



Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.

agil

41. Jahrgang

Preis 5,- €

3/2025



Fotos: © Mehmet Dedeoglu dedepress

Veranstaltungen 2025

Treffpunkt Lichtenberg
Neue Kurse und Angebote

Rückblick Mitglieder-
versammlung

Inhalt

Editorial	3	Soziale Beratung in den Bezirken	11	Ein Tag voller Gemeinschaft, Genuss und Überraschungen – unser Sommerfest zum 50-jährigen Jubiläum	15
Aus dem Vorstand	4	Bezirkstreffpunkte	11	#rheumaichzeigdir	16
Neue Aspekte bei Arthrose und Rheuma	5	Soziale Beratung	12	Rückblick auf die 52. Mitgliederversammlung der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.	17
Welt-Rheuma-Tag 2025	5	Neu! Selbsthilfegruppe rheumatoide Arthritis für Berufstätige	13	Erinnerung: Unsere Kontoverbindungen haben sich geändert!	17
Unsere Veranstaltungen auf einem Blick	6	Neu! Selbsthilfegruppe Polymyalgia Rheumatica	13	Ein Besuch auf der Freiwilligenbörse: Engagement zwischen Flexibilität und Verbindlichkeit	18
Neue Yoga-Kurse	7	Walk & Talk bei Rheuma	13	Besuchsdienst	18
Neue Wassergymnastikkurse in Lankwitz	7	RheumaRookies – Austausch für junge Menschen mit Rheuma	13	Gemeinsam unterwegs – helfen Sie mit!	19
Kursübersicht Berlinweit	8	Selbsthilfegruppe Arthrose – Gemeinsam stark!	14		
Wir bewegen mehr – auch für Kinder	9	Stammtisch: Berufstätig & Rheuma	14		
Jetzt neu: Malus fantastische Hüte gegen verflucht blöde Rheumatage	9				
Neuer Treffpunkt in Lichtenberg: Unsere Angebote in der Kiezspinne	10				

Impressum

agil – Info des Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.
ist die Informationsschrift von:
Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Vorstand:

Präsident: Dr. Helmut Sörensen
Stellvertreterinnen: Cornelia Baltscheit
Sandra Sutti
Schatzmeister: Harald Kussin
Schriftführerin: Karin Köppen
Vorstandsmitglieder:
Prof. Dr. Thomas Dörner
Prof. Dr. Karsten Dreinhöfer
Uwe Schmidt
Britta Sommer
Daniela Winkels

Anschrift der Redaktion:

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.,
Therapie-, Beratungs- und
Selbsthilfezentrum,
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 Redaktion 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

Gestaltung:

Westkreuz-Verlag GmbH

Herstellung, Vertrieb und Anzeigen:

Westkreuz-Verlag GmbH,
Töpchiner Weg 198/200, 12309 Berlin,
Tel. 030-745 20 47, Fax 030-745 30 66,
druck@westkreuz.de, www.westkreuz.de
Ihre Anzeigenwünsche richten Sie bitte an
Mary Adler und Daniela Pielhau, Tel. 030-745 20 47,
anzeigen@westkreuz.de, entgegen.

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe
agil 4-2025: 08.10.2025**

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



Liebe Mitglieder,

unser Vorstandsmitglied, Karin Köpen, hat über unsere Vorstandsarbeit in diesem Heft sehr ausführlich berichtet. Ich möchte daher an dieser Stelle DANKE sagen für den Einsatz unserer Vorstandsmitglieder. Denn dieser Einsatz für unsere große Rheuma-Liga ist ehrenamtlich. Dazu haften wir mit unserem Privatvermögen und erhalten durch einen Beschluss unserer Mitgliederversammlung eine jährliche Aufwandsentschädigung von 65 EUR. Einige Vorstandsmitglieder haben Patenschaften übernommen für Mitglieder, die in ganz besonderen schwierigen Situationen sind. Hier gleich meine Bitte: auch wenn unser Beitrag im Verhältnis zu den allgemeinen Lebenshaltungskosten sehr gering ist bei einer ganz hohen Anzahl an hochwertigen Angeboten unserer Selbsthilfegemeinschaft, melden Sie sich, wenn Sie merken, dass es mit dem Geld nicht reicht. Wir sind auch für diejenigen da, die an hohen Mieten oder Preisen verzweifeln und sich zurückziehen. Und wir haben viele Mitglieder, die einen deutlich höheren Beitrag leisten als unser Mindestbeitrag. Das ist gelebte Solidarität, für die wir uns bedanken.

Liebe Mitglieder, ab August wollen wir näher bei denjenigen sein, die in den nord- und südöstlichen Berliner Bezirken wohnen und vor allem für diejenigen, die gar nicht wissen, dass wir für sie da sind. Oft heißt es: „Ich habe Arthrose, aber kein Rheuma.“ Wir sind aber für alle da, die mit ihren Schmerzen nicht wissen, wo sie einen Ansprechpartner finden, wo eine besondere Bewegungsgruppe ihnen weiterhilft, und wo wir mit Rat und Tat zu Seite stehen. Manchmal fehlt es an wohnortnahen Selbsthilfegruppen – und

auch hier können Sie aktiv werden und sich in Ihrem „Kiez“ einbringen. In Kooperation mit einem etablierten Selbsthilfezentrum bieten wir seit vielen Jahren in der Kiezspinne Beratung an. Nunmehr haben wir dort einen neuen Treffpunkt eingerichtet, um für Sie regelmäßiger vor Ort sein zu können und von dort aus in die Nachbarbezirke zu Ihnen zu kommen. Und auch unsere Bewegungs- und Selbsthilfeangebote wollen wir ausbauen. Wenn Sie daher uns hierbei unterstützen können, melden Sie sich, wir benötigen jeglichen Einsatz von unseren Mitgliedern: damit helfen Sie sich und anderen.

Im Herbst ist wieder die Gelegenheit, sich zu begegnen bei unseren hochwertigen Veranstaltungen: wir haben wieder Referentinnen und Referenten mit internationaler Reputation gewinnen können, damit Sie die neuesten Informationen erhalten. Diese finden sich eben nicht bei „Dr. Google“. Und Ihre Fragen werden dann auch kompetent beantwortet, auch wenn für Sie Ihr Arzt und Rheumatologe weiterhin die für Sie zielgerichtete Behandlung übernimmt. Damit das so bleibt, wollen wir zum Weltreumatag am 13.10.2025 mit Politikern und der Selbstverwaltung ins Gespräch kommen, denn nach wie sind viele Ineffizienzen in der Behandlung von Kindern und Erwachsenen mit rheumatischen Erkrankungen zu verzeichnen: wir fordern die vollständige Institutionalisierung der Früherkennung, eine noch bessere Vernetzung von ambulant-stationär, die rheumatologisch spezialisierte Behandlungspflege sowie die Sicherung unserer Beratungs-, Selbsthilfe- und Bewegungsangebote als nicht nur



DR. HELMUT SÖRENSEN
Präsident der Deutschen
Rheuma-Liga Berlin

„Ergänzung“, sondern als die Angebote, die die Brüche in unserem Gesundheits- und Sozialsystem verringern können. Dazu investieren wir im großen Stil schon seit vielen Jahren und ohne Rücksicht auf Schuldenbremsen: dem Bädermangel haben wir ein eigenes Therapiebad entgegengesetzt und arbeiten an Kooperationen für den Erhalt der noch vorhandenen Bäder – und wir investieren in Sie, die Sie uns ehrenamtlich seit nunmehr 50 Jahren unterstützen. Die Politik sollte daher bei „Investition“ diese Leistungen, die gemeinnützige Einrichtungen erbringen, daher besser in den Blick nehmen.

