erfahren Sie unter: www.stiftung-wolfgang-schulze.de*

Die Stiftung Wolfgang Schulze dient dem Zweck, die Forschung auf dem Gebiet entzündlicher und autoimmuner rheumatischer Erkrankungen finanziell zu fördern. Verwirklicht wird der Stiftungszweck insbesondere durch die Auslobung von Preisen für herausragende Forschungsergebnisse. Die Stiftung schreibt einen Forschungspreis und ein Forschungsprojekt aus. Interessenten können sich bis zum 31.3.18 bewerben.
**Kontakt und Information:**
Tel. 32 290 29 36,
stiftung@rheuma-liga-berlin.de

## Mitgliedsbeitrag 2018: Ermäßigungen müssen bis 31.1.18 beantragt werden

Die Rheuma-Liga Berlin bittet um Beachtung, dass gemäß unserer Mitgliedsbeitragsordnung etwaige Beitragsermäßigungen bis zum 31.1.18 unter vollständiger Vorlage aller Unterlagen beantragt werden müssen. Später eingereichte Unterlagen können für das laufende Beitragsjahr nicht mehr berücksichtigt werden.
**Information:** Katrin Baumann, Tel. 32 290 29-22, baumann@rheuma-liga-berlin.de

## Neu: Ausflüge mit dem Rheuma-Liga Bus

Hier können Sie sich einzeln oder mit mehreren Personen anmelden. Besuchen Sie Ziele in Berlin und Umgebung und lernen Sie Gleichgesinnte kennen! Ihr Busfahrer ist Herr Heinrich, der schon seit vielen Jahren Ausflüge für die Rheuma-Liga Berlin durchführt.

### 4.4.18 – Ausflugsziel: Preußenmuseum Wustrau

Zwischenhalt Kremmen Kirche und Mittagessen bei Wustrau
Preußenmuseum Wustrau.
Eintritt: 3 / erm. 2 Euro
Denkmal „Schlacht bei Fehrbellin". Möglichkeit zum Kaffeetrinken

### 2.5.18 – Ausflugsziel: Spargelessen auf dem Spargelhof Simianer Söhne in Beelitz OT Busendorf

Ferch / Schielowsee:
Bonsaigarten. Eintritt: 4 Euro
Mittagessen: Spargel
Kloster Lehnin: Gang durch die Anlage und Kirche
Möglichkeit zum Kaffeetrinken

Treffpunkt jeweils 10 Uhr:
Rheuma-Liga-Treffpunkt,
Zillestraße 10, 10585 Berlin

Bitte beachten Sie, dass die Termine nur bei ausreichender Teilnehmerzahl zustande kommen. Im Rheuma-Liga-Bus sind 7 Plätze und Platz für einen Rollstuhl vorhanden. Die Kosten für die Busfahrt (i.H.v. 10 Euro für Mitglieder und 15 Euro für Nichtmitglieder) sowie Kosten für Mittagessen, Kaffee und ggf. Eintritte sind von allen Teilnehmern selbst zu tragen.
**Anmeldung und Information:**
Daniela Beyer, Tel. 32 290 29 23,
beyer@rheuma-liga-berlin.de

## Berlin-Marathon: Rheuma-Liga Berlin erhielt Spende für das Generationenbad

Im Rahmen des diesjährigen Berlin-Marathons am 24.9.17 erhielt die Rheuma-Liga Berlin eine Spende von 10.000 US-Dollar für das Generationenbad, ein Aqua-Thermal-Kryo-Center für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen. Neben der Rheuma-Liga Berlin wurden drei weitere gemeinnützige Organisationen mit einer Spende diesen Betrags bedacht. Präsident Dr. Sörensen nahm im Hotel InterContinental am Rande der offiziellen Pressekonferenz zum Berlin-Marathon mit den Vertretern der anderen Organisationen öffentlichkeitswirksam einen entsprechenden Präsentationsscheck entgegen. Zu diesem Anlass bedankte er sich im Namen des Vorstandes der Rheuma-Liga Berlin für dieses wunderbare Engagement. Bei den sechs bedeutendsten Marathons weltweit (Tokio, Boston, London, Berlin, Chicago, New York) wurden 2017 insgesamt 240.000 US-Dollar durch die Firma Abbott an gemeinnützige Organisationen vergeben.

# Veranstaltungskalender 2018

## JANUAR

**Sa. 20.1., 16 Uhr**
**Benefizkonzert: »Trio Mediterrano: Eine musikalische Reise von Klassik bis Kabarett«**
*Einstimmung auf das neue Generationenbad mit der goldenen Stimme aus Florenz, Maria Elena Romanazzi und der Zauberflötistin aus Istanbul, Deniz Demirci u. a. Mit Exklusiv-Führung durch das Generationenbad sowie Besichtigung der Ausstellung „Glaubensbilder". Ohne Anmeldung. Eintritt: Spenden.*
*Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin*

## FEBRUAR

**Do. 22.2., 17-19 Uhr**
**»Medikamentöse Therapien und neue Medikamente in der Kinder-Rheumatologie«**
*Referentin: Frau Prof. Dr. Kirsten Minden, Klinik für Pädiatrie m. S. Pneumologie und Immunologie, Charité – Universitätsmedizin Berlin*
*Ort: Deutsches Rheuma-Forschungszentrum (DRFZ), Charité Campus Mitte, Charitéplatz 1, 10117 Berlin (Campusadresse: Virchowweg 11, 1. OG)*

**Mi. 28.2., 16.30-18 Uhr**
**Rheumatage Tempelhof: »aktiv-hoch-r« – der perfekte Mix für mich und mein Leben**
*Referent: Ulf Dreismann-Prange, Physiotherapeut, Rheuma-Liga Berlin*
*Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin*

## MÄRZ

**Mo. 5.3., 15.30-17 Uhr**
**Arzt-Patienten-Gespräch zum Tag der seltenen Erkrankungen: »Systemischer Lupus erythematodes«**
*Referent: Dr. med. Tobias Alexander, Oberarzt, Leiter der rheumatologischen Fachambulanz, Klinik für Rheumatologie und Klinische Immunologie, Charité – Universitätsmedizin Berlin*
*Ort: Deutsches Rheuma-Forschungszentrum (DRFZ), Charité Campus Mitte, Charitéplatz 1, 10117 Berlin (Campusadresse: Virchowweg 11, 1. OG)*

**Sa. 17.3., 18 Uhr**
**Benefizkonzert »Junge Klassik«**

*Eintritt: Spendenempfehlung 15 Euro pro Karte.*
*Kartenbestellung: Daniela Beyer, Tel. 32 290 29 23, beyer@rheuma-liga-berlin.de*
*Ort: Konzertsaal der Universität der Künste Berlin, Hardenbergstraße, Berlin-Charlottenburg*

## APRIL

**Mi. 25.4., 16.30-18 Uhr**
**Rheumatage Tempelhof: »Von der Patientenverfügung bis zur Vorsorgevollmacht«**
*Referent: Dr. Robert Heimbach, Rechtsanwalt, Rheuma-Liga Berlin*
*Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin*

