



agil

39. Jahrgang

6-2023

EDITORIAL

Liebe Mitglieder,

„Hilfe zur Selbsthilfe“ ist unser Motto: aber wissen das auch diejenigen, bei denen eine rheumatische Erkrankung ganz frisch diagnostiziert wurde? Zunächst ist es erfreulich, dass wir heutzutage bei geglückter Früherkennung dank innovativer Therapien Schmerzen und Entzündungen verringern können. Gleichwohl: eine chronische Erkrankung kann vielleicht in ihrem Verlauf verzögert werden, aber in vielen Fällen ist Heilung leider noch nicht möglich. Daher gilt es, sich stärker mit Präventi-

on im weitesten Sinn zu befassen, gerade wenn man weiß, dass der Krankheitsverlauf nicht vorhersehbar ist: wie lange werden die Therapien wirken? Was ist zu tun, wenn ich eine Veränderung feststelle? Wie gehe ich mit der Erkrankung im Privaten und Beruf um? Wo finde ich geeignete Sport- und Bewegungsangebote? Sollte ich vielleicht doch mich etwas mehr mit der Erkrankung befassen? Es ist wichtig, bereits in Zeiten von Schmerz- und Entzündungsarmut mit uns Kontakt aufzunehmen und Vorsorge zu betreiben. Dazu empfehlen wir unsere vielen Veranstaltungen mit großem Nutzen

für jeden Teilnehmenden, unsere Beratungs- und Bewegungsangebote und unsere Selbsthilfegruppen. Nur wer Hilfe annehmen kann, wird einen Weg finden, mit der Erkrankung zurechtzukommen – und kann vielleicht auch anderen helfen. Wir danken Ihnen für Ihre viele Unterstützung, Ihre Spenden und wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr 2024,



Herzliche Grüße
Dr. Helmut Sörensen
Präsident der
Rheuma-Liga Berlin

PS: Bitte denken Sie auch an diejenigen, die in diesen kalten Zeiten kein Zuhause haben: wir sammeln wieder Geschenkpakete für obdachlose Menschen: bitte geben Sie diese bis zum 15.12.2023 in unserer Zentrale oder in den Treffpunkten ab. Vielen Dank!

Informationsveranstaltung

Sjögren-Tag 2024: Wenn die Drüsen streiken

Bundesweite Informationsveranstaltung mit medizinischen Vorträgen für Betroffene und deren Angehörige. Im Rahmen des Sjögren-Tags beantworten die Expertinnen und Experten individuelle Fragen.

Weitere aktuelle Informationen unter: www.rheuma-liga-berlin.de

Programm:

11:00 Uhr: Begrüßung

Dr. Helmut Sörensen, Prof. Dr. Thomas Dörner

11:10 Uhr: Innovationen und Perspektiven der Behandlung entzündlich-rheumatischer Erkrankungen

Prof. Dr. Gerhard Krönke

11:40 Uhr: Wie häufig ist Sjögren und wie wirkt es sich auf das Leben Betroffener aus?

Dr. Katinka Albrecht

11:55 Uhr: Verbesserung der Diagnostik des Sjögren-Syndroms

Prof. Dr. Torsten Witte

12:30 Uhr: Bewegte Pause mit Gymnastikübungen und Hinweisen zu Bewegungsangeboten der Rheuma-Liga Berlin

13:00 Uhr: Welche neuen Erkenntnisse in der Bildgebung gibt es beim Sjögren?

Privatdozentin Dr. Stephanie Finzel

13:30 Uhr: Sjögren, was bedeutet das für meine Zähne, worauf muss ich achten?

Dr. Thomas Eger

14:00 Uhr: Ansätze neuer Behandlungen beim Sjögren

Prof. Dr. Thomas Dörner

14:30 Uhr: Abschließende Bemerkungen

Moderation und wissenschaftliche Leitung:

Prof. Dr. Thomas Dörner

Teilnahme kostenfrei!



**Samstag, 06. April 2024,
11:00 - 14:30**

Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Begegnungshalle/ Eingang Mariendorfer Damm 159/161, 12107 Berlin

Anmeldung:

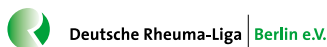
Daniela Beyer, Tel. 030 32 290 29 24
(AB Veranstaltungshotline) oder
veranstaltungen@rheuma-liga-berlin.de

Junge Klassik

Das Julius-Stern-Institut im Konzert

Samstag, 24. Februar 2024, 17 Uhr
Konzertsaal der Universität der Künste Berlin, Hardenbergstraße/Ecke Fasanenstraße, Berlin-Charlottenburg
Benefizkonzert zugunsten von Kindern und Jugendlichen mit rheumatischen Erkrankungen