Feierten wir zum Jahresbeginn im Roten Rathaus unser 50jähriges Jubiläum und bei vielen anderen Veranstaltungen, so hoffe ich auf ein Wiedersehen zum feierlichen Abschluss unseres Jubiläumsjahres an keinem geringeren Ort als im Kammermusiksaal der Philharmonie mit einem wunderschönen Konzert, bei dem auch einige besonders talentierte Mitglieder mitwirken – geben Sie alles weiter, werben Sie für Ihren Verein, damit wir uns weiterhin für Sie einsetzen getreu unserem Motto: „wir bewegen mehr“

herzliche Grüße

Ihr
Dr. Helmut Sörensen
Dr. Helmut Sörensen

Liebe Mitglieder,



Sie haben lange nichts von mir gehört, aber es gibt mich noch und heute will ich die liebgewordene Tradition der Berichte aus unseren Sitzungen wieder aufnehmen.

Wir im Vorstand waren auch in diesem Jahr nicht untätig. Wir haben uns am 24. März und am 23. Juni zu Sitzungen getroffen. Am 17. Mai fand unsere Klausurtagung statt und am 5. Juli die Mitgliederversammlung mit angeschlossenem Sommerfest.

Im März waren es die Zahlen, die uns beschäftigt haben und wir konnten erfreut zur Kenntnis nehmen, dass die äußerst erfolgreiche Wirtschaftsführung in 2024 drohende Defizite auffangen konnte, sodass Ihre Beiträge und Kursgebühren nicht erhöht werden müssen. Wir haben über die Wirtschaftspläne der Jahre 2025 und 2026 diskutiert und Beschlüsse gefasst, über die Arbeit unserer Dachverbände gehört und über die personelle Situation in der Geschäftsstelle.

Am 17. Mai sind wir aufs Land gefahren, nach Bethau bei Annaberg um dort auf dem Anwesen der Familie Schmidt unsere Klausurtagung abzuhalten. Wenn Sie jetzt denken, wir hätten einen Betriebsausflug gemacht und es uns gutgehen lassen, so ist das nur zum Teil richtig. Das Wetter hat leider

nicht mitgespielt. Es war kalt in der Scheune, in der wir anfangs saßen und gearbeitet haben. Erst als das Ehepaar Schmidt ihr Wohnzimmer umgeräumt hat, sodass wir alle dort ins Warme konnten, ging es uns gut. Und als die Schmidts uns dann auch noch mit köstlichem Essen und Kaffee und Kuchen bewirtet haben, ja da ging's uns dann sehr gut. Gearbeitet haben wir natürlich trotzdem. Wir haben uns mit unserer strategischen Entwicklung, um die Objektsuche in der Region „Ost“ und um die Vorbereitung der Mitgliederversammlung und des Sommerfestes beschäftigt. Und wir haben erneut über die Einrichtung einer Spielegruppe in der Schützenstrasse in Steglitz gesprochen, die im Herbst endlich stattfinden soll. Jetzt meine Bitte an Sie: wenn Sie Ideen haben, wie wir die Spielegruppe bekannt machen können, wie sie gestaltet werden könnte, dann melden Sie sich bitte bei mir. Ich freue mich auf Ihre Ideen und Anregungen.

Im Juni stand erneut die Vorbereitung von Mitgliederversammlung und Sommerfest auf dem Pro-

gramm. Wir haben die Klausurtagung ausgewertet und uns darüber gefreut, in der Kiezspinne einen Treffpunkt für die Region „Ost“ gefunden zu haben. Wir haben uns über künstliche Intelligenz ausgetauscht, über die Preisverleihung der Stiftung Wolfgang Schulze gesprochen und von Herrn Dr. Sörensen gehört, dass er Patienten aus England und Skandinavien behandelt, weil es in diesen Ländern große Versorgungsprobleme bei Rheumakranken gibt.

Also lassen Sie uns froh sein, dass wir nicht nur wegen der ärztlichen Versorgung in diesem Teil der Welt leben.

Genug für heute, bis zum nächsten Mal.

Liebe Grüße
Karin Köppen

Hinweis: Haben Sie Lust, bei unserer Spielegruppe dabei zu sein? Melden Sie sich einfach unter 32 290 290 oder schreiben Sie an zirp@rheuma-liga-berlin.de.



Bei der Vorstandsklausur im Mai 2025

Neue Aspekte bei Arthrose und Rheuma

Infotag für Patienten, Angehörige und Interessierte beim DKOU

Ergreifen Sie diese einzigartige Chance!

Melden Sie sich noch heute an und teilen Sie die spannenden Neuigkeiten mit allen Interessierten

Programm:

Grußworte der Kongresspräsidenten und der Rheuma-Liga

- Univ.-Prof. Dr. med. Christoph Lohmann, Magdeburg
- Univ.-Prof. Dr. med. Ulrich Stöckle, Berlin
- Dr. med. Stefan Middeldorf, Bad Staffelstein
- Rotraut Schmale-Grede, Rheuma-Liga Bundesverband
- Dr. Helmut Sörensen, Rheuma-Liga Berlin

Rheuma in der Hand

Priv.-Doz. Dr. med. habil. Martin Lautenbach, Berlin

Behandlung von Wirbelsäulenschmerzen + Osteoporose

Prof. Dr. med. Karsten Dreinhöfer, Berlin

Rheuma im Fuß

Prof. Dr. med. Ralph Gaulke MHBA, Hannover

Ernährung + Sport

Gerd Rosinsky, Berlin

Wissenschaftliche Leitung und Moderation

- Prof. Dr. med. Karsten Dreinhöfer, Berlin
- Prof. Dr. med. Ralph Gaulke MHBA, Hannover

Nutzen Sie die Gelegenheit, den Referierenden Fragen zu stellen, an Bewegungsübungen teilzunehmen, die Informationsstände zu besuchen und in der Pause einen kleinen Imbiss zu genießen.

Die Veranstaltung wird von der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU) und dem Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU) in Kooperation mit der Rheuma-Liga Berlin organisiert.

Teilnahme kostenfrei!



