



Ihr direkter Kontakt zu uns

(030) 32 290 29 50

Montag-Donnerstag 9.00 – 13.00 Uhr
Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr

beratung@rheuma-liga-berlin.de

persönliche Beratung nach
Terminvereinbarung

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Therapie-, Beratungs- und
Selbsthilfezentrum
Mariendorfer Damm 161 a
12107 Berlin
www.rheuma-liga-berlin.de

Unterstützt von:



Förderverein für chronisch kranke Kinder
am Sozialpädiatrischen Zentrum (SPZ) der Charité e.V.



Jung & Rheuma? Rein ins Leben!



Beratung, weil...

- ▶ die Erkrankung unseres Kindes unseren Alltag auf den Kopf stellt.
- ▶ wir uns Sorgen um die Zukunft unseres Kindes machen.
- ▶ wir uns mit unseren Fragen alleine fühlen.

Wir bieten...

Informationen und professionelle Unterstützung in persönlichen und sozialrechtlichen Angelegenheiten, die mit der Erkrankung und Behandlung Ihres Kindes in Zusammenhang stehen.

Unser Ziel ist es, für Sie und Ihre Familie die bestmögliche Lebensqualität zu erreichen.



Soziale Beratung

Wir beraten...

- ▶ kostenfrei
- ▶ persönlich/am Telefon/per Zoom
- ▶ vertraulich (auf Wunsch auch anonym)
- ▶ unabhängig von ethnischer Herkunft, Geschlecht, Religion oder Weltanschauung

Wir beantworten...

- ▶ Rheuma – was bedeutet das für uns und was können wir tun?
- ▶ Den Alltag meistern, aber wie?
- ▶ Welche Anträge können wir zu unserer Entlastung stellen?
- ▶ Welche Angebote gibt es noch?



Bewegung, weil...

- ▶ sie Spaß macht und Beweglichkeit bringt
- ▶ sie Schmerzen lindert und Koordination fördert
- ▶ sie Kraft und Ausdauer verbessert.

Aqua-Fitness & Warmwassergymnastik

Nirgends ist man leichter, als im Wasser! Bei unseren Aqua-Kursen steht die gesunde Bewegung bei Spiel und Spaß in Vordergrund. Sie bieten die Möglichkeit, im eigenen Tempo die ersten Wasserkompetenzen zu erwerben. Geschwisterkinder können parallel an unserem Bastelangebot teilnehmen.

- ▶ immer freitags
- ▶ Rheumarium, Reißbeckstr. 6a, 12107 Berlin
- ▶ Kinder & Jugendliche mit Einschränkungen und/oder Übergewicht (ab 3 Monate)



Aqua-Fitness

Reittherapie

Das Glück der Erde, liegt auf dem Rücken der Pferde. In der Reittherapie werden besonders Balance, Körperhaltung und Motorik gefördert. Die Interaktion mit und die Pflege der speziell ausgebildeten Reittiere schafft zudem einen psychischen Ausgleich.

- ▶ immer samstags
- ▶ Reittherapiezentrum im Don-Bosco-Steig 14, 14109 Berlin
- ▶ Kinder & Jugendliche mit Einschränkungen

Begegnung, weil...

- ▶ wir Austausch auf Augenhöhe suchen.
- ▶ wir neuen Mut schöpfen wollen.
- ▶ wir unseren Blickwinkel erweitern

Zusammen stärker sein

Unverständnis und Vorurteile gehören oft zum Alltag junger Betroffener und ihrer Familien. Das Teilen von Erfahrungen und der Austausch über Strategien schaffen Erleichterung und verbessern die Handlungskompetenz. Die gegenseitige Unterstützung hilft dem Alltag gerecht zu werden und wieder Lebensfreude zu gewinnen.

Netzwerke aufbauen

- ▶ Interaktion ermöglicht
- ▶ jede Menge Spaß und Unterstützung
- ▶ neue Kontakte und Freundschaften
- ▶ Treffen zum Erfahrungsaustausch
- ▶ Hilfestellung bei schwierigen Situationen
- ▶ Weitergabe von Informationsmaterial
- ▶ Organisation gemeinsamer Events



Elternkreis

Erfahrungen austauschen

- ▶ Elternkreis – digitaler Austausch
- ▶ RheumaRookies – Austauschgruppe ab 18 monatliche Treffen nach gemeinsamer Abstimmung

