

## Die AG Falkensee der Rheuma-Liga Brandenburg

ist eine von 52 Arbeitsgemeinschaften in unserem Bundesland, die Hilfe zur Selbsthilfe für rheumakranke Menschen ermöglicht.

Unserer AG gehören z.Zt. 233 Mitglieder an.

### Aufgaben der Teammitglieder:

An jedem letzten Mittwoch des Monats trifft sich das Team zur Auswertung und Absprache von konkreten Aufgaben, um sie anschließend an die Gruppenleiter der 16 Funktionstrainingsgruppen weiterzugeben bzw. sie zu beraten.

Jedes Leitungsmitglied hat auch ein klar bestimmtes Aufgabenfeld, wie

- die Organisation und Kontrolle des Funktionstrainings (14 Wassergymnastik -und 2 Trockengymnastikgruppen)
- Besuch von Fortbildungsveranstaltungen, z.B. Leitungsfähigkeit, Arbeit am Computer, Tanzgruppenleiter etc.
- Organisation von Veranstaltungen für alle, die der Information und dem Erfahrungsaustausch dienen, z.B. über gesunde Ernährung, Medikamenten-Einnahme, meditative Entspannung, rheumatische Erkrankungen und 1.Hilfe für Senioren.
- Organisation von kulturellen Veranstaltungen und Handarbeitsnachmittagen, um auch das gesellige Miteinander zu pflegen.

Die Teamarbeit zur Leitung der Arbeitsgruppe hat sich in dem zurückliegenden Jahr bewährt: Viele aufgetretene Probleme wurden/werden gemeinsam gelöst, denn jeder fühlt sich mitverantwortlich und bringt sich bestmöglich ein. Das gilt auch für die vielen Gruppenleiter, die unsere Arbeit maßgeblich unterstützen.



Auch Sie können aktiv werden – sprechen Sie uns an!

## Wo Sie uns finden:

Beratungsbüro  
Poststr. 41  
14612 Falkensee

Telefon: 03322 / 50 81 641

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

Sprechzeiten: donnerstags 14.00 – 17.00 Uhr

### Das Leitungsteam der AG Falkensee:



Seit Juni 2012 wird die AG Falkensee erstmals durch ein 6-köpfiges Team um Sabine Hansen geleitet: Waltraud Kaschner, Mazlume Hoffmeyer-Zlotnik, Anni Kömmlinger, Elke Lampert und Lilo Schmidt. Jedes Leitungsmitglied hat das gleiche Mitspracherecht und die Möglichkeit, Kontakt zu allen Mitgliedern zu pflegen

### Bankverbindung:

IBAN DE90 1605 0000 3812 0429 66  
BIC WELADED1PMB  
Mittelbrandenburgische Sparkasse

Deutsche RHEUMA-LIGA

• GEMEINSAM MEHR BEWEGEN •



# WIR ÜBER UNS



Gemeinsam mehr bewegen

Deutsche RHEUMA-LIGA  
Landesverband Brandenburg e.V.



Arbeitsgemeinschaft FALKENSEE

## Was ist eigentlich „Rheuma“?

---

Rheuma ist ein Sammelbegriff für viele meist chronische Erkrankungen des Muskel-, Gelenk- und Skelettsystems, wie z.B. Chronische Polyarthritis, die Bechterew'sche Erkrankung, Arthrosen, Fibromyalgie, sowie auch Autoimmunerkrankungen, bei denen es sich um entzündlich oder nicht entzündlich rheumatische Formen handeln kann. Sie gehen oft mit Schmerzen einher.

---

Rheumatische Erkrankungen beeinträchtigen die Bewegungsfunktionen, können Gelenke zerstören, aber auch Herz, Nieren, Augen und andere Organe befallen.

---

Da rheumatische Erkrankungen häufig chronisch verlaufen, müssen ergänzend und unterstützend zur ärztlich-medizinischen Behandlung zusätzliche Hilfs- und Selbsthilfemöglichkeiten zur Verfügung stehen.

---

Aus diesem Grund haben Rheumatologen und betroffene engagierte Bürgerinnen und Bürger sowie die unterschiedlichsten Fachkräfte die Rheuma-Liga Brandenburg im Jahr 1990 als Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft ins Leben gerufen.

## 10 gute Gründe, Mitglied zu werden:

---

- ✓ **Beratung** kompetent & persönlich zu allen Fragen rund um das Thema Rheuma
- ✓ **Sozialberatung** Hilfe bei Schwerbehinderung, Rente & Co
- ✓ **Rechtsberatung** durch einen Sozialrechtsanwalt (kostenlose Erstberatung)
- ✓ **Erfahrungsaustausch** in unseren örtlichen Arbeitsgemeinschaften
- ✓ **Zeitschrift „mobil“** mit der Brandenburger Beilage kommt kostenfrei alle 2 Monate zu Ihnen nach Hause
- ✓ **Broschüren & Merkblätter** Umfangreiches und kostenloses Angebot zu rheumatischen Erkrankungen, Gymnastik, Ernährung usw.
- ✓ **Patientenseminare** zum Thema Rheuma, Alltags- und Lebensbewältigung – kompetent und kostengünstig
- ✓ **Medizinische Vorträge** von kompetenten Fachärzten
- ✓ **Funktionstraining** Warmwasser- oder Trockengymnastik unter der Leitung von erfahrenen Physiotherapeuten
- ✓ **Rheuma-Liga-Bonus-Programm** ausgewählte Firmen gewähren Rheuma-Liga-Mitgliedern Rabatte



## Das sind wir

---

Die Rheuma-Liga Brandenburg ist eine Hilfs- und Selbsthilfeorganisation in Brandenburg mit ca. 5.000 Mitgliedern. Unser Ziel ist es, rheumakranken Menschen zu helfen, besser mit ihrer Krankheit zu leben.

---

Unsere 52 Arbeitsgemeinschaften und -kreise bieten verschiedene Aktivitäten, beispielsweise Tanzen mit Rheuma, Gelenkschutz im Alltag oder Funktionstraining, wie Trocken- und Warmwassergymnastik an.

---

In Seminaren wird aber auch Hilfe zur Selbsthilfe, Erfahrungsaustausch oder einfach Spaß und Geselligkeit angeboten.

---

Eine wichtige therapeutische Hilfe sind unsere Seminare für verschiedene Krankheitsbilder wie Rheumatoide Arthritis, Arthrose, Fibromyalgie, Lupus Erythematoses, Osteoporose u.a.

---

**Kommen sie zu uns.  
Bei uns sind Sie gut aufgehoben!**