## MAI

**Mo., 7.5., 15.30-17 Uhr**
**Arzt-Patienten-Gespräche: »Neue Entwicklungen in der Therapie rheumatischer Erkrankungen«**
*Referentin: Raisa Krasnitski, Med. Klinik Abt. Rheumatologie u. Klin. Immunologie, Charité – Universitätsmedizin Berlin*
*Ort: Deutsches Rheuma-Forschungszentrum (DRFZ), Charité Campus Mitte, Charitéplatz 1, 10117 Berlin (Campusadresse: Virchowweg 12)*

**Do. 24.5., 17-19 Uhr**
**»Ernährung und Bewegung für Kinder und Jugendliche mit Rheuma«**

*Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin*

**Do. 24. - Sa. 26.5.**
**Miteinander Leben Berlin**
*Messe für Rehabilitation, Pflege und Mobilität mit Infostand der Rheuma-Liga Berlin (Do.-Fr. 10-18 Uhr; Sa. 10-16 Uhr)*
*Ort: Messegelände Station Berlin (nahe U-Bhf. Gleisdreieck), Luckenwalder Str. 4-6, 10963 Berlin*

*Die Veranstaltungsreihen Rheumatage Tempelhof und Arzt-Patienten-Gespräche werden unterstützt durch:*

BARMER

*Stand: Januar 2018*
*Im ersten Halbjahr werden weitere Veranstaltungen in unserer Begegnungshalle **stattfinden.** Aktuelle Informationen **hierzu finden** Sie unter www.rheuma-liga-berlin.de oder in unserem Rundbrief per E-Mail.*

*Informationen, Anmeldung zu Veranstaltungen, Rundbrief:*
*Daniela Beyer, Tel. 32 290 29 23, beyer@rheuma-liga-berlin.de*

# NEUES VOM VORSTAND

## Bericht aus den Vorstandssitzungen

**Liebe Mitglieder und Freunde,**

seit der letzten Ausgabe des Agil tagte der Vorstand dreimal: Am 25.9.17 und am 20.11.17 bei regulären Vorstandssitzungen und am 7.10.17 bei einer Sondersitzung zum Thema Generationenbad.

Am 25. September standen unter anderem die Themen Generationenbad, Vorbereitung der Mitgliederversammlung sowie Bezirkliche Vertretung auf der Tagesordnung. Der Vorstand beauftragte den Geschäftsführer, den Testbetrieb des Generationenbades und die Eröffnung vorzubereiten sowie um Spenden für die besondere, rheumagerechte Ausstattung zu werben. Die Mitgliederversammlung solle über eine Erhöhung der Honorare für Therapeuten abstimmen, damit – auch im Hinblick auf zukünftige Kurse im Generationenbad – zusätzliche Kursleiter gewonnen werden können. Überdies wurde das Konzept „Strategische Überlegungen zur bezirklichen Ausrichtung“ besprochen. Zuletzt wurden die Vorstandsmitglieder Gerlinde Bendzuck und Daniela Winkels sowie die ehrenamtliche Mitarbeiterin Katja Daus als Delegierte für die Bundesdelegiertenversammlung am 11.11.17 benannt.

Am 7. Oktober fand sich der Vorstand zur Beschlussfassung einiger dringender gestalterischer Fragen zum Generationenbad zusammen.

Auch am 20. November stand das Generationenbad im Mittelpunkt: Offen ist zurzeit noch, wer das Selbsthilfe-Café betreibt. Momentan erfolgen zudem Verhandlungen mit den Anrainern, wie die Verbindung vom Generationenbad beziehungsweise der Reißeckstraße zur Rheuma-Liga-Geschäftsstelle am Mariendorfer Damm hergestellt werden kann. Nach Abschluss der Bauphasen soll die stufenweise Inbetriebnahme erfolgen und eine offizielle Eröffnung im Frühjahr 2018 stattfinden. Ein weiteres Thema war die Ehrung verdienter ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die im Rahmen des Neujahrsempfangs stattfinden soll. Der Vorstand fasste den Beschluss, dass Brigitte Labenski, Frau Bormann und Herr Dr. Heimbach im Bereich der Rechtsberatung sowie Frau Keller und Frau Hoffmann als Rentenberaterinnen geehrt werden sollen. Zuletzt beschlossen die Vorstandsmitglieder eine Sonderzahlung zum Jahresende für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter als Anerkennung für die geleistete Arbeit.

Sie sehen, es ist viel zu tun, packen wir es an! Wie es weitergegangen ist, werden wir in der nächsten Agil berichten.

Ihr

Dr. Helmut Sörensen

*Dr. Helmut Sörensen*
*Präsident*

*Des Rätsels Lösung*

Raumfahrt ⇦
⇨ Einladung
Federball ⇦
⇨ Zuschauer
Unterhose ⇦
⇨ Abenteuer

Dr. Sörensen und Vizepräsident Detlef Schmidt (r.) bei der Mitgliederversammlung am 7.10.17.

Anzeige

www.sibyllenbad.de

# Radon & Kohlensäure

Sibyllenbad
im Oberpfälzer Wald
*Heilquellenkurbetrieb*

tut einfach gut bei Rheuma, Arthritis, Arthrose, Gelenk- und Rückenproblemen, Stress und Burnout...

Seit über 25 Jahren lang anhaltende Schmerzlinderung durch die Sibyllenbader Radon-Kohlensäure-Kombinationstherapie bei rheumatischen und Wirbelsäulenerkrankungen.

## Sibyllenbader Rheuma-, Gelenk- und Morbus Bechterew Paket

**(Anreise sonntags)**

- Einführungsgespräch mit Vorstellung des Kurmittelhauses (montags)
- Eingangs- und Abschlussuntersuchung beim Badearzt
- täglicher Eintritt in die Heilwasser-Badelandschaft während Ihres Aufenthaltes
- 10 Radon-Kohlensäure-Kombinations-bäder in der Einzelwanne

- 8 Übungsbehandlungen im Bewegungsbad (Gruppe)
- zwei Übungsbehandlungen im Bewegungsbad (Einzeltherapie)
- zweimal Sibyllenbader Naturfango-Packung im warmen Wasserbett
- zweimal Krankengymnastik (als Einzelbehandlung, trocken)
- Ziegenbuttercreme-Packung im Wasserbett – eine Wohltat für Ihre Haut!
- 14 Übernachtungen in der gebuchten Kategorie

| PAKETPREIS PRO PERSON | |
|---|---|
| im EZ mit HP ab | € 995,00 |
| im DZ mit HP ab | € 953,00 |
| in der FEWO mit HP ab | € 981,00 |
| Kurcamping mit HP (inkl. Brötchenservice) | € 827,00 |

## Sibyllenbader Rheumawoche

**(Anreise sonntags)**

- Beratungsgespräch beim leitenden Badearzt
- 6 Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder
- 8 Tageskarten für die Heilwasser-Badelandschaft
- sieben Übernachtungen in der gebuchten Kategorie

| PREIS PRO PERSON | |
|---|---|
| im EZ mit HP ab | € 444,00 |
| im DZ mit HP ab | € 423,00 |
| in der FEWO mit HP ab | € 437,00 |
| Kurcamping mit HP (inkl. Brötchenservice) | € 360,00 |

Preise aller Vermieter und Kategorien finden Sie im Sibyllenbad-Katalog oder unter www.sibyllenbad.de. Dort erfahren Sie auch die Anwendungspreise für Privatversicherte. Gerne übersenden wir Ihnen das aktuelle Gastgeberverzeichnis mit allen Preisen.

