Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.
Mariendorfer Damm 161a
12107 Berlin

Ansprechpartner:
Malte Andersch
Tel. 030 32 290 29 24
Fax 030 32 290 29 39
andersch@rheuma-liga-berlin.de
www.rheuma-liga-berlin.de

17.4.2020

Sonderrundbrief Nr. 6

Sehr geehrte Damen und Herren,
heute erhalten Sie unseren neuen Sonderrundbrief mit aktuellen Informationen. Wir sind für Sie da!

Vielen Dank für Ihre bisherigen positiven, Mut machenden Rückmeldungen und Ihr Interesse, uns zu unterstützen sowie ehrenamtlich aktiv zu werden. Wir haben bislang Spenden in Höhe von 4.625 Euro erhalten, und 27 Mitglieder erhöhen freiwillig Ihre Mitgliedsbeiträge. Uns erreichten auch einige Rückfragen von Mitgliedern, die momentan nicht zur Bank gehen können, um ihren Mitgliedsbeitrag zu überweisen: Bitte melden Sie sich bei uns!

In diesen schwierigen Zeiten freuen wir uns, wenn Sie uns schreiben, wie es Ihnen zurzeit in dieser Situation geht und wie Sie damit umgehen. Denn leider ist in der Öffentlichkeit bislang zu wenig bekannt, vor welchen Problemen Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit rheumatischen Erkrankungen momentan stehen – hier wollen wir berichten und benötigen dafür Ihre Rückmeldungen.

Auch danken wir Ihnen für Ihre Geduld, die Sie beweisen, indem Sie zu Hause bleiben und auf vieles verzichten müssen – leider auch bis mindestens zum 3.5.2020 weiterhin auf unsere Funktionstrainingskurse und andere Angebote. Wir werden Sie umgehend informieren, sobald die Politik entscheidet, dass es hier weitergehen kann. Und vor allem wünschen wir alles Gute und Gesundheit mit den besten Grüßen Ihres Vorstands und Ihres Präsidenten, Herrn Dr. Sörensen!

Im aktuellen Rundbrief lesen Sie:

1) Gruppenangebote/Funktionstraining/Veranstaltungen: Weitere Verschiebungen wegen der aktuellen Situation
2) Soziale Beratung für mehr Lebensqualität: Unterstützung im Alltag und in der aktuellen Lebenssituation
3) Für medizinische Fragen zu „Rheuma und Corona“: Telefonische Beratung durch Dr. Sörensen und Frau Dr. Claußnitzer
4) Vorstandssprechstunde von Montag bis Freitag
5) Neu – Telefonischer „Infostand“: Ehrenamtliche Beratung
6) Sprechstunden für Kinder, Jugendliche und junge Menschen mit rheumatischen Erkrankungen
7) Corona und Rheuma: Wichtige Sonderregelungen sind in Kraft getreten!
8) Hilfen für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen
9) Gute Information für Alle: Wichtige Fragen und Antworten aus unserer Beratung
10) Aktiv gegen den Rheumaschmerz: Mit Motivationsvideos, „Rheuma-Übungen“ und Tipps gegen die Langeweile!
11) SFD informiert: Einkaufsfahrten und kurzfristige Beförderung zu Untersuchungen o.Ä. möglich!
12) Mitgliederzeitschrift Mobil: Veranstaltungshinweise im regionalen Beihefter leider veraltet

Die im Sonderbrief veröffentlichten Informationen entsprechen dem heutigen Stand und können sich aufgrund der dynamischen Entwicklungen jederzeit ändern. Deshalb informieren wir auch immer aktuell unter www.rheuma-liga-berlin.de. Gerne können Sie weitere Informationen bei uns anfragen: Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.

1) Gruppenangebote/Funktionstraining/Veranstaltungen: Weitere Verschiebungen wegen der aktuellen Situation

Vor dem Hintergrund des Beschlusses *Beschränkungen des öffentlichen Lebens zur Eindämmung der COVID19-Epidemie* der Bundeskanzlerin und der Regierungschefinnen und Regierungschefs der Länder vom 15.4.2020 ist unter anderem das Kontaktverbot bis zum 3.5.2020 verlängert worden. Leider werden keine Gruppenangebote (Funktionstraining) bis zu diesem Zeitpunkt möglich sein.