**Freitag, 31. Oktober 2025,
14:30 – 17:30 Uhr**

Ort: CityCube Berlin, Großer Saal,
Jafféstraße, 14055 Berlin

Eingang:

Jafféstraße (Ebene 1, Westfoyer)

Anmeldung und Information:

Tel. 32 290 290 oder
veranstaltungen@rheuma-
liga-berlin.de



Welt-Rheuma-Tag 2025

50 Jahre Rheuma-Liga Berlin – 50 Jahre Forschung & Versorgung



“Was ist erreicht – was ist noch zu tun? “

Programm:

- Diskussionsveranstaltung mit Vertretern aus Politik und Selbstverwaltung
- Preisverleihung der Stiftung Wolfgang Schulze – Preisträger Wissenschaftspreis:

Prof. Dr. med. Gerhard Krönke, Berlin

Laudator:

Prof. Dr. med. Eike Latz, Berlin

– Preisträger Forschungsförderung:

Fabian T.H. Ullrich, München

Laudator:

Prof. Dr. med. Hendrik Schulze-Koops, München

Moderation:

Dipl.-Psych. Cornelia Baltscheit

Teilnahme kostenfrei!

**Montag, 13. Oktober 2025,
18:00 – 20:00 Uhr
mit anschl. Empfang**

Ort: Rathaus Schöneberg
Theodor-Heuss-Saal, 2.OG
John-F.-Kennedy-Platz,
10825 Berlin

Anmeldung und Information:

Tel. 32 290 290 oder
veranstaltungen@rheuma-
liga-berlin.de



Unsere Veranstaltungen auf einem Blick

Information und Anmeldung zu unseren Veranstaltungen, sofern nicht anders angegeben, über unser Veranstaltungsportal:

portal.rheuma-liga-berlin.de
oder telefonisch unter
(030) 32 290 290.



STAND: AUGUST 2025

Samstag, 20. September, 14:00 – 16:00 Uhr

Berliner Freiwilligenwoche: Singen ist gesund! Musik zum Mitmachen und Zuhören

Mitmachaktion für Menschen im Ehrenamt und Interessierte

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

Anmeldung: veranstaltungen@rheuma-liga-berlin.de

Donnerstag, 25. September, 19:00 – 20:30 Uhr

Live- Q&A – Körper & Geist im Einklang – Wie die Mind-Body Medizin bei Rheuma helfen kann –

Referentin: Anny Warncke, Leiterin der Tagesklinik Mind & Body Medizin der Immanuel Kliniken

Ort: Zoom

Anmeldung: veranstaltungen@rheuma-liga-berlin.de

Montag, 13. Oktober, 18:00 – 20:00 Uhr

Welt-Rheuma-Tag 2025

Ort: Rathaus Schöneberg, Theodor-Heuss-Saal, 2.OG, John-F.-Kennedy-Platz, 10825 Berlin

Dienstag, 14. Oktober, 13:00 – 17:00 Uhr

Gesundheits-Selbsthilfe-Tag in Lichtenberg – Eröffnung unseres neuen Treffpunkts in der Kiezspinne (15:00 Uhr)

Ort: Selbsthilfe-Kontaktstelle „Synapse“ (Kiezspinne FAS e.V.)

Schulze-Boysen-Straße 38, 10365 Berlin

Freitag, 31. Oktober, 14:30 – 17:30 Uhr

Neue Aspekte bei Arthrose und Rheuma

Ort: CityCube Berlin, Großer Saal, Jafféstraße, 14055 Berlin, Eingang: Jafféstraße (Ebene 1, Westfoyer)

Dienstag, 4. November, 19:00 – 20:30 Uhr

Live- Q&A „Jung und Rheuma“ – psychische Gesundheit im Alltag meistern –

Referentin: Melanie Gräßer, Psychotherapeutin mit Fokus auf chronisch-körperlichen Erkrankungen

Ort: Zoom

Anmeldung: veranstaltungen@rheuma-liga-berlin.de

Montag, 24. November, 16:30 – 19:00 Uhr

Patienten-Informationsveranstaltung Rheumatologie in der Parkklinik Weißensee

Ort: Casino, Parkklinik Weißensee Schönstr. 80, 13086 Berlin

Freitag, 28. November, 18:00 Uhr

Festkonzert J.S. Bach: Weihnachtsoratorium I, III, VI

Ort: St. Lukas Kirche Kreuzberg, Bernburger Str. 3–5, 10963 Berlin

Samstag, 29. November, 18:00 Uhr

Festkonzert J.S. Bach: Weihnachtsoratorium I, III, VI

Ort: St. Lukas Kirche Kreuzberg, Bernburger Str. 3–5, 10963 Berlin

Montag, 8. Dezember, 19:00 Uhr

Festkonzert zum Abschluss des Jubiläumsjahres J.S. Bach: Weihnachtsoratorium

Ort: Kammermusiksaal der Philharmonie, Herbert-von-Karajan-Str. 1, 10785 Berlin

Samstag, 13. Dezember, 14:00 Uhr

Adventsgala

mit Päckchensammelaktion für Obdachlose

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

**J.S. BACH
WEIHNACHTSORATORIUM**

**FESTKONZERT ZUM ABSCHLUSS
DES JUBILÄUMSJAHRES**

1975–2025
Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Mo, 8. Dezember 2025, 19 Uhr
Kammermusiksaal
der Philharmonie

Mitwirkende:

Deniz Demirci, Sopran, Anne-Lisa Nathan, Alt, Martin Netter, Tenor, Benjamin Guibaud, Bass, Lukas Kantorei und Lukas Sinfonietta, Leitung: Gerd Rosinsky

Werke:

Weihnachtsoratorium mit den Teilen I, III und VI von J.S. Bach

Der Erlös des Konzertes ist bestimmt für die Talentförderung junger Menschen mit rheumatischen Erkrankungen

Mit freundlicher Unterstützung von:
**DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND**

Karten: 25/20/15/10 EUR; Vorbestellung/
Information: Tel. 0173 366 22 43

Neue Yoga-Kurse

Seit dem 21. und 22. Juli laufen unsere neuen Yogakurse im 10er-Block – zusätzlich zu unserem bestehenden Angebot.

Ein Einstieg ist jeder Zeit möglich – ganz flexibel, wann es für Sie passt!

Yoga kann die Beweglichkeit fördern und Schmerzen lindern. Zudem trägt es zur inneren Ruhe und Gelassenheit bei. Unsere Kurse eignen sich auch für Menschen mit rheumatischen Erkrankungen und Bewegungseinschränkungen. Wir freuen uns, Sie in unseren Kursen begrüßen zu dürfen.

Kursdauer:

10 aufeinanderfolgende Termine

Zeiten:

Yoga am Montag: 13:00 – 14:00 Uhr

Yoga am Montag: 14:00 – 15:00 Uhr

Yoga am Dienstag: 11:00 – 12:00 Uhr

Yoga am Dienstag: 12:00 – 13:00 Uhr

Preise:

Mitglieder: 10 Euro pro Einheit

Nicht-Mitglieder: 15 Euro pro Einheit

Ort

rheumarium

Rheuma-Liga-Berlin-Gesundheitszentrum
Reißbeckstraße 6a, 12107 Berlin



Anmeldung:

Tel. 32 290 290

kurse@rheuma-liga-berlin.de

Neue Wassergymnastikkurse in Lankwitz

Seit dem 01.04.2025 freuen wir uns über neue Wassergymnastikkurse, die jeden Dienstag von 08:00 Uhr bis 10:30 Uhr in der Residenz Lankwitz stattfinden.