Bitte vereinbaren Sie vorab Termine für Ihre Anwendungen unter Tel. 09638 933-0.

**INFOS UND PROSPEKT: Kurmittelhaus Sibyllenbad** · Eigenbetrieb des Zweckverbandes Sibyllenbad
Kurallee 1 · 95698 NEUALBENREUTH · Tel. 09638 933-0 · Fax: 09638 933-190 · info@sibyllenbad.de
**Zweckverband Sibyllenbad** · Ludwig-Thoma-Straße 14 · 93051 Regensburg · Tel. 0941 9100-0 · Fax: 0941 9100 1109

# Freie Kursplätze in den Bezirken

*Kontakt und Information: Mitgliederbetreuung, Tel. 32 290 29 10, kurse@rheuma-liga-berlin.de (Sprechzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr; Do 9-13 / 14-17 Uhr)*

## Wassergymnastik

**NEUKÖLLN**

**Physio-Therapiezentrum GbR**
Werbellinstr. 42
12053 Berlin
**freitags 19-20 Uhr**

**SPANDAU**

**Ev. Waldkrankenhaus**
Stadtrandstraße 555-561,
13589 Berlin
**freitags 17.30-18.10 Uhr**

**Krankenhaus Spandau**
Neue Bergstr. 6, 13578 Berlin
**mittwochs 20.45-21.30 Uhr**

**Seniorenheim am Spandauer See Uferpalais**
Brauereihof 19, 13585 Berlin
**montags 19.30-20.15 Uhr**
**donnerstags 18.15-19 Uhr**

**Thermen am Pichelssee GmbH**
Am Pichelssee 5, 13595 Berlin
**dienstags 8-10 Uhr**
**mittwochs 8-10.20 Uhr**
**donnerstags 8-8.40 Uhr**

**STEGLITZ-ZEHLENDORF**

**Krankenhaus Bethel**
Promenadenstr. 3-5
12207 Berlin
**mittwochs 18.30-19.00 Uhr**
**Morbus Bechterew Gruppe**

***NEU***
**Fichteneck Sauna**
Grunewaldstr. 14 a
12165 Berlin
**montags 7.30-9.30 Uhr**
**dienstags 12-15 Uhr**
**freitags 7.30-9.30 Uhr**

## Gelenk- und Wirbelsäulengymnastik

**CHARLOTTENBURG-WIMERSDORF**

**Arno-Fuchs-Schule**
Richard-Wagner-Str. 30
10585 Berlin
**dienstags 19-20 Uhr**

**Bewegungsraum Blissestraße**
Blissestr. 44 / Ecke Paretzer Str.,
10717 Berlin
**freitags 9.30-10.30 Uhr**

**Rheuma-Liga-Treffpunkt**
Im AOK Nordost-Servicecenter (UG)
Zillestraße 10, 10585 Berlin
**mittwochs 12.30-13.30 Uhr**

**NEUKÖLLN**

**Sportstudio Gym 80 Erdmann GmbH**
Lahnstraße 52, 12055 Berlin
**montags 14-15 Uhr; 15-16 Uhr**
**dienstags 14-15 Uhr; 15-16 Uhr**

**REINICKENDORF**

**Tao-Heilzentrum**
Holländerstr. 117, 13407 Berlin
**mittwochs 11.30-12.30 Uhr; 12.30-13.30 Uhr;**

**SPANDAU**

**Ev. Waldkrankenhaus Spandau**
Stadtrandstraße 555-561,
13589 Berlin
**dienstags 18-19 Uhr; 19-20 Uhr**

**Mauerritze**
Mauerstr. 6, 13597 Berlin
**dienstags 12.30-13.30 Uhr**

**Turnhalle der AOK Nordost Spandau**
Galenstr. 10, 13597 Berlin
**dienstags 17.45-18.45 Uhr; 18.45-19.45 Uhr**
**donnerstags 9.15-10.15 Uhr**

**STEGLITZ-ZEHLENDORF**

**Theodor-Wenzel-Werk**
Potsdamer Chaussee 70,
14129 Berlin
**donnerstags 16-17 Uhr**
**Hockergruppe**

## Angebote für Körper und Seele

**MITTE**

**Residenz Ambiente**
Am Friedrichshain 18
10407 Berlin

**Malen auf Seide, Samt und Wolle**
**freitags 10-13 Uhr**

**Rheuma-Liga Treffpunkt**
Luisenstraße 11-13
10117 Berlin
**Qigong**
**montags 15.30-17 Uhr**

**STEGLITZ-ZEHLENDORF**

**Ev. Markus-Gemeinde**
Albrechtstraße 81a
12167 Berlin
**Yoga**
**freitags 9-10.30 Uhr**

**Rheuma-Liga-Treffpunkt**
Schützenstraße 52
12165 Berlin
**Aquarellmalen**
**montags 10-13 Uhr**

**Atem und Bewegung**
**mittwochs 18-19.30 Uhr**

**Feldenkrais**
**montags 10-14.45 Uhr**
**donnerstags 9.15-10.15 Uhr**

**Heilkraft des Atems**
**mittwochs 9-10.30 Uhr**

**Malen mit Musik**
**mittwochs 10.30-12.30 Uhr**

**TEMPELHOF-SCHÖNEBERG**

**Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.**
Mariendorfer Damm 161a
12107 Berlin
**Schmerzbewältigung**
**N.N.**

**aktiv-hoch-r**
**montags 16-17.30 Uhr**

**Stressabbau und Entspannung im Alltag: Lachtraining nach Dr. Kataria**
**donnerstags 15-16 Uhr**
**6-Wochen-Kurs vom 1.3.-5.4.18**

**Selbstheilungskräfte für ein gesundes und zufriedenes Leben**
**donnerstags 16.30-17.30 Uhr**
**8-Wochen-Kurs vom 1.3.-19.4.18**

**Die Fünf Tibeter – ein Weg, lange jung und gesund zu bleiben**
**donnerstags 18-19 Uhr**
**8-Wochen-Kurs exklusiv für die Rheuma-Liga vom 1.3.-19.4.18**

Anzeige

# Radon – heilendes Wasser in Bad Steben

## Radon-Studien beweisen schmerzlindernde und lang anhaltende Wirkung

**Bad Steben verfügt als einziges Heilbad in Deutschland über die kostbare Heilmittelkombination aus schmerzlinderndem Radon, wärmendem Naturmoor und natürlicher Kohlensäure. Unter der Leitung von Dr. Gerhart Klein, dem Vorsitzenden des Kurortforschungsvereins Bad Steben, wurden im Bayerischen Staatsbad Bad Steben bereits sechs wissenschaftliche Studien zur Wirkung von Radon, Kohlensäure und Naturmoor durchgeführt.**

„Bei allen Studien konnte eine signifikante Schmerzlinderung festgestellt werden", so Dr. Gerhart Klein, Vorsitzender des Kurortforschungsvereins Bad Steben. Dank der Kombination von Radon und Kohlensäure in Bad Steben kann zudem bei Mischbädern die Strahlenintensität reduziert werden – bei gleichem Therapieerfolg. Besonders beeindruckend sind auch die Ergebnisse im Bereich des Herz-Kreislauf-Systems.