Kartenreservierung nur schriftlich möglich: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Daniela Beyer, Mariendorfer Damm 161a, 12107 Berlin
bzw. zirp@rheuma-liga-berlin.de
Um eine Mindestspende von 15 Euro pro Karte wird gebeten. Weitere Informationen: www.julius-stern-insitut.de



Anmeldung zum Benefizkonzert Junge Klassik

Bitte per Post oder Fax an:
Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Mariendorfer Damm 161a
12107 Berlin
Fax-Nr. 030 32 290 29 39

Ich melde mich hiermit verbindlich an zum:
Benefizkonzert am 24. Februar 2024, 17 Uhr

Ich bestelle _____ Karten.

Name, Vorname _____

Adresse für Kartenversand _____

Telefon _____

E-Mail _____

Rheuma-Liga-Mitglied nein
 ja, Mitgl.-Nr. (PNR): _____

Rollator nein ja

Rollstuhl nein ja

Den Spendenbeitrag – unter Angabe der Veranstaltung – überweise ich umgehend auf das Konto der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.: Bank für Sozialwirtschaft, IBAN DE13 1002 0500 0003 3891 03, BIC BFSWDE33BER

Hinweis: Es gibt nur vier Rollstuhlplätze vor Ort, die nach Eingang der Bestellung vergeben werden.

Besondere Hinweise: _____

VERANSTALTUNGEN

STAND: NOVEMBER 2023

Da Änderungen jederzeit möglich sind, beachten Sie bitte die aktuelle Veranstaltungsübersicht im Internet unter www.rheuma-liga-berlin.de.

Anmeldung zu Veranstaltungen und elektronischem Rundbrief: Daniela Beyer, Tel. 32 290 29 24, veranstaltungen@rheuma-liga-berlin.de

**Samstag, 9. Dezember 2023, 14 Uhr
Adventsgala**

mit anschließendem Weihnachtscafé in unserem rheumarium, Mariendorfer Damm 159/161, 12107 Berlin; Eintritt: frei, um Anmeldung wird gebeten

Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Eingang Mariendorfer Damm 159/161, 12107 Berlin

Weitere aktuelle Informationen:
s. www.rheuma-liga-berlin.de
unter „Veranstaltungen“

**Samstag, 24. Februar 2024, 17:00 Uhr
Benefizkonzert Junge Klassik**

Talente des Julis-Stern-Instituts im Konzert, Benefizkonzert für rheumakranke Kinder und Jugendliche, Terminvorankündigung. Weitere Informationen folgen!

Ort: Konzertsaal der Universität der Künste Berlin, Hardenbergstraße (Ecke Fasanenstraße), Berlin-Charlottenburg

**Samstag, 6. April 2024, 11:00 - 14:30 Uhr
Sjögren-Tag 2024: Wenn die Drüsen streiken**

Bundesweite Informationsveranstaltung mit medizinischen Vorträgen für Betroffene und deren Angehörige. Im Rahmen des Sjögren-Tags beantworten die Expertinnen und Experten individuelle Fragen. Weitere aktuelle Informationen unter: www.rheuma-liga-berlin.de.

Ort: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Begegnungshalle, Eingang Mariendorfer Damm 159/161, 12107 Berlin

**Selbsthilfe**

Sich austauschen, Verständnis finden, Erfahrungen teilen, Unterstützung erhalten, neuen Mut schöpfen und Gemeinschaft erleben. All das finden Sie in unseren Selbsthilfegruppen und bei den Stammtischen. Folgende Gruppen freuen sich über weitere Interessierte:

Selbsthilfegruppen: rheumatoide Arthritis, Psoriasis-Arthritis, Sjögren-Syndrom, Rheuma & Ernährung, Walk & Talk

Stammtische: Berufstätige, junge Menschen mit rheumatischen Erkrankungen, Eltern rheumakranker Kinder sowie für Menschen mit einer Polymyalgia rheumatica

Virtuelle Gruppen: Rheuma und Fatigue, Stammtisch Nord-Ost

Kreative Gruppen: unsere Chöre und Angebote zum Offenen Singen

Kontakt:

beratung@rheuma-liga-berlin.de oder
Tel. 030/ 32 290 290.

**Bewegungsangebote****WICHTIG: Funktionstraining muss für Versicherte der AOK Nordost nicht mehr genehmigt werden.**

Wir bieten in den Bezirken Berlins das Funktionstraining mit Warmwasser- und passgenauer Trockengymnastik für Ihre bessere Beweglichkeit an. Damit haben Sie weniger Schmerzen, sind mobiler und fühlen sich unabhängiger.