Zeiten:

Dienstag

08:00 – 08:30 Uhr

08:30 – 09:00 Uhr

09:00 – 09:30 Uhr

09:30 – 10:00 Uhr

10:00 – 10:30 Uhr

Ort:

Residenz Lankwitz
Dillgesstraße 14 a
12247 Berlin

Anmeldung:

Mitgliederbetreuung
Tel. 32 290 29 10

Telefonische Sprechzeiten:

Mo – Do 09:00 – 13:00 Uhr

Do 14:00 – 17:00 Uhr

kurse@rheuma-liga-berlin.de



Neben unseren neuen Kursen in Lankwitz bieten wir weiterhin viele weitere Kurse in ganz Berlin an. Einen Überblick über das aktuelle Programm finden Sie auf unserer Homepage: <https://rheuma-liga-berlin.de/unser-angebot/kurse-und-seminare>.

Wir beraten Sie gern persönlich und helfen Ihnen, den passenden Kurs zu finden.

Da immer wieder Plätze frei werden oder neue Kurse starten, lohnt sich ein Blick auf unser Angebot besonders: Im rheumarium sind aktuell z.B. noch einige Abendplätze frei.

Kursübersicht Berlinweit

Das ärztlich verordnete Funktions-
training ist eine wesentliche Stütze
für Kinder und Erwachsene mit rheu-
matischen Erkrankungen und wird
berlinweit sowohl als Wasser- als
auch als Trockengymnastik angebo-
ten. Im Wasser können Sie von der
Auftriebskraft profitieren, die Druck
und Belastung auf die Gelenke re-
duziert. Mit Hilfe des Wasserwider-
standes, wird die allgemeine Mus-
kelkraft und Ausdauer verbessert.
Bei der Trockengymnastik können
vermehrt alltagsnahe Bewegungen
geübt und durch gezielte Kraft- und
Dehnübungen Schmerzen und Mus-
keldefizite reduziert werden.

An folgenden Standorten bieten
wir Funktionstraining an (Stand
01.08.2025):

Charlottenburg- Wilmersdorf:

Bewegungsraum Blissestraße:
Blissestr. 44(Ecke Paretzer Str.),
10717 Berlin - **TG**

**Rheuma-Liga-Treffpunkt
Charlottenburg -Wilmersdorf:**
Zillestr. 14, 10585 Berlin - **TG**

KWA Stift im Hohenzollernpark:
Fritz-Wildung-Str. 22, 14199 Berlin
- **WG**

Marzahn-Hellersdorf:

**Aqua- und Reha-Zentrum
Schultrich GmbH II:**
Blumberger Damm 158,
12619 Berlin - **WG**

Unfallkrankenhaus Marzahn:
Warener Str. 7, 12683 Berlin - **WG**
Frauenzentrum Mathilde:
Stollberger Str. 55, 12627 Berlin - **TG**

Mitte:

**Charité -
Rheumatologische Tagesklinik:**
Luisenstr. 13, 10117 Berlin - **TG**
Kombibad Seestraße:
Seestr. 80, 13347 Berlin - **WG**
Avantgarde body & dance:
Waldstr. 56, 10551 Berlin - **WG**

Neukölln:

**Evangelische Kirchengemeinde
Neu-Buckow:**
Marienfelder Chaussee 66-72
(Ecke Quarzweg), 12349 Berlin -**TG**
Gemeinschaftshaus Gropiusstadt:
Bat-Yam-Platz 1, 12353 Berlin -**TG**

Pankow:

Tao- Heilzentrum:
Streustr. 3, 13086 Berlin -**TG**
**Jugend- Kultur und Nachbar-
schaftszentrum:**
Tollerstr. 31, 13158 Berlin - **TG**
Stadtteilzentrum Pankow:
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin
- **TG**

Residenz Weißer See I:
Berliner Allee 168, 13088 Berlin - **WG**

Residenz Weißer See II:
Berliner Allee 164, 13088 Berlin - **WG**

Parkklinik Weißensee:
Schönstr. 80, 13086 Berlin - **WG**

Reha Tagesklinik Pankow:
Berliner Str. 129, 13187 Berlin - **WG**

Reinickendorf:

**Medical Park Berlin Humboldt-
mühle:**
An der Mühle 2-9, 13507 Berlin - **WG**
Sauna am Pfingstberg:
Am Pfingstberg 32, 13465 Berlin -
WG

Diakoniezentrum Heiligensee,
Hobbyraum: Dambockstr. 68,
13503 Berlin - **TG**

Spandau:

Gesundheitsamt Spandau:
Im Spektefeld 27 A, 13597 Berlin
- **TG**

Katharinenhof im Uferpalais:
Brauereihof 19, 13585 Berlin - **WG**

Steglitz- Zehlendorf:

**Rheuma-Liga-Bezirkstreffpunkt
Steglitz-Zehlendorf:**
Schützenstr. 52, 12165 Berlin - **TG**
Theodor-Wenzel-Werk:
Potsdamer Chaussee 70,
14129 Berlin - **TG**

Ballett- und Gymnastikschule:
Lindenthaler Allee 11, 14163 Berlin
- **TG**

Krankenhaus Bethel:
Promenadenstr. 3-5, 12207 Berlin
-**WG, TG**

NEUE KURSE Residenz Lankwitz:
Dillgestr. 14a, 12247 Berlin - **WG**

Potsdam-Babelsberg:
Berufsbildungswerk Potsdam:
Steinstr. 80, 82, 84, 14480 Potsdam
- **WG**

Tempelhof- Schöneberg: **rheumarium**

**Rheuma-Liga-Berlin-Gesundheits-
zentrum rheumarium:**
Reißbeckstr. 6a, 12107 Berlin - **TG &
WG**
-Kinder- und Jugendkurse
-Kältekabine
-Wärmekabine
-**NEU** Yoga

NEU Lichtenrade:
**Lichtenrader Revier bei der Alten
Mälzerei**
Steinstraße 41C, 12307 Berlin - **WG**

Treptow- Köpenick:

**Praxis für Physiotherapie
Pascall Wellmann:**
Sterndamm 9, 12487 Berlin - **TG**
ARZ Fitness und Wellness:
Albert-Einstein-Str. 4, 12489 Berlin
- **WG**
Bildungszentrum Erkner e.V.:
Seestr. 39, 15537 Erkner - **WG**

Legende:

TG= Trockengymnastik
WG= Wassergymnastik

Kontaktieren Sie gerne unsere Mit-
gliederbetreuung und lassen Sie sich
über freie Kursplätze beraten. Zu-
sätzlich besteht die Möglichkeit sich
auf die Warteliste setzen zu lassen.

Anmeldung u. Information (zentral):

Mitgliederbetreuung
Tel. 32 290 29 10
Telefonische Sprechzeiten:
Mo-Do 09:00-13:00 Uhr
zusätzlich: Do 14:00-17:00 Uhr

Wir bewegen mehr – auch für Kinder

Am Samstag, den 12. Juli durften sich die kleinen Patientinnen und Patienten der Charité Campus Virchow gemeinsam mit ihren Familien auf zahlreiche Attraktionen freuen.