Bei der Behandlung mit Radon-Kohlensäure-Mischbädern wurde in den Studien eine vergleichbare Blutdrucksenkung wie bei einer medikamentösen Therapie über vier Monate erreicht. Darüber hinaus zeigt sich auch ein Antistress-Effekt im Laufe der Behandlung. Während ein Anstieg des Vagotonus, des sogenannten Erholungs-Nervs, nachgewiesen werden konnte, wurde zeitgleich eine Abnahme des Sympatikus gemessen, der für Stress-Reaktionen verantwortlich ist. Wie die Aktivität der Immunzellen bei einer Radon-Therapie erreicht wird, hat ferner im Rahmen der sechsten Radon-Studie erstmals die Strahlenklinik der Universitätsklinik Erlangen erforscht. Mittels Blutuntersuchungen wurde dabei der wissenschaftliche Nachweis einer antientzündlichen Wirkung serieller Radonbäder erbracht. Die klinische Erfahrung einer lang anhaltendenden Schmerzlinderung konnte damit erstmals mit immunologischen Veränderungen untermauert werden.

*In unmittelbarer Nähe zur historischen Wandelhalle entspringt inmitten des Bad Stebener Kurparks die radonhaltige Tempelquelle.*

**„Damit ist wissenschaftlich fundiert, dass Radon-Bäder vor allem bei rheumatischen sowie degenerativen Muskel- und Gelenkerkrankungen eine hervorragende Behandlungsoption sind, bei der keinerlei Nebenwirkungen oder Schädigungen bekannt sind,"** bestätigt Dr. Gerhart Klein.

> „Nach wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen ist es möglich, nach einer Kur in Bad Steben ein halbes Jahr schmerzfrei leben zu können."
>
> *Dr. Gerhart Klein, Vorsitzender Kurortforschungsverein Bad Steben*

**Kostenlos für Selbsthilfegruppen**
Attraktives Tagesprogramm mit kostenlosem Arztvortrag und Führung durch das Gesundheits-Zentrum. Anmeldungen und nähere Informationen unter **Telefon 09288 74-73**.

## Rheuma-Wochen 14 Tage

### bei Rheuma, Fibromyalgie & Morbus Bechterew

Für einen optimalen Behandlungserfolg empfehlen die Bad Stebener Badeärzte eine Serie von neun bis zehn Radonbädern.

- 13 Übernachtungen mit Frühstück
- medizinischer Eingangs-Check
- 10 x Radonbad
- 4 x 3 Stunden Wasserwelten für die Therme Bad Steben
- 1 x Begrüßungsgetränk und 1 VIP-Jeton in der Spielbank Bad Steben
- inkl. Bad Stebener Wohlfühl-Paket mit zahlreichen Inklusivleistungen
- inkl. Kurtaxe

**ab 763,00 Euro**
inkl. Übernachtungen
wählen Sie aus nachfolgenden Hotelkategorien

| | Kat. A 4 Sterne | Kat. B 3 Sterne Komfort | Kat. C 3 Sterne | Kat. D 2 - 3 Sterne |
|---|---|---|---|---|
| DZ | 1257,- € | 958,- € | 841,- € | 763,- € |
| EZ | 1380,- € | 984,- € | 867,- € | 789,- € |

**Tourist-Information Bad Steben**
**Badstraße 31** (in der Wandelhalle)
**95138 Bad Steben**

Telefon 09288 74-70 oder 09288 960-0
info@bad-steben.de · **www.bad-steben.de**

Bayerisches Staatsbad
BAD STEBEN
romantisch natürlich gesund

# Rheuma kennt kein Alter

## Angebote für Kinder, junge Menschen und Eltern

### Soziale Beratung

Wir beraten Sie zu: Lebenssituation bei chronischer Erkrankung, Hilfe zur Selbsthilfe, ambulante Therapien, finanzielle und schulische Hilfen, berufliche Orientierung (Ausbildung / Studium), Rehabilitation und Teilhabe, Schwerbehinderung und Nachteilsausgleiche, Beantragung von Leistungen sowie Hilfe im Umgang mit Krankenkassen, Ämtern und Behörden.

### Beratungsorte:

- **Treffpunkt Neukölln**, Werbellinstraße 42, 12053 Berlin
  - Sprechzeiten: Di 15-17.30 und Do 9-13 Uhr sowie nach Vereinbarung
- **Sozialpädiatrisches Zentrum Charité**, Campus-Virchow Klinikum, Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin, nach telefonischer Vereinbarung
- **Helios Klinikum Berlin-Buch, Ambulanz Kinderkliniken**,
  - Schwanebecker Chaussee 50, 13125 Berlin alle sechs Wochen Donnerstags von 14-17 Uhr

### Ehrenamtliche Beratung, Information und Betreuung

- **Kinderbegleitprojekt „Zusammen stärker..."**
  Begleitung von rheumakranken Kindern durch Ehrenamtliche.

Unterstützt wird „Zusammen stärker..." durch die Aktion Mensch.

- **Eltern-Kind-Café mit Bastel-tisch für Kinder**
  Helios Klinikum Berlin-Buch, Ambulanz der Kinderkliniken, Schwanebecker Chaussee 50, 13125 Berlin
  jeden zweiten Donnerstag im Monat von 13:30 - 16 Uhr
  Information und Beratung zur Selbsthilfe durch Frau Wuttke und Frau Wunderlich

- **Eltern-Kind-Café mit Bastel-tisch für Kinder**
  Campus-Virchow Klinikum
  jeden zweiten Montag im Monat von 14-16 Uhr
  Information und Beratung zur Selbsthilfe durch Frau Matthes
- **Elternkreis**
  Elternkreis rheumakranker Kinder und Rheumafoon
  Kontakt und Information: Angelika Kapp, Tel. 0178 134 68 44

### Veranstaltungsreihe zu kinderrheumatologischen Themen

Termine siehe S. 11.

### Kultur erleben!

Rheumakranke Kinder und Ehrenamtliche besuchten gemeinsam mit Kindern aus dem Aqua-Fitness Kurs am 1. und 3.12.2017 die Ballettaufführungen „Schwanensee" und „Dornröschen" in der Urania.

### Aqua-Fitness-Kurse

Auch 2018 sind wieder Aqua-Fitness-Kurse für Kinder und Jugendliche mit Rheuma geplant.

### Stammtisch für Junge Erwachsene

Sie sind jung und möchten sich mit anderen Betroffenen über Ihre Erkrankung austauschen? Vernetzen Sie sich in lockerer Atmosphäre mit anderen jungen Menschen. Die Rheuma-Liga Berlin unterstützt Sie dabei und freut sich auf Sie!

### Ihr Ansprechpartner für den Bereich ist:

Bertram Wittig, Sozialpädagoge (M.A.), Tel. 32 290 29 51, wittig@rheuma-liga-berlin.de

# »Aktiv im Ehrenamt – Wir bewegen mehr...«

Werden Sie aktiv und übernehmen Sie wichtige Aufgaben für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen! Ehrenamt bringt gesellschaftlichen Nutzen und ist eine wertvolle sinnstiftende Aufgabe. Auch der Spaß kommt nie zu kurz!