In unserem rheumarium gibt es zusätzlich Kälte- und Wärmekurse in

unseren Kryo- und Infrarotkabinen für bessere Schmerzlinderung und mehr Beweglichkeit.

Außerdem gibt es Kurse wie „Fit in die Woche“, „Morgengymnastik“, „Osteoporose-Gymnastik“ und „Online-Kurse“. In unserem Selbsthilfecafé können Sie sich vorher aufwärmen und hinterherentspannen – gern auch mit

Ihrer Trainingsgruppe gemeinsam. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern zu unserem Kursangebot und zur Mitgliedschaft. Sie erreichen uns telefonisch unter Tel. 030/ 32 290 290.

Auf unserer Internetseite www.rheuma-liga-berlin.de finden Sie alle Angebote.





SPENDEN: WIR SIND FÜR SIE DA!

Weihnachten für alle – helfen Sie unseren Mitgliedern mit geringem Einkommen

Viele unserer Mitglieder haben ein sehr geringes Einkommen. Hier helfen wir mit einem ermäßigten Mitgliedsbeitrag. Aber die Kosten sind für alle gleich. Daher freuen wir uns über Ihre Solidarität: eine einmalige Spende, eine regelmäßige Unterstützung im Sinne einer „Patenschaft“, vielleicht eine Geldsammlung anlässlich eines Jubiläums (Geburtstag, Hochzeitstag u.a.m.) – es gibt viele Möglichkeiten, uns zu unterstützen, auch für ein bestimmtes Projekt, wie unsere vielen ehrenamtlichen Begleitdienste, unsere Broschürenangebote, unsere digitalen Informationskanäle und unser Selbsthilfe-café. Auch Ausflüge mit unserem Rheuma-Bus sind für viele Mitglieder nur möglich dank Ihrer Spenden. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.



Bitte helfen Sie uns jetzt:

- Bleiben Sie uns als Mitglied treu!
- Werben Sie Mitglieder!
- Helfen Sie uns mit Ihren Spenden: seien es monatliche Beträge oder einmalige Zuwendungen oder auch Anlassspenden (z.B. bei Geburtstagen oder anderen Ereignissen)!
- Wenn Sie Gutes tun möchten, empfehlen wir Ihnen unsere Broschüre: „In gute Hände – verantwortungsvoll vererben – den eigenen Nachlass regeln“!

Wir danken Ihnen für Ihren Einsatz, Ihre Spenden und Ihr Engagement!

Besondere Unterstützung benötigen wir außerdem für:

- unsere Veranstaltungen und Informationen
- unseren Rheuma-Liga-Bus
- unser Selbsthilfe-Café
- unsere Angebote für die „Rheumakinder“ (Schwimmen, Reiten)

Spendenkonto:

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
DE17 3702 0500 0003 3891 03
BIC BFSWDE33XXX
Verwendungszweck:
Spende Weihnachten AGIL 6/23

Kontakt und Information:

Gerd Rosinsky, Tel. 030 32 290 29 40

Ihre Spenden im Rahmen des § 10b (1) EStG (Einkommensteuergesetz) sind steuerbegünstigt im Sinne der §§ 52-54 der Abgabenordnung, der wir unterliegen. Es genügt, wenn Sie in Ihrer Steuererklärung unsere Steuer-Nr. (27/663/54064) sowie das Datum unseres letzten Freistellungsbescheides (22.08.2023) angeben.

SEPA-Überweisung

Für Überweisungen in Deutschland, in andere EU-/EWR-Staaten und in die Schweiz in Euro.

Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

IBAN

DE 17 3702 0500 0003 3891 03

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

BFSWDE33XXX

Betrag: Euro, Cent

Kunden-Referenznummer – Verwendungszweck, ggf. Name und Anschrift des Zahlers – (nur für Zahlungsempfänger)

Spende Weihnachten AGIL 6/23

noch Verwendungszweck (insgesamt max. 2 Zeilen à 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 2 Zeilen à 35 Stellen)

Angaben zum Kontoinhaber: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

DE 16

Datum

Unterschrift(en)

Beleg für den Auftraggeber/ Einzahler-Quittung

Konto-Nr. des Kontoinhabers

Empfänger

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE17 3702 0500 0003 3891 03
BIC BFSWDE33XXX

EUR

Verwendungszweck

Spende Weihnachten AGIL 6/23
St.-Nr. 27/663/54064
Freistellungsbescheid vom 22.8.2023

(Quittung des Kreditinstitutes/Postbank bei Bareinzahlung)

Fotos: Deutsche Rheuma-Liga Berlin | #49775771, ©cranach, Adobe Stock