Auch müssen wir weitere geplante Veranstaltungen verschieben. Dies gilt für alle kommenden Veranstaltungen bis einschließlich zum 4.7.2020, für diesen Tag war unsere Mitgliederversammlung geplant, der neue Termin wird Ihnen noch mitgeteilt.

Wir bitten um Ihr Verständnis und möchten Sie ausdrücklich ermutigen, unsere Angebote der telefonischen Beratung und im Internet zu nutzen – wir freuen uns auf Sie!

2) Soziale Beratung für mehr Lebensqualität: Unterstützung im Alltag und in der aktuellen Lebenssituation

Wir sind für Sie da! Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sozialen Beratung sind Ihr erster Ansprechpartner, gerade auch zum Thema „Alltag mit Rheuma“ in dieser aktuellen und besonderen Situation. Themen wie medizinische Versorgung, Umgang mit Isolation und Hilfsmöglichkeiten im Alltag gehören zu unserer Beratung dazu. Leider sind wir aufgrund des oben genannten Beschlusses (siehe 1) zurzeit nur telefonisch oder per E-Mail zu kontaktieren.

- **Unsere telefonischen Sprechzeiten** sind Mo.-Do. 9-13 Uhr, Do. 14-17 Uhr. Wir versuchen, auch darüber hinaus für Sie da und erreichbar zu sein:
  Tel. 32 290 29 50 oder per E-Mail unter beratung@rheuma-liga-berlin.de.
- Sie können auch direkt ihren **Ansprechpartner in Ihrem Wohnbezirk** kontaktieren:
  – **Charlottenburg-Wilmersdorf**: Peter Böhm, 32 290 29 62, boehm@rheuma-liga-berlin.de
  – **Friedrichshain-Kreuzberg**: Linda Meyer, 32 290 29 65, meyer@rheuma-liga-berlin.de
  – **Lichtenberg**: Frank Benedikt, 32 290 29 54, benedikt@rheuma-liga-berlin.de
  – **Marzahn-Hellersdorf**: Frank Benedikt, 32 290 29 54, benedikt@rheuma-liga-berlin.de
  – **Mitte**: Sandra Bluhm, 32 290 29 53, bluhm@rheuma-liga-berlin.de
  – **Neukölln**: Bertram Wittig, 32 290 29 51, wittig@rheuma-liga-berlin.de
  – **Pankow**: Frank Benedikt, 32 290 29 54, benedikt@rheuma-liga-berlin.de
  – **Reinickendorf**: Hilaria Bundschuh, 32 290 29 52, bundschuh@rheuma-liga-berlin.de
  – **Spandau**: Peter Böhm, 32 290 29 62, boehm@rheuma-liga-berlin.de
  – **Steglitz-Zehlendorf**: Hilaria Bundschuh, 32 290 29 52, bundschuh@rheuma-liga-berlin.de
  – **Tempelhof-Schöneberg**: Linda Meyer, 32 290 29 65, meyer@rheuma-liga-berlin.de
  – **Treptow-Köpenick**: Bertram Wittig, 32 290 29 51, wittig@rheuma-liga-berlin.de

Unsere Soziale Beratung bietet Ihnen Informationen und professionelle Unterstützung in Ihren persönlichen und sozialrechtlichen Angelegenheiten, die mit Ihrer Erkrankung und Behandlung in Zusammenhang stehen. Auch das „offene Ohr“ für die Probleme, die gerade in der Zeit der Pandemie entstehen, gehört dazu. Die Beratung wird in einem persönlichen Gespräch von Sozialarbeiterinnen

und Sozialarbeitern durchgeführt und ist kostenfrei. Unser Ziel ist es, die für Sie bestmögliche Lebensqualität zu erreichen.

3) Für medizinische Fragen zu „Rheuma und Corona“: Telefonische Beratung durch Dr. Sörensen, Präsident Rheuma-Liga Berlin/Rheumatologe und Frau Dr. Claußnitzer, Charité/Rheumatologin

Tel. (030) 32 290 29 33

- **Montags, 16-17 Uhr: Dr. Sörensen**
- **Mittwochs, 15-16 Uhr: Frau Dr. Claußnitzer**

Dieses Angebot ist keine ärztliche Sprechstunde und ersetzt nicht die Kontaktaufnahme mit dem behandelnden Arzt.