## Wir warten auf Sie:

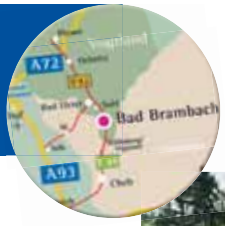
- Wir suchen Fahrerinnen und Fahrer mit dem Führerschein Klasse B für Ausflugsfahrten. Auch beim Transport von Info-Material zu und von Veranstaltungen können sie uns helfen.
- Möchten Sie als „Experte aus Betroffenheit“ in Seminaren für Medizinstudenten mitwirken?
- Sie sind künstlerisch und kreativ veranlagt: Diverse Möglichkeiten warten auf Sie.
- Wir suchen Ehrenamtliche für Empfang und Büro: Sie empfangen Besucher, telefonieren und geben Info-Material heraus.
- Als Bezirksexperten helfen Sie uns, indem Sie aktuelle Informationsmaterialien aus den Bezirken zusammentragen und zum Beispiel Adressen, Telefonnummern und relevante Bezirksveranstaltungen recherchieren.
- Sie können uns gerne auch bei der Standbetreuung während unserer Veranstaltungen unterstützen.
- Oder als „Rheuma-Praxis-Engel“ in Arztpraxen, wo Sie zu unseren Angeboten und Selbsthilfemöglichkeiten informieren.
- Haben Sie handwerkliches Geschick? Unterstützen Sie zum Beispiel unseren Rheuma-Liga-Treffpunkt Steglitz-Zehlendorf!

Gerne können Sie uns auch mit vielen anderen Tätigkeiten unterstützen. Wir freuen uns auf Sie!

*Kontakt und Information:*
*Bertram Wittig*
*Sozialpädagoge (M.A.)*
*Tel. 32 290 29 51*
*wittig@rheuma-liga-berlin.de*

**Anzeige**

**Kururlaub mit Langzeiteffekt Bad Brambach**




Sächsische Staatsbäder GmbH
BAD BRAMBACH

**Bad Brambach zählt zu den renommiertesten Radonheilbädern Europas mit über 100jähriger Kurtradition. Hier sprudelt eine der stärksten Radonquellen weltweit. Die schmerzlindernde Wirkung kann mehrere Monate nach der Radontherapie anhalten.**

**Bad Brambacher Radontherapie**

Bäder und Trinkkuren mit Radon-Kohlensäure-Mineralheilwasser versprechen eine positive Wirkung auf:

- Schmerzen
- Rheumatische Beschwerden
- Stoffwechsel
- Selbstheilungskräfte
- Ausschüttung von Endorphinen

Die natürliche Kohlensäure unterstützt die Aufnahme von Radon und entlastet das Herz-Kreislauf-System.

**Medizinisch-therapeutische Kompetenz auf höchstem Niveau erwartet Sie!**

**Gesundheits-Vital-Woche**
**8 Tage, 7 Nächte inkl. HP**

- Ärztliche Untersuchung
- 14 Therapieanwendungen entsprechend Ihrer Indikation (z.B. Radonbäder, Klassische Massage, Basische Anwendungen)

**Täglich kostenfrei für Sie:**
z.B. Eintritt Bade- und Saunalandschaft mit Saunadorf, Eintritt Fitnessraum, Trinkkur aus den Mineralheilquellen, Leihbademantel

**ab 629,- Euro**
pro Person im Doppelzimmer

**Buchung/Information**
Sächsische Staatsbäder GmbH
Badstr. 47, 08648 Bad Brambach

**Tel.: 037437 71-111**
www.saechsische-staatsbaeder.de

Aktiv gegen Rheuma: Helfen Sie mit Ihrer Spende!

# Es geht los: Unterstützen Sie die Inbetriebnahme des Generationenbades!

Schirmherrin Monika Diepgen und Präsident Dr. Sörensen danken für Ihre Sonderspende für das Generationenbad: Bis zum 15.9.2017 hatten bereits 652 Mitglieder eine Gesamtsumme von 28.009 Euro gespendet. Dies ist ein überragendes Zeichen der Solidarität und hilft uns, die Schäden durch die Unwetter zu beseitigen und kommenden Widrigkeiten vorzubeugen. Nun gilt es, mit Ihrer Unterstützung das Generationenbad als Teil unseres „Rheuma-Gesundheitszentrums“ 2018 zeitnah zu eröffnen! Das Aqua-Thermal-Kryo-Center liegt in der Reißeckstraße 6 a, 12107 Berlin – direkt neben unserer Geschäftsstelle. Hier wollen wir für Kinder und Erwachsene mit rheumatischen Erkrankungen Bewegungskurse im warmen Wasser anbieten, auch mit Wasserfahrrädern. Zudem enthält das Gebäude Räume für Trockengymnastik sowie Infrarot- und Kältekabinen. Zwar wird das Projekt von der LOTTO-Stiftung Berlin gefördert – doch mit Ihrer Weihnachtsspende können Sie die besondere, rheumagerechte Ausstattung ermöglichen! Geben Sie hierzu bitte bei dem Verwendungszweck zusätzlich den entsprechenden Gegenstand an.

Wir veröffentlichen alle Spender auf unserer Spenderwand. Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie das nicht wünschen.

**Ansprechpartner:**
**Gerd Rosinsky,**
**Tel. 32 290 29 40**
**Kennwort:**
**»Inbetriebnahme Generationenbad«**

Im „Rheuma-Gesundheitszentrum” stehen zwei moderne Kältekabinen.

**Erhöhung der Kursgebühren:**

# Solidarität für einkommensschwache Mitglieder!

*Spenden und Mitgliedsbeiträge sind bei der Einkommens- und Körperschaftssteuer absetzbar, da die Rheuma-Liga Berlin als gemeinnütziger Verein anerkannt und berechtigt ist, Spendenbestätigungen auszustellen (Freistellungsbescheid des Finanzamtes vom 17.7.17, Steuer-Nr. 27/663/54064).*

Die Mitgliederversammlung der Rheuma-Liga Berlin hat am 7.10.17 eine Erhöhung der Gebühren für die Gruppengymnastikkurse beziehungsweise die Zusatzleistungen ab dem 1.1.18 beschlossen. Hierdurch können die Honorare der Therapeuten angepasst und die deutlich gestiegenen allgemeinen Kosten, z.B. für Heizung oder Energie, gegenfinanziert werden. Jedoch müssen die Kursteilnehmenden mehr bezahlen und eine Erhöhung trifft immer ganz besonders diejenigen, die nur wenig Geld zur Verfügung haben.

Wir bitten Sie darum um Ihre Solidarität: Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie, dass wir die Kursgebühr für einkommensschwache Mitglieder entsprechend dem Spendenaufkommen senken können. Kein Mensch mit Rheuma soll aus Kostengründen nicht am Funktionstraining teilnehmen können.

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

**SPENDEN AN :**
Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Bank für Sozialwirtschaft,
IBAN
DE13 100205000 003389103
BIC BFSWDE33BER
Bitte Kennwort angeben!