Ein besonderes Highlight des diesjährigen Kinderfestes war die Familien Challenge, zu der auch unser

eigens aufgebauter Bewegungsparcours gehörte. Vom Slalomlauf mit Luftballon, über Reifenhüpfen bis hin zum Balanceakt auf dem Barfußpfad wurden gemeinsam Hindernisse überwunden, gespielt und gelacht. Sogar der Dauerregen konnte dabei keinem den Tag verderben.

Ein großes Dankeschön geht an das tolle Organisationsteam der Charité sowie unsere Ehrenamtlichen und alle Teilnehmenden, die dieses Fest zu einem besonderen Erlebnis gemacht haben.

Wir freuen uns jetzt schon auf das nächste Jahr!



Jetzt neu: Malus fantastische Hüte gegen verflucht blöde Rheumatage

Viele Kinder mit Rheuma haben sie bereits ins Herz geschlossen: Malu, die kleine Heldin mit den fantastischen Hüten. Jetzt erscheint unser Mutmach-Buch „Malus fantastische Hüte gegen verflucht blöde Rheumatage“ in einer überarbeiteten Neuauflage.

Erstmals gibt es Malu auch als Puppe mit Hüten und Schatzkiste.

dabei, mit den Herausforderungen umzugehen. Dieses Konzept unterstützt Kinder spielerisch dabei, eigene Strategien zur Krankheitsbewältigung zu entwickeln.

Ihr wollt eure eigene Malu?

Per Mail an

zirk@rheuma-liga-berlin.de

könnt Ihr sie euch bestellen.

Wer ist Malu?

Malu ist selbst an Rheuma erkrankt und erlebt, was viele betroffene Kinder kennen: Schmerzen, Erschöpfung und schwierige Tage. Doch sie hat eine besondere Superkraft – ihre Hüte. Jeder Hut steht für eine andere Stimmung und hilft ihr



Neuer Treffpunkt in Lichtenberg: Unsere Angebote in der Kiezspinne

Seit Kurzem sind wir mit einem neuen Standort in der lebendigen Nachbarschaft rund um die Kiezspinne FAS e. V. in Berlin-Lichtenberg vertreten. In der Schulze-Boyssen-Straße 38 erwartet Sie nicht nur ein Ort der Begegnung und Unterstützung, sondern auch ein besonders schönes Umfeld. Die Kiezspinne bietet mit ihrem gemütlichen Café, dem grünen Garten und vielfältigen sozialen Angeboten den idealen Rahmen für unsere Arbeit. Von diesem festen Standort wollen wir Sie in den Bezirken Lichtenberg-Hohenschönhausen, Marzahn-Hellersdorf, Pankow, Treptow-Köpenick und Friedrichshain noch besser erreichen.

Am 27. Juni 2025 haben die hauptamtlichen Mitarbeitenden der Rheuma-Liga Berlin im Rahmen eines Betriebsausflugs die neuen Räumlichkeiten in der Kiezspinne besichtigt. Geschäftsführer Christian Gridel führte uns persönlich durch das Haus und lud zur feierlichen Eröffnung der neuen Post-viral-Beratungsstelle ein. Auch Bezirksbürgermeister Martin Schäfer erschien zu diesem Anlass.

Soziale Beratung – individuell und vertraulich

In der Kiezspinne stehen wir Ihnen mit unserer sozialen Beratung zur Seite. Ob Fragen zu Rheuma, zum Umgang mit der Erkrankung im All-

tag oder zu weiterführenden Unterstützungsangeboten. Unsere Beratung ist kostenfrei, vertraulich und auf Ihre Situation zugeschnitten.

Selbsthilfegruppen – gemeinsam statt allein

In unseren Selbsthilfegruppen haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen zu vernetzen, Erfahrungen auszutauschen und Kraft zu schöpfen. Im Herbst 2025 startet in der Kiezspinne eine neue Selbsthilfegruppe speziell für Menschen mit rheumatoider Arthritis. Interessierte sind herzlich eingeladen, sich bereits jetzt zu melden.

Funktionstraining – aktiv bleiben mit gezielter Bewegung

Im schönen Gymnastikraum der Kiezspinne bieten wir ab August auch Funktionstraining an. Dieses Gruppentraining unterstützt Menschen mit rheumatischen Erkrankungen dabei, ihre Beweglichkeit zu erhalten und Schmerzen zu lindern. Das Angebot wird ärztlich verordnet und findet unter fachlicher Anleitung statt.

Aktuell finden unsere Kurse montags um 09:30 Uhr, 10:15 Uhr und 11:00 Uhr statt. Weitere Trainingszeiten sind bereits in Planung, um noch mehr Teilnehmenden den Zugang zu ermöglichen.

Wir laden Sie herzlich zur Eröffnung unseres neuen Treffpunkts in Lichtenberg ein – am Dienstag, 14. Oktober, um 15:00 Uhr.

Die Veranstaltung findet im Rahmen des Gesundheits-Selbsthilfe-Tages (13:00–17:00 Uhr) in der Selbsthilfe-Kontaktstelle „Synapse“ der Kiezspinne FAS e.V. statt.

Freuen Sie sich auf:

- Bewegung zum Mitmachen: Schnupperkurse um 14:00 Uhr und 16:00 Uhr
- Begegnung: Austausch mit Gleichgesinnten
- Information: Unsere Beratungs- und Selbsthilfeangebote im Bezirk kennenlernen

Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Kontakt und Terminvereinbarung Beratung und Selbsthilfe

Tel. 32 290 29 54
Telefonsprechzeit: Donnerstag 9–13 Uhr, Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit. Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.
beratung@rheuma-liga-berlin.de

Funktionstraining (Gruppengymnastik)

Tel. 32 290 290
Telefonsprechzeiten: Montag bis Donnerstag 9–13 Uhr und zusätzlich Donnerstag 14–17 Uhr
kurse@rheuma-liga-berlin.de



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 statt.

Mitte

Sandra Bluhm

Dipl. Sozialarbeiterin

Tel. 32 290 29 53

bluhm@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

Mo 9-11 Uhr, Mi 15-17 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.

Charlottenburg-Wilmersdorf, Reinickendorf & Spandau

Julia Weitz

Sozialarbeiterin (BA)

Tel. 32 290 29 62

weitz@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

Mo 9-13 Uhr und 14-17 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.

Friedrichshain-Kreuzberg & Pankow-Weißensee

Jeanine Ahrensdo

Sozialarbeiterin (M.A.)

Tel. 32 290 29 54

ahrensdorf@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

Do 9-13 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.

Steglitz-Zehlendorf & Schöneberg

Linda Meyer

Dipl. Sozialarbeiterin

Tel. 32 290 29 52

meyer@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

Di 9-13 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.

Neukölln & Tempelhof & Treptow-Köpenick

Tel. 32 290 29 65

beratung@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

Mo, Di, Do, Fr 9-13 Uhr, Mo 14-17 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.