4) Vorstandssprechstunde von Montag bis Freitag

Unsere Vorstandsmitglieder bieten eine tägliche Vorstandssprechstunde zu Ihren Fragen an:

Tel. (030) 32 290 29 64

- **Montags, 10-12 Uhr, Herr Kussin**
- **Dienstags, 10-13 Uhr, Frau Baltscheit**
- **Mittwochs/Donnerstags, 10-13 Uhr, Frau Köppen**
- **Freitags, 10-13 Uhr, Frau Behl**

Dieses Angebot ist keine ärztliche Sprechstunde und ersetzt nicht die Kontaktaufnahme mit dem behandelnden Arzt.

5) Neu – Telefonischer „Infostand“: Ehrenamtliche Beratung

Unsere ehrenamtliche Mitarbeiterin, Gabriele Prietzel, berät schon seit vielen Jahren im Rahmen von Veranstaltungen am Informationsstand. Da diese derzeit entfallen, bietet Frau Prietzel eine telefonische Sprechstunde zu den Broschüren sowie zu den allgemeinen Angeboten der Rheuma-Liga Berlin an.

Tel. (030) 32 290 29 33

- **Dienstags, 14-16 Uhr: Gabriele Prietzel, ehrenamtliche Mitarbeiterin**

Dieses Angebot ist keine ärztliche Sprechstunde und ersetzt nicht die Kontaktaufnahme mit dem behandelnden Arzt.

6) Sprechstunden für Kinder, Jugendliche und junge Menschen mit rheumatischen Erkrankungen

Kinder, Jugendliche und junge Menschen mit rheumatischen Erkrankungen, die sich mit anderen Betroffenen gleichen Alters austauschen möchten, können sich aktuell an die folgenden Ansprechpartnerinnen wenden:

- **Jugendliche und junge Menschen:**
  - Frau Ahrensdorf, E-Mail: nine.ahrensdorf@googlemail.com
  - Frau Winkels, Tel. 0173-8115712, E-Mail: daniwinkels@yahoo.de
- **Kinder/Eltern:**
  - Frau Kapp, Tel. 0178 – 134 68 44

7) Corona und Rheuma: Wichtige Sonderregelungen sind in Kraft getreten!

Wichtige Sonderregelungen des Gemeinsamen Bundesausschusses für Patientinnen und Patienten anlässlich der Pandemie sind rückwirkend zum 9.3.2020 in Kraft getreten. Sie betreffen die folgenden Punkte: Arzneimittel, Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen, Entlassungsmanagement, Häusliche Krankenpflege, Heilmitteltherapie, Hilfsmittelversorgung, Krankenfahrten und Krankenkassen: Vorlage von Verordnungen.

Die Informationen zu den Sonderregelungen finden Sie unter: https://rheuma-liga-berlin.de/blog/2020/corona-und-rheuma-wichtige-sonderregelungen-sind-in-kraft-getreten?

8) Hilfen für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen

Viele Menschen mit rheumatischen Erkrankungen zählen zu den sogenannten Risikogruppen, die besonders von SARS-CoV-2/Covid 19 betroffen sein können. Sie können momentan aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung ihren Wohnort nur eingeschränkt oder gar nicht verlassen, sind möglicherweise in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt beziehungsweise alleinstehend. Um diesen Betroffenen zu helfen, haben wir eine Liste von Unterstützungsangeboten zusammengestellt:

Nachbarschaftshilfen/Einkaufshilfen/Lieferdienste in Berlin:

a) https://www.berlin.de/buergeraktiv/
b) https://www.berlin.de/buergeraktiv/informieren/coronavirus/nachbarschaftliche-hilfe/artikel.910828.php
c) www.bringdichein-berlin.de/nachbarschaftshilfe
d) https://nebenan.de/?utm_source=go&utm_medium=cpc&utm_campaign=corona&utm_content=neighborhoodhelp&gclid=EAIaIQobChMI2InUueS36AIVkkDTCh3S3QqLEAAYASAAEgKcyPD_BwE
e) https://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/malteser-nachbarschaft.html
f) https://www.coronaport.net/hilfe
g) https://www.rbb24.de/panorama/thema/2020/coronavirus/beitraege/nachbarschaftshilfe-berlin-netz-soziale-medien.html
h) https://www.facebook.com/groups/coronacare/?fref=mentions&__tn__=K-R
i) https://www.kaufda.de/insights/welcher-supermarkt-liefert-nach-hause-der-supermarkt-lieferservice-ueberblick/