## Wir danken für Ihr Engagement!

# Spielwiese

## Wortschlangen für kluge Köpfe

Beispiel:

| | | |
|---|---|---|
| R | R | H |
| A | T | A |
| U | M | F |

RAUMFAHRT

| | | |
|---|---|---|
| U | D | E |
| N | A | I |
| G | L | N |

| | | |
|---|---|---|
| R | B | A |
| E | F | L |
| D | E | L |

| | | |
|---|---|---|
| U | E | R |
| A | H | C |
| Z | U | S |

| | | |
|---|---|---|
| T | E | E |
| N | R | S |
| U | H | O |

| | | |
|---|---|---|
| E | B | A |
| N | T | E |
| R | E | U |


## 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 / -in:
Cornelia Baltscheit,
Detlef Schmidt
Schatzmeister: Harald Kussin
Schriftführerin: Karin Köppen
Beisitzer / -in:
Irina Behl, Gerlinde Bendzuck,
Prof. Dr. Thomas Dörner,
Frau Prof. Dr. Erika Gromnica-Ihle,
Daniela Winkels

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

Der Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V. ist Mitglied in den nachfolgenden Einrichtungen: Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband, Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband Landesverband Berlin, LV Selbsthilfe, Regionales Rheumazentrum Berlin, aktiv in Berlin, Netzwerk Ehrenamt Neukölln, Europäischer Freundeskreis Julius-Stern-Institut

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 Bagatellerscheinung kann Ausdruck einer ernsten Krankheit sein, und ihre Selbstbehandlung unter Umgehung des Arztes bedeutet ein nicht zu unterschätzendes Gesundheitsrisiko!

**Auflage:** 12.000

Fotos: Malte Andersch, Jacqueline Hirscher, Hans Ziertmann, Archiv Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., S. 5 m.: Deniz Demirci – www.denizdemirci.net, S. 9 und 11 m.: JSI – Kilian Müller, S. 10 r.: *Foto: SCC EVENTS / PHOTORUN*, S. 14: Rheuma-Liga Baden-Würtemberg, S. 16: #32443643 kinderzeichnung ©Liddy Hansdottir – Fotolia.com, #183360334 Mädchen ©Africa Studio – Fotolia.com, Susanne Troll / Thomas Diller, S. 18: Danke ©Nelos – Fotolia.com, S. 19: Hotel Smeraldo, S. 22: #68943979 Frauen ©ACP prod – Fotolia.com, S. 23: Treptow – ©aldorado – Fotolia.com

**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 nehmen Silke Markgraf & Manuela Degner, Telefon (030) 745 20 47, E-Mail: anzeigen@westkreuz.de, entgegen.

**Redaktionsschluss** für die nächste Ausgabe: 31.3.2018

Für die Unterstützung bedanken wir uns bei der Deutschen Rentenversicherung Berlin-Brandenburg und den gesetzlichen Krankenkassen.

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg

GKV Spitzenverband

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

Ich interessiere mich für:

☐ Kuraufenthalt (2/3 Wochen) ab 18.4.18

**Sie können nach Absprache auch zu jeder anderen Zeit fahren.** Bitte melden Sie sich bei Frau Esser, um das Weitere zu besprechen. Sie organisiert diese Reisen seit über 30 Jahren ehrenamtlich für die Rheuma-Liga Berlin.

Allgemeine Informationen zu Ort und Hotel finden Sie unter: www.smeraldoterme.it

| | |
|---|---|
| **Name** | |
| **Vorname** | |
| **Straße** | |
| **PLZ** | **Ort** |
| **Telefon** | |

**Bitte ankreuzen:** ☐ **Einzelzimmer** ☐ **Doppelzimmer**

# Soziale Beratung in den Bezirken

Die Rheuma-Liga Berlin bietet professionelle Beratung an zu allen Themen, die sich bei rheumatischen Erkrankungen ergeben, unter anderem ambulante und stationäre Versorgung, Teilhabe am Arbeitsleben, medizinische Rehabilitation, Schwerbehinderung, Erwerbsminderung, Pflegeleistungen, finanzielle Hilfen und Selbsthilfemöglichkeiten. In einem persönlichen oder telefonischen Gespräch nehmen wir uns Zeit, Ihre Situation individuell und ganzheitlich zu betrachten und entwickeln mit Ihnen gemeinsam Lösungsmöglichkeiten zu Problemen Ihrer aktuellen Lebenssituation. Die Beratung findet in unseren Treffpunkten sowie in Arztpraxen und anderen Einrichtungen (siehe auch S. 21) statt.

**Kontakt:**
Tel. 32 290 29 50 oder beratung@rheuma-liga-berlin.de
Telefonische Sprechzeiten: Mo - Do 9 - 13 Uhr, Do 14 - 17 Uhr

**Mitte**
**Sandra Bluhm**
Diplom-Sozialarbeiterin
Tel. 32 290 29 53
bluhm@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeiten:
Mo 9 - 11 Uhr, Mi 16 - 18 Uhr*
**Treffpunkt:**
Charité Campus Mitte;
Eingang Ambulanz, III. Ebene,
Raum 03 007 A,
Luisenstraße 13,
10117 Berlin,

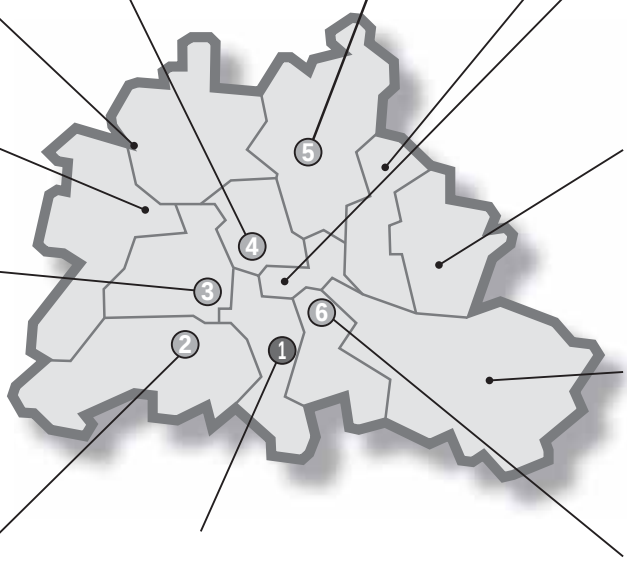
**Pankow**
**Frank Benedikt**
Sozialarbeiter (B.A.)
Tel. 32 290 29 54
benedikt@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeitem:
1. u. 3. Mo 14-17 Uhr*
**Treffpunkt:**
Reha-Tagesklinik im
Forum Pankow,
Hadlichstraße 19,
13187 Berlin

**Reinickendorf**
**Hilaria Bundschuh**
Diplom-Sozialarbeiterin
Tel. 32 290 29 52
bundschuh@
rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeit: Mo 9-13 Uhr*

**Lichtenberg**
**Frank Benedikt**
Sozialarbeiter (B.A.)
Tel. 32 290 29 54
benedikt@rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeit: Mi 9-13 Uhr*

**Friedrichshain-Kreuzberg**
**Linda Meyer**
Diplom-Sozialarbeiterin
Tel. 32 290 29 65
meyer@rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeiten: Di 9-13 Uhr, Do 14-17 Uhr*

