

## Der direkte Weg zu uns

### Deutsche Rheuma-Liga

➤ Landesverband Brandenburg e.V.

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 19

03044 Cottbus

Zentralruf: 0800 . 26508039-151 /-152, Fax -190

Homepage: [www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

[www.rheuma-liga-brandenburg.de](http://www.rheuma-liga-brandenburg.de)

## Ansprechpartner vor Ort

### Rheuma-Liga Brandenburg e.V.

➤ AG Hennigsdorf

Hradeker Straße 11A (Nordpol 1.OG)

16761 Hennigsdorf

AG-Leitung: Heinz Köppel, Helma Quedenfeld, Marina Singer

Telefon und Anrufbeantworter 03302 . 49 88 083 (AG-Büro Stützpunkt)

Mobil (nur werktags) 0152 . 032 32 782 (Leiter: Heinz Köppel)

E-mail: [RL\\_HENNIGSDORF@web.de](mailto:RL_HENNIGSDORF@web.de) (Marina Singer)

### Büro- Beratungs-Sprechzeiten:

Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr (außer an Feiertagen)  
und nach telefonischer Vereinbarung

Bankverbindung und Spendenkonto:

„Rheuma-Liga AG Hennigsdorf“:

Mittelbrandenburgische Sparkasse Potsdam

IBAN:DE79 16050000 3812046171

Swift-BIC WELADED1 PMB



Deutsche | RHEUMA-LIGA  
Landesverband Brandenburg e.V.



Aktiv bleiben -  
aktiv werden,  
**gemeinsam mehr bewegen !**

Deutsche | RHEUMA-LIGA  
Landesverband Brandenburg e.V.



**AG Hennigsdorf**

Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft rheumakranker Menschen

## Wir über uns

### ➤ Erste Liga, wenn's um Rheuma geht!

1970 entstand die erste Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft rheumakranker Menschen in der Bundesrepublik:

### ➤ Die Deutsche Rheuma-Liga.

1990 wurde mit 249 Mitgliedern in Cottbus als e.V. gegründet die:

### ➤ Rheuma-Liga, Landesverband Brandenburg e.V.

- mit heute knapp 5000 Mitgliedern!

Mehr als 308.000 Menschen sind heute Mitglied in der Deutschen Rheuma-Liga, ihren 16 Landesverbänden und ihren 3 Mitgliedsverbänden.

Damit ist die Deutsche Rheuma-Liga die größte Selbsthilfeorganisation im Gesundheitsbereich.

Sie ist bundesweit mit vielen hundert örtlichen Gruppen vertreten. Eine davon

seit 2007 auch wir, die > **AG Hennigsdorf, mit mehr als 150 Mitgliedern**

in der Deutschen Rheuma-Liga des Landesverbandes Brandenburg e.V.

Unsere AG-Leitung ist auch im Behindertenbeirat der Stadt Hennigsdorf tätig.

Wir sind offen für alle Betroffenen - unsere Mitglieder kommen derzeit aus dem Einzugsgebiet Hennigsdorf, Velten, Oberkrämer und weiterer Umgebung.

Wir kooperieren mit Sekis/MSV-Oranienburg und anderen SHG's in Oberhavel.

### Was können wir Ihnen bieten?

- Offene, sympathische Gruppen von Gleichgesinnten
- **Funktionstraining** unter fachkundiger krankengymnastischer Anleitung (Warmwassergymnastik, Trockengymnastik, Gelenkschutz)
- **Therapeutisches Tanzen** wöchentliches Angebot
- **Sturzprävention** (Muskelaufbautraining für Ü-60-jährige)
- Infoveranstaltungen und Fachvorträge zu Prävention und Lebenshilfe
- Gesprächsgruppen zu verschiedensten Themen
- Ausflüge, gesellige Veranstaltungen, Schnupperkurfahrten
- und vieles mehr nach Bedarf und Möglichkeiten

## Unser Ziel hier vor Ort ist die Hilfe zur Selbsthilfe:

### Patientenschulung

Sie finden in unserer Arbeitsgruppe eine Vielzahl von Möglichkeiten der Begegnung, Schulung in Patientenseminaren, Unterstützung im Umgang mit Gelenk- und Rheumaerkrankungen, sowie die Förderung der Teilhabe an der Gemeinschaft und im öffentlichen Leben.

### Funktionstraining

- Warmwassergymnastik 30° - 32° C
- Trockengymnastik
- Gelenkschutz (Ergo für Hände entsprechend)

Eine Kostenübernahme durch Krankenkasse bzw. Rentenversicherungsträger ist bei entsprechender ärztlicher Diagnose und Verordnung für längere Zeiträume (12 - 24 Monate und in Einzelfällen darüber hinaus) mit geringem Zusatzbeitrag möglich - kostengünstig durch Betreuung von ehrenamtlichen Mitgliedern in der Organisation und Abrechnung des Funktionstrainings.

### Vorträge, Seminare und Rheuma-Treff

Gesprächskreise, Ernährungsberatung, Kräuter-Seminare, Vorträge usw.

### Tanzgruppe (Rhythmische Bewegungstherapie)

### Sturzprävention ( Muskelaufbautraining für Ü-60-jährige)

### Beratung und Rheuma-Lotse

Sozialrechtliche Beratung, Schmerzbewältigung, persönliche Beratung,

Kooperation mit GKV-Kassen, Ärzten, Apotheken, Physiotherapeuten, Patienten und Helfern. Anlaufstelle für Patientenprobleme (Patient-Partner).

### Rheuma-Plan

Wir vertreten die Interessen der Patienten in gesundheitspolitischen Fragen in der Öffentlichkeit und im politischen Bereich durch Aufklärungsarbeit



Neugierig geworden?

Fragen Sie uns!