Lichtenberg-Hohenschönhausen & Marzahn-Hellersdorf

Tel. 32 290 29 51

beratung@rheuma-liga-berlin.de

telefonische Sprechzeit

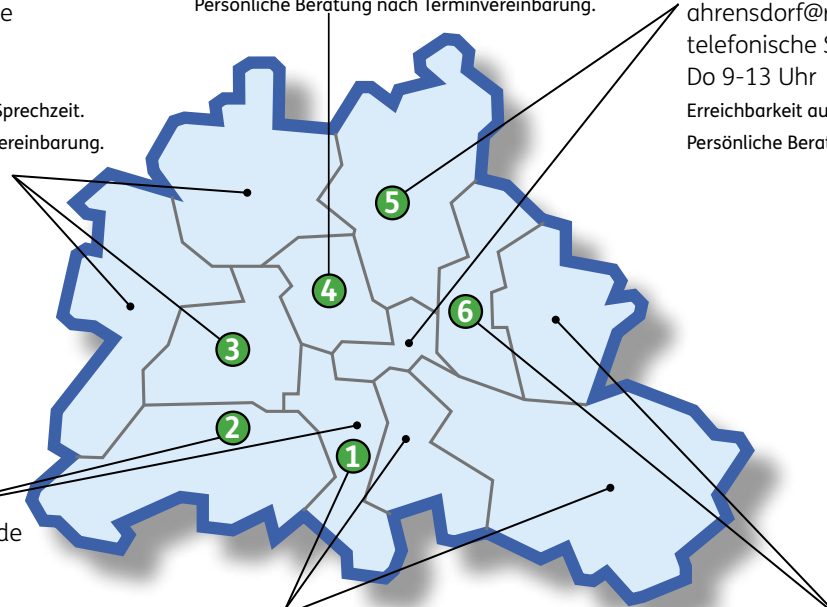
Mo, Di, Do, Fr 9-13 Uhr, Mo 14-17 Uhr

Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeit.

Persönliche Beratung nach Terminvereinbarung.



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.



Bezirkstreffpunkte

1 Treffpunkt Tempelhof

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

2 Treffpunkt Steglitz

Schützenstraße 52, 12165 Berlin

3 Treffpunkt Charlottenburg

Zillestraße 14, 10585 Berlin

4 Treffpunkt Mitte

Charité Campus Mitte
Luisenstr. 13, 3. Ebene, Raum 007a,
10117 Berlin

5 Treffpunkt Pankow

Reha-Tagesklinik im Forum Pankow
Berliner Str. 129, 13187 Berlin

6 Treffpunkt Lichtenberg

Kiezspinne FAS e.V.
Schulze-Boysen-Straße 38,
10365 Berlin

Soziale Beratung

für mehr Lebensqualität

Soziale Beratung bietet...

Informationen und professionelle Unterstützung in Ihren persönlichen und sozialrechtlichen Angelegenheiten, die mit Ihrer Erkrankung und Behandlung in Zusammenhang stehen. Die Beratung wird in einem persönlichen Gespräch von Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern durchgeführt und ist für Betroffene und Angehörige wohnortnah und kostenfrei. Unser Ziel ist es, die für Sie bestmögliche Lebensqualität zu erreichen

Vertrauliche Hilfe heißt ...

Alle Gespräche unterliegen selbstverständlich der Schweigepflicht.

Wir beraten unabhängig von ethnischer Herkunft, Geschlecht, Religion oder Weltanschauung. Auf Wunsch ist die Beratung anonym.

Wir beraten Sie zu Fragen wie

- Rheuma- was bedeutet das für mich und was kann ich tun?
- Den Alltag meistern aber wie?
- Welche Anträge kann ich zu meiner Entlastung stellen?
- Welche Angebote gibt es noch?

Ihr direkter Kontakt zu uns

32 290 29 50

Mo, Di, Do, Fr. 9.00 – 13.00 Uhr
Mo 14.00 – 17.00 Uhr

beratung@rheuma-liga-berlin.de

persönliche Beratung nach Terminvereinbarung

ENTLASTUNG

ORIENTIERUNG

MOTIVATION

IDEENFINDUNG

Weitere Beratungsangebote für Mitglieder

Rechtsberatung

Beratung zum Sozialrecht
RA Ricarda Bormann
RA Dr. Robert Heimbach

Rentenberatung

Beratung zum gesetzlichen Rentenrecht
Viviane Böstfleisch
Ursula Alexander
(Versichertenälteste)

Kontakt und Information:

Tel. 32 290 29 50
beratung@rheuma-liga-berlin.de



Neu! Selbsthilfegruppe rheumatoide Arthritis für Berufstätige

Start: Herbst 2025

regelmäßige monatliche Treffen

Rheuma-Liga Treffpunkt Lichtenberg (Kiezspinne FAS e.V.)

Schulze-Boysen-Straße 38
10365 Berlin



Kontakt:

Jeanine Ahrens Dorf
Tel. 030 32 290 29 54
ahrens.dorf@rheuma-liga-berlin.de

Neu! Selbsthilfegruppe Polymyalgia Rheumatica

Start: Frühjahr 2026

regelmäßige monatliche Treffen

Rheuma-Liga

Treffpunkt Charlottenburg

Zillestraße 14
10585 Berlin

Kontakt:

Julia Weitz
Tel. 32 290 29 62
weitz@rheuma-liga-berlin.de

Walk & Talk bei Rheuma

Auf ins Grüne!

Sich bewegen, an der frischen Luft sein, in Kontakt kommen und Austausch mit anderen Betroffenen haben.

Wir sind eine aktive Gruppe, die Lust auf ausgedehnte Spaziergänge hat und dabei ins Gespräch kommt. Hier können wir über die Natur genauso wie über den Alltag

mit Rheuma reden. Auf diese Weise kommen wir leicht in Kontakt und haben gemeinsam Spaß an der frischen Luft. Zusammen vereinbaren wir die regelmäßigen Treffpunkte im Grünen in und um Berlin fürs Walken & Talken. Ideen und Vorschläge sind herzlich willkommen.

Wir freuen uns auf Dich!

Treffen monatlich nach Absprache

Kontakt:

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

RheumaRookies – Austausch für junge Menschen mit Rheuma



monatliche Treffen nach Abstimmung

wechselnde öffentliche Lokalitäten

Kontakt:

Jeanine Ahrens Dorf
Tel. 32 290 29 54
ahrens.dorf@rheuma-liga-berlin.de

Selbsthilfegruppe Arthrose – Gemeinsam stark!

Eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die mehr wollen als nur durchhalten.

Sie suchen Austausch, Unterstützung und neue Impulse?

Wir teilen Erfahrungen, geben Kraft, lachen miteinander und finden Strategien für unseren Alltag. Gemeinsam gestalten wir die Gesprächsinhalte, geben uns Raum für eigene Ideen und erfahren ein unterstützendes Miteinander.

Wir freuen uns auf Sie – denn zusammen geht es leichter!
Ihre Teilnahme, Ihre Gedanken und Ihre Perspektiven machen den Unterschied.