**Spandau**
**Peter Böhm**
Diplom-Psychologe
Tel. 32 290 29 62
boehm@rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeiten: Mi 9-13 Uhr,
Do 15-18.00 Uhr*




**Marzahn-Hellersdorf**
**Frank Benedikt**
Sozialarbeiter (B.A.)
Tel. 32 290 29 54
benedikt@rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeit: Mi 9-13 Uhr*

**Charlottenburg-Wilmersdorf**
**Peter Böhm**
Diplom-Psychologe
Tel. 32 290 29 62
boehm@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeiten:
Mi 9 - 13 Uhr, Do 15 - 18 Uhr*
**Treffpunkt:**
Zillestraße 10
(Untergeschoss AOK),
10585 Berlin

**Treptow-Köpenick**
**Bertram Wittig**
Sozialpädagoge (M.A.)
Tel. 32 290 29 51
wittig@rheuma-liga-berlin.de
Tel. Sprechzeit: Di 15-17.30 Uhr, Do 9-13 Uhr*

**Tempelhof-Schöneberg**
**Linda Meyer**
Diplom-Sozialarbeiterin
Tel. 32 290 29 65
meyer@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeiten: Di 9 - 13 Uhr, Do 14 - 17 Uhr*
**Treffpunkt:**
**Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfezentrum**
Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin

**Steglitz-Zehlendorf**
**Hilaria Bundschuh**
Diplom-Sozialarbeiterin
Tel. 32 290 29 52
bundschuh@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeit: Do 12 - 16 Uhr*
**Treffpunkt:**
Schützenstraße 52, 12165 Berlin

**Neukölln**
**Bertram Wittig**
Sozialpädagoge (M.A.)
Tel. 32 290 29 51
wittig@rheuma-liga-berlin.de
Sprechzeiten:
Di 15-17.30 Uhr, Do 9-13 Uhr*
**Treffpunkt:**
Bürgerzentrum Neukölln
Werbellinstraße 42, 12053 Berlin

* und nach Vereinbarung.

Das Angebot „Soziale Beratung“ ist Bestandteil des Projektes „Wohnortnahe psychosoziale Beratung und Hilfen zur Selbsthilfe für rheumakranke Menschen“ und wird gefördert durch das Land Berlin im Rahmen des Integrierten Gesundheitsprogrammes.

LAGeSo

# Weitere Beratungsangebote

## SOZIALE BERATUNG IN ARZTPRAXEN UND ANDEREN RHEUMATOLOGISCHEN EINRICHTUNGEN

### CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF

- **Praxis Dr. Loddenkemper/ Dr. Spies**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 62, boehm@rheuma-liga-berlin.de*

### MARZAHN-HELLERSDORF

- **Praxis Dr. Mielke**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 54, bendikt@rheuma-liga-berlin.de*

### PANKOW

- **Immanuel-Krankenhaus Buch**
- **MVZ Parkklinik Weißensee**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 54 benedikt@rheuma-liga-berlin.de*

### REINICKENDORF

- **Johanniter-Stift Berlin-Tegel**
- **Kontaktstelle Pflegeengagement**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 52 bundschuh@rheuma-liga-berlin.de*

### SPANDAU

- **Praxis Dr. Viale Rissom**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 62 boehm@rheuma-liga-berlin.de*

### STEGLITZ-ZEHLENDORF

- **Praxis Dr. Karberg**
- **Praxis Dr. Brand-Jürgens**
- **Immanuel-Krankenhaus Wannsee**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 52 bundschuh@rheuma-liga-berlin.de*

### TREPTOW-KÖPENICK

- **Praxis Dr. Herzberg**
- **Praxis Dr. Remstedt**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 51 wittig@rheuma-liga-berlin.de*

### LICHTENBERG

- **Kiezspinne**

*Kontakt: Tel. 32 290 29 54 benedikt@rheuma-liga-berlin.de*

## RHEUMAKRANKE KINDER

**Soziale Beratung**

*Bertram Wittig*
*Sozialpädagoge (M.A.)*
*Tel. 32 290 29 51*
*wittig@rheuma-liga-berlin.de*
**Sprechzeiten:**
Di 15-17.30 Uhr, Do 9-13 Uhr und nach Vereinbarung
*Treffpunkt Neukölln* 6

*Weitere Beratungsstandorte*

- Sozialpädiatrisches Zentrum Charité, Campus Virchow, Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin. nach Vereinbarung
- Helios Klinik Berlin, Schwanebecker Chaussee 50, 13125 Berlin Jeden 2. Do im Monat

*Eltern-Kind-Café*
Do 13.30-16 Uhr
Helios Klinik Berlin
Jeden 2. Mo 13.30-17 Uhr
SPZ Charité, Campus Virchow

*Rheumafoon / Elternkreis*
Angelika Kapp
Tel. 0178-134 68 44

*Rheumakranke Kinder / Elternkreis*
Bertram Wittig, Kontakt s.o.

## SPEZIELLE ALTERSGRUPPEN

**Junge Rheumakranke im Alter von 18-35**

*Kontakt und Information:*
*Bertram Wittig*
*Sozialpädagoge (M.A.)*
*Tel. 32 290 29 51*
*wittig@rheuma-liga-berlin.de*
**Sprechzeiten:**
Telefonisch: Do 9-13 Uhr
Persönliche Beratung nach Vereinbarung

**Rheumakranke im mittleren Lebensalter von 35-50 Jahren**

*Kontakt und Information:*
*Linda Meyer*
*Diplom-Sozialarbeiterin*
*Tel. 32 290 29 65*
*meyer@rheuma-liga-berlin.de*
**Sprechzeiten:**
Telefonisch:
Di 9-13 Uhr, Do 14-17 Uhr
Persönliche Beratung nach Vereinbarung

## BERATUNG AUS EIGENER BETROFFENHEIT

Durch unsere Ehrenamtlichen findet Beratung aus eigener Betroffenheit zu Selbsthilfemöglichkeiten und den Angeboten der Rheuma-Liga statt:
persönlich oder unter der Telefonnummer 32 290 29 64.

Jeden 1. und 3. Mo. im Monat
10-12 Uhr
*Horst Schmidt*
*Treffpunkt Neukölln* 6

Jeden 2. Mo im Monat
14-17 Uhr
*Frank Petzsch*
*Treffpunkt Pankow* 5

Jeden 1. und 3. Di im Monat
9-11 Uhr
*Sibylle Giroud*
*Treffpunkt Steglitz* 2

Jeden 3. Mi im Monat
15-16.30 Uhr
*Elke Büttner, Ursula und Bernd Kiel, Helga Göttel*
*Ort: Johanniter-Stift Berlin-Tegel, Karolinenstraße 21, 13507 Berlin, EG linker Gang „Kleine Küche“*

Auch in Arztpraxen informieren unsere *Rheuma-Praxis-Engel* aktuell und umfassend über unsere Angebote und Selbsthilfemöglichkeiten.

