



## Warum lohnt sich eine Mitgliedschaft in der Deutschen Rheuma-Liga NRW e.V.?

Die Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. ist kein Dienstleister, sondern versteht sich als lebendige Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft, die nur durch die Solidarität aller existieren kann. Die hohe Zahl von Mitgliedern versetzt den Verband in die Lage, sich wirkungsvoll für die Interessen Rheumakranker einsetzen zu können. Die Mitgliedschaft führt also dazu, dass Verbesserungen für alle möglich werden.

Wir bieten vielfältige Unterstützung und Angebote für Rheumakranke. Alle Angebote kosten aber auch Geld. So ist es nur fair, wenn Sie sich durch Ihren Mitgliedsbeitrag an der Finanzierung beteiligen. Die meisten Angebote richten sich daher ausschließlich an Mitglieder. Ausnahmen sind lediglich die Erstinformation und -beratung für Betroffene, Informationsveranstaltungen und das Funktionstraining, solange es über die Sozialleistungsträger finanziert wird.

Die Mitgliedschaft bietet jedoch auch eine Reihe von Vorteilen für das einzelne Mitglied.

### Gute Gründe für die Mitgliedschaft in der Deutschen Rheuma-Liga NRW

#### Finanzielle Entlastung

Eine chronische Erkrankung verursacht hohe Kosten. Die Rheuma-Liga setzt sich dafür ein, die finanziellen Belastungen Rheumakranker zu reduzieren und Vergünstigungen zu erreichen. Der Mitgliedsbeitrag lässt sich auf diesem Weg erheblich verringern.

Die Kooperation mit der Versandapotheke Sanicare hilft, die Kosten für Medikamente zu reduzieren. Durch Rabatte und Gutschriften lässt sich, abhängig von der Anzahl der eingelösten Rezepte, ein beachtlicher Kostenvorteil erzielen. Bestellungen und der Versand der Medikamente sind kostenfrei.

#### Bewegungstherapie

Bewegung ist das A und O für Rheumakranke, um langfristig die Beweglichkeit zu erhalten. Die Deutsche Rheuma-Liga NRW hält für Mitglieder wohnortnah Bewegungsangebote bereit, die außerhalb des Verbands in dieser Form nicht angeboten werden.

Das Funktionstraining ist eine hochwertige Bewegungstherapie speziell für Rheumatiker, die nach bundesweit festgelegten Qualitätskriterien durchgeführt wird, zu denen auch die Fortbildung der Therapeuten gehört. Für 12 oder 24 Monate werden die Kosten von den Krankenkassen übernommen. Mitglieder der Rheuma-Liga erhalten im Anschluss an diesen Zeitraum die Möglichkeit, das Funktionstraining als Selbstzahler weiterzuführen.

Ergänzende Bewegungsangebote wie Nordic Walking oder Yoga werden in einigen Arbeitsgemeinschaften für