Start: 4. September, 16:00 Uhr
regelmäßige Treffen:
jeden 1. + 3. Donnerstag im Monat,
16:00 – 17:30 Uhr

Stadtteilzentrum Villa Mittelhof
Königstraße 42-43
14163 Berlin-Zehlendorf
Zugang: ebenerdig & barrierearm

Kontakt:

Linda Meyer
Tel. 32 290 29 52
meyer@rheuma-liga-berlin.de

Stammtisch: Berufstätig & Rheuma



Vernetzen Sie sich in lockerer Atmosphäre mit anderen Betroffenen.

Menschen mit Rheuma treffen sich in offener und geselliger Runde am Stammtisch der Rheuma-Liga Berlin. Hier erhalten Sie Informationen von Betroffenen und der Rheuma-

Liga. Gerne können Sie Ihre eigenen Erfahrungen und Ideen einbringen. Angehörige und Freunde sind herzlich willkommen.

**jeder letzte Mittwoch im Monat
um 19:00 Uhr**

Gaststätte Deichgraf am Nordufer

Nordufer 10
13353 Berlin-Wedding
(U9 Amrumer Str., Bus 147)

Kontakt:

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

aqil 3-2025 15

Anwendung kann Durchblutung fördern, Entzündungen hemmen, Schmerzen lindern und das allgemeine Wohlbefinden steigern – viele berichteten begeistert von dieser besonderen Erfahrung. Wer sich danach aufwärmen oder einfach aktiv werden wollte, konnte am Funktionstraining auf dem Vereinsgelände teilnehmen. Dieses Training stärkt Muskeln und Gelenke, verbessert Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Ausdauer – und macht in geselliger Runde besonders viel Spaß.



Unser Sommerfest war ein voller Erfolg: fröhliche Begegnungen, spannende Programmpunkte und viele Gelegenheiten, unseren Verein in

seiner ganzen Vielfalt zu erleben. Ein herzliches Dankeschön gilt allen Gästen, Helferinnen und Helfern, die mit ihrer Teilnahme, Unterstützung

und ihrem Einsatz diesen besonderen Tag möglich gemacht haben.

#rheumaichzeigdir

Bonnie (8), Tanja (39) und Christine (49) sind die Protagonistinnen unserer Aktion „Rheuma – ich zeig’s dir“. Alle drei haben eine Gemeinsamkeit – **sie haben Rheuma**.

Wenn man die drei sieht, käme wahrscheinlich niemand auf den Gedanken, dass ihr Alltag von Schmerzen, Einschränkungen und fehlender Energie begleitet ist.

Mit Hilfe von Sprüchen, die in ganz Deutschland an verschiedenen Orten mit Kreide auf den Boden gesprüht, in Schaufenster gehängt oder auf Satteltaschen und Autos geklebt werden können, machen wir Unsichtbares sichtbar, klären

auf und wollen dabei mehr Verständnis schaffen.

Sie möchten die Aktion unterstützen?

Bestellen Sie jetzt Ihr Material-Set in unserer Geschäftsstelle!

Ansprechpartnerin:

Jeanine Ahrendsdorf
Tel. 32 290 29 54
ahrendsdorf@rheuma-liga-berlin.de

Nähere Informationen zur Aktion unter:

<https://geton.rheuma-liga.de/unsichtbare-krankheit>



Rückblick auf die 52. Mitgliederversammlung der Deutschen Rheuma-Liga Berlin e.V.

Am 5. Juli 2025 fand in der Begegnungshalle am Mariendorfer Damm unsere 52. Mitgliederversammlung statt. Mit über 100 anwesenden Mitgliedern war die Versammlung beschlussfähig. Präsident Dr. Helmut Sörensen begrüßte die anwesenden Mitglieder und Gäst*innen herzlich. Die Tagesordnung wurde einstimmig angenommen.

Ein zentrales Thema war der Jahresbericht 2024, in dem Dr. Sörensen einen Überblick über die erreichten Satzungsziele und besonderen Höhepunkte gab. Die Leistungen der Mitarbeitenden sowie die Unterstützung durch Förderinnen und Förderer sowie Kooperationspartnerinnen und -partnern wurden besonders gewürdigt. Die Jahresrechnung 2024 wurde im Anschluss von Schatzmeister Harald Kussin vorgestellt.

Nach dem Bericht der Kassenprüfenden wurde die Jahresrechnung



2024 bei einer Enthaltung genehmigt und der Vorstand entlastet.

Im weiteren Verlauf wurden drei Kassenprüfende gewählt: Frau Gerlinde König (3. Wiederwahl), Herr Bernd Kiel (1. Wiederwahl) und Herr Michael Vogel (Neuwahl). Alle Kandidierenden stellten sich vor und wurden einstimmig en bloc gewählt.

Der Wirtschaftsplan für 2026 wurde vorgestellt, diskutiert und genehmigt. Der Mitgliedsbeitrag bleibt stabil, jedoch wurde der Vorstand ermächtigt, die Teilnahmegebühren zur Verlustdeckung bei Bedarf um

bis zu 10 % zu erhöhen aufgrund der weiterhin drohenden Verluste im Funktionstraining. Dazu appellierten die Mitglieder, Fehlzeiten im Funktionstraining zu vermeiden, da nur anwesende Termine bei den Krankenkassen abgerechnet werden – ein Beschluss, der ebenfalls mehrheitlich angenommen wurde.

Zum Abschluss wurde im Rahmen des Punktes „Verschiedenes“ das 50-jährige Jubiläum des Vereins gewürdigt. Es gab Ehrungen für verdiente Mitglieder, darunter Frau Ursula Leyk, Herr Uwe Schmidt sowie Dr. Sörensen, der für seine 40-jährige Präsidentschaft besonders geehrt wurde.

Wir danken allen Mitgliedern für ihre Teilnahme und ihr Engagement – und freuen uns auf ein weiterhin aktives und solidarisches Vereinsjahr!

Erinnerung: Unsere Kontoverbindungen haben sich geändert!

Liebe Mitglieder, wir möchten Sie daran erinnern, dass sich unsere Bankverbindung geändert hat. Die Bank für Sozialwirtschaft, die jetzt unter dem Namen **SozialBank** auftritt, hat zum 24. April 2023 ihre internen Abläufe umgestellt. In diesem Zuge haben wir neue IBAN-Nummern erhalten, auch die BIC hat sich geändert und lautet nun: **BFSWDE33XXX**.

Bitte beachten Sie:

– Verwenden Sie bei Überweisungen bitte ausschließlich die aktuellen IBAN-Nummern, die Sie auf unseren Rechnungen und Zah-

lungsinformationen finden.

– Falls Sie einen Dauerauftrag eingerichtet haben, passen Sie diesen bitte rechtzeitig an.

Wichtig: Ab dem **01. Januar 2026** sind unsere alten Kontonummern nicht mehr gültig. Überweisungen an die bisherigen IBANs können dann nicht mehr ausgeführt werden.