9) Gute Information für Alle: Wichtige Fragen und Antworten aus unserer Beratung

Um Sie jederzeit gut informieren zu können, haben wir im Internet eine aktuelle Liste zu wichtigen Fragen und Antworten aus unserer Beratung zusammengestellt. Hier finden Sie wichtige Informationen unter anderem zu folgenden Themen: Informationen und Beratung zu „Rheuma und Corona“, Mitgliedschaft, Funktionstraining, Unterstützungsangebote, Pflege, Kinderbetreuung, Videosprechstunden.

Die aktuelle Liste finden Sie unter: https://rheuma-liga-berlin.de/blog/2020/gute-information-fuer-alle-die-haeufigsten-fragen-und-antworten-in-unserer-beratung

10) Aktiv gegen den Rheumaschmerz: Mit Motivationsvideos, „Rheuma-Übungen“ und Tipps gegen die Langeweile!

Wir sind für Sie da und möchten Sie ermutigen, auch von zu Hause aus aktiv zu bleiben: Nutzen Sie gerne die **„Rheuma-Übungen“** für zu Hause, die wir unter www.rheuma-liga-berlin.de bereitgestellt haben. Auch finden Sie dort **Motivationsvideos** von unserer Kulturbotschafterin Deniz Demirci unter: https://rheuma-liga-berlin.de/blog/2020/musik-der-hoffnung-kulturbotschafterin-demirci-spielt-fuer-die-mitglieder-der-rheuma-liga-berlin. Oder wie wäre es als **Tipp gegen die Langeweile** mit einem 30-tägigen Zugang zur digitalen Konzertsammlung der Berliner Philharmoniker: https://www.digitalconcerthall.com/de/home

Bleiben Sie – soweit möglich – in Bewegung!

11) SFD informiert: Einkaufsfahrten und kurzfristige Beförderung zu Untersuchungen o.Ä. möglich!

Der Sonderfahrdienst (SFD) arbeitet auch während der Covid-19-Pandemie wie gewohnt und steht für Fahrtwünsche uneingeschränkt zur Verfügung. Um die Nutzung von öffentlichen

Personennahverkehren zu ersparen, führt der SFD derzeit praktisch alle möglichen Fahrten durch, um Teilhabe zu ermöglichen und unnötige Risiken, etwa durch überfüllte Busse, Bahnen oder Supermärkte zu vermeiden. Nach Absprache führt das Fahrpersonal gerne auch kleine Einkäufe durch oder befördert, ggf. auch die Betreuungsperson, zum Einkauf oder der Apotheke.

Information und Bestellung: Tel. 26 10 23 00, von 7 bis 17 Uhr, auch feiertags oder per E-Mail: order@sfd-berlin.de. (Fahrtwünsche werden gerne bis zu 14 Tage vorab entgegengenommen.)

Aus: E-Mail vom 12.4.2020, SonderFahrDienst für Menschen mit Behinderungen im Auftrag des Landes Berlin

12) Mitgliederzeitschrift Mobil: Veranstaltungshinweise im regionalen Beihefter leider veraltet

Zusammen mit der Mitgliederzeitschrift Mobil veröffentlichen wir seit Ende 2018 einen regionalen Beihefter. In der aktuellen Ausgabe sind Veranstaltungshinweise auf den Seiten 1 und 2 enthalten, welche zu Redaktionsschluss zwar aktuell, aufgrund der derzeitigen Lage jedoch veraltet sind. Wir bitten dieses Versehen zu entschuldigen, es ist insbesondere der sehr dynamischen Situation geschuldet.

Wenn Sie unseren Rundbrief nicht mehr erhalten möchten,
bestellen Sie ihn einfach ab unter Tel. 030 32 290 29 23 oder zirp@rheuma-liga-berlin.de

Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.