► *Cornelia Baltscheit*
im Immanuel-Krankenhaus Berlin-Wannsee

► *Birgit Mietz-Dickes*
in der Praxis „MVZ iNUK"

► *Elke Seibt*
im Immanuel-Krankenhaus Berlin-Buch und im MVZ Parkklinik Weißensee

## BERATUNGSANGEBOTE FÜR MITGLIEDER

### Rechtsberatung

► *RA Dr. Robert Heimbach*
Jeden 1. Mo im Monat
16-18 Uhr im Treffpunkt Charlottenburg-Wilmersdorf 3
jeden 3. Mi im Monat,
16-18 Uhr
Treffpunkt Mitte 4

► *RA Ricarda Bormann*
Jeden 1. und 3. Mo im Monat,
16-18 Uhr
Treffpunkt Tempelhof-Schöneberg 1

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 50,*
*beratung@rheuma-liga-berlin.de*

### Rentenberatung:

Beratung zum gesetzlichen Rentenrecht

► *Ursula Hoffmann*
(Versichertenberaterin)
Jeden 2. u. 4. Di im Monat
16-18.15 Uhr
im Treffpunkt Steglitz-Zehlendorf 2

► *Marianne Kellner*
(Versichertenberaterin)
Jeden 1. Mo im Monat
13 - 15 Uhr
Im Treffpunkt Tempelhof-Schöneberg 1

Hinweis: Bitte halten Sie Ihre Versichertennummer bereit.
*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 50,*
*beratung@rheuma-liga-berlin.de*

### Pflegeberatung

Kostenlose, individuelle und neutrale Beratung rund um das Thema Pflege im Pflegestützpunkt Mariendorf
Di 15-16 Uhr; Do 11-12 Uhr
Im Treffpunkt Tempelhof-Schöneberg 1
*Information und Anmeldung:*
*Emilie Heyroth*
*Tel. 54 03 49 78*

### Vorstandssprechstunde

Anmeldung und Information bei der Mitgliederbetreuung
Tel. 32 290 290.

### 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 den Vorstand: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., »Mitgliederwünsche« Mariendorfer Damm 161 a, 12107 Berlin, Tel. 32 290 29 40, zirp@rheuma-liga-berlin.de

## FREIZEIT- UND KREATIVGRUPPEN

### Freizeit- und Kreativgruppen

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

► **Theatergruppe**
Wenden Sie sich bei Interesse an die Soziale Beratung,
Tel. 32 290 29 50, beratung@rheuma-liga-berlin.de

► **Sitz-Tanzgruppe**
Ingrid Eggert
Tel. 401 22 99

► **Chor**
– **»Die Rheumameisen«**
Birgit Sommer
Tel. 464 85 32
– **»Lukas-Kantorei«**
Christine Rosinsky-Stöckmann
Tel. 25 92 24 22

► **Keramikarbeiten**
– Wolfgang Bouvier
Tel. 692 73 49
– Doris Liebig
Tel. 36 28 14 64 /
0176 80 09 07 40
– Christa Dlugosch
Tel. 363 37 65

► **Malen mit Musik**
Bettina Schilling
Bildende Künstlerin
Tel. 218 32 37

*Siehe auch »freie Kursplätze« S. 14.*

# Selbsthilfegruppen

## 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 gemischte Gruppen und Gruppen zu speziellen Krankheitsbildern. Ferner gibt es Angebote für spezielle Altersgruppen und Selbsthilfegruppen zu bestimmten Themenfeldern.

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 50,*
*beratung@rheuma-liga-berlin.de*

## AKTUELL

### Neue Selbsthilfegruppen in Mitte

**► Fibromyalgie für berufstätige Frauen und Männer**

Wenn Sie sich mit Ihrer Erkrankung auseinandersetzen möchten, sich mit anderen austauschen und neue Wege gehen wollen sowie gemeinsam aktiv sein wollen sind Sie herzlich eingeladen. Die Gruppe plant, sich jeden 1. Mittwoch im Monat 17.30-19 Uhr zu treffen.
*Kontakt und Information:*
Tel. *32 290 29 65*
*meyer@rheuma-liga-berlin.de*

**► Interessent/innen für neue Selbsthilfegruppe in Weißensee gesucht**

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 54,*
*benedikt@rheuma-liga-berlin.de*

**► Interessent/innen für neue Selbsthilfegruppe in Reinickendorf gesucht**

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 52,*
*bundschuh@rheuma-liga-berlin.de*

### Selbsthilfegruppen in Steglitz-Zehlendorf

Zwei Selbsthilfegruppen suchen neue Interessenten. Um Anmeldung wird gebeten.

**► Fibromyalgie**

Die Gruppe trifft sich jeden 3. Mittwoch im Monat.

**► Arthrose**

Die Gruppe trifft sich jeden 1. Montag im Monat.

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 52,*
*bundschuh@rheuma-liga-berlin.de*

### Selbsthilfegruppe Sjögren in Treptow-Köpenick

Die Selbsthilfegruppe Sjögren sucht weitere Interessenten. Um Anmeldung wird gebeten. Sie trifft sich jeden letzten Freitag im Monat, 14-16 Uhr.
*Ort:* Meist in der Stadtkirchengemeinde. Bitte erfragen Sie den aktuellen Ort bei Ihrer Anmeldung.
*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 51,*
*wittig@rheuma-liga-berlin.de*

### Stammtisch für junge Menschen mit Rheuma

Sie sind jung und möchten sich in lockerer Atmosphäre mit anderen Betroffenen über Ihre Erkrankung austauschen?
*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 51,*
*wittig@rheuma-liga-berlin.de*

### Rheuma-Stammtisch

Offener Stammtisch für rheumakranke Menschen. Angehörige, Partner und Freunde von Betroffenen sind herzlich willkommen!
*Treffpunkt:*
*Restaurant / Kneipe »Deichgraf«, Nordufer 10, 13352 Berlin jeden letzten Mi im Monat ab 19 Uhr, außer im Dezember.*

### Selbsthilfegruppe Polymyalgia Rheumatica in Charlottenburg-Wilmersdorf

Neue Interessenten sind gerne willkommen.
*Ort: Rheuma-Liga-Treffpunkt Charlottenburg-Wilmersdorf (Untergeschoss AOK Servicecenter), Zillestraße 10, 10585 Berlin*
*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 62,*
*boehm@rheuma-liga-berlin.de*

## VERSCHIEDENE THEMEN

### Selbsthilfegruppen für türkische Frauen

*Kontakt und Information:*
*Tel. 32 290 29 52,*
*bundschuh@rheuma-liga-berlin.de*

### Selbsthilfegruppe »Rheuma und Ernährung«

Gertrud Dirks, Tel. 23 13 12 37

*Gemeinsam sind wir stark. Werden Sie Mitglied!*

# Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Schließtag: 30.4.18

**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 Diepgen
Präsident: Dr. Helmut Sörensen
Geschäftsführer: Gerd Rosinsky

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE94 100205000 003389100
BIC BFSWDE33BER

**Ihre Ansprechpartner:**

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

- Tel. 030 32 290 29 10
  E-Mail: kurse@rheuma-liga-berlin.de
  Sprechzeiten:
  Mo-Fr 9-13 Uhr
  Do 9-13 / 14-17 Uhr

**Presse, Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen**

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

**Soziale Beratung, Selbsthilfegruppen, Ehrenamt**

- Tel. 030 32 290 29 50
  E-Mail: beratung@rheuma-liga-berlin.de
  Telefonische Sprechzeiten:
  Mo-Do 9-13 Uhr
  Do 14-17 Uhr

**Im Internet:**

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

Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.