Bitte nutzen Sie für Ihre Überweisungen nur noch folgende Kontodaten, die wir Ihnen noch einmal auf einen Blick zusammengestellt haben:

• Mitgliedsbeiträge:

IBAN: DE44 3702 0500 0003 3891 02

• Spenden:

IBAN: DE17 3702 0500 0003 3891 03

• Kursgebühren:

IBAN: DE71 3702 0500 0003 3891 01

Unser Tipp: Am bequemsten für Sie und für uns: das **SEPA-Lastschriftverfahren**. Sie sparen sich Überweisungen und profitieren zudem von Rabatten auf Kursgebühren. Gleichzeitig helfen Sie uns, Verwaltungsaufwand und -kosten zu reduzieren.

Ein Besuch auf der Freiwilligenbörse: Engagement zwischen Flexibilität und Verbindlichkeit

Bei der 18. Berliner Freiwilligenbörse im Roten Rathaus waren wir wieder mit einem Stand vertreten. Dabei führte unser Team aus Haupt- und Ehrenamtlichen viele spannende Gespräche mit Interessierten. Zudem kam unsere Vizepräsidentin Frau Sandra Sutti ins Gespräch mit dem Berliner Staatssekretär für Gesellschaftlichen Zusammenhalt, Herrn Oliver Friederici (siehe Bild).



Zivilgesellschaftliches Engagement ist aktuell wichtiger denn je. Daher hat die Bundesregierung erstmals eine Staatsministerin für Sport und Ehrenamt benannt. Ein Ehrenamt bedeutet, sich für die Gemeinschaft einzusetzen und dabei auch die eigene Wirksamkeit zu spüren. In den Gesprächen auf der Freiwilligenbörse zeigte sich dieses Interesse daran deutlich – auch mit ganz unterschiedlichen Anforderungen und Vorstellungen. Während einige nach flexiblen Einsatzmöglichkeiten suchten, die mit Beruf und Privatleben zu vereinbaren sind, wünschten sich andere dagegen langfristige, vertrauensvolle Aufgaben wie im Besuchsdienst.

Diese Spannbreite steht exemplarisch für eine größere Entwicklung: Ehrenamt wird vielfältiger und fragmentierter. Laut Engagementstrategie des Bundes (2024) engagieren sich knapp 40 % der deutschen

Bevölkerung ab 14 Jahren freiwillig. Dabei ist zu beobachten, dass neben dem klassischen Ehrenamt, wie beispielsweise im Verein, auch informelle, spontanere Formen an Bedeutung gewinnen, wie in Nachbarschaftshilfen, Ad-hoc-Initiativen oder digitalen Netzwerken.

Für das Ehrenamt bei uns bedeutet das, diese Entwicklungen mitzudenken. Schließlich möchten wir Menschen dort abholen, wo sie gerade stehen. Bereits jetzt bieten wir diverse Engagementmöglichkeiten an – ob als Gesprächsperson im Besuchsdienst, in der Gremienarbeit, Mitgliederbetreuung oder Selbsthilfe sowie als Unterstützung bei Veranstaltungen oder im rheumarium. Wer sich engagieren möchte, regelmäßig oder punktuell, findet bei uns einen Platz.

Kontakt und Information:

Julia Gräfe, Tel. 32 290 29 64
graefe@rheuma-liga-berlin.de

Besuchsdienst

Möchten Sie Kontakt haben und besucht werden?

Unser Besuchsdienst bringt Freude und Abwechslung in Ihren Alltag. Sie können

- Ihre Themen besprechen,
- im Austausch sein,
- sich vorlesen lassen,
- Karten spielen,
- Lieder singen,
- gemeinsam spazieren gehen,
- kleine Ausflüge ins Café oder Museum unternehmen.

Sie erhalten eine feste Gesprächspartnerin oder einen festen Gesprächspartner, der Sie einmal in der Woche besuchen kann.

Möchten Sie sich im Besuchsdienst engagieren?

Sie haben in der Woche 1-2 Stunden freie Zeit zur Verfügung, die Sie gerne einem Menschen mit Rheuma schenken möchten?

Dann melden Sie sich gerne bei uns.

„Seit fast einem Jahr besuche ich eine ältere Dame – inzwischen verbindet uns eine schöne Freundschaft. Es ist schön zu sehen, wie viel ein bisschen Zeit und Zuhören bewirken kann – für sie und auch für mich.“



Haben Sie Interesse?

Kontakt und Information:

Julia Gräfe, Tel. 32 290 29 64
graefe@rheuma-liga-berlin.de

Gemeinsam unterwegs – helfen Sie mit!

Unsere Kurse, Gruppen und Selbsthilfeangebote schaffen Begegnung, stärken Austausch und fördern das Miteinander.

Damit das auch künftig möglich ist, möchten wir unser Selbsthilfe-Café mit neuen Stühlen und Tischen ausstatten – und einen Bus anschaffen, der Fahrten für unsere Selbsthilfegruppen ermöglicht.



Denn: Viele unserer Teilnehmenden sind in ihrer Mobilität eingeschränkt oder sozial isoliert. Mit dem Bus möchten wir gemeinsame Gruppenfahrten zu selbsthilferelevanten Veranstaltungen, Begegnungsorten oder Projekten außerhalb des regulären Gruppenraums ermöglichen. So kann Selbsthilfe auch unterwegs erlebbar werden – im Sinne von Teilhabe, Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

Viele Menschen können sich nur den ermäßigten Beitrag leisten. Damit trotzdem alle dabei sein können,

brauchen wir Ihre Hilfe.

Unterstützen Sie uns – mit einer Spende oder einer freiwilligen Beitragserhöhung. Jeder Beitrag hilft, Selbsthilfe lebendig und für alle zugänglich zu gestalten.

Danke, dass Sie uns auf diesem Weg begleiten.

SPENDEN – DAMIT SELBSTHILFE BEWEGT.

Spendenkonto:

Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.
Bank für Sozialwirtschaft
DE17 3702 0500 0003 3891 03
BIC BFSWDE33XXX
Verwendungszweck:
Agil 3/25

Kontakt und Information:

Gerd Rosinsky, Tel. 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 (10.09.2024) 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 Agil 3/25

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

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

IBAN

DE 17 3702 0500 0003 3891 03

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

„Agil 3/25“

St.-Nr. 27/663/54064

Freistellungsbescheid vom 10.09.2024

(Quittung des Kreditinstitutes/Postbank
bei Bareinzahlung)



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

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE98 3702 0500 0003 3891 00
BIC BFSWDE33XXX

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-Do 9-13 Uhr, Do 14-17 Uhr

Presse, Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen

Tel. 030 32 290 29 23, E-Mail: presse@rheuma-liga-berlin.de

Soziale Beratung, Selbsthilfegruppen

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

Ehrenamt

Tel. 030 32 290 29 64, ehrenamt@rheuma-liga-berlin.de

Social Media

<https://www.facebook.com/RheumaLigaBerlin/>
<https://www.youtube.com/channel/UCn8D53IEhodtK0be5JrKXgw>
<https://www.instagram.com/rheumaligaberlin/>

Konto

Hauptkonto	DE98 3702 0500 0003 3891 00
Mitgliedsbeitrag	DE44 3702 0500 0003 3891 02
Spenden	DE17 3702 0500 0003 3891 03

Schließtage der Geschäftsstelle:
24.12.2025 bis 1.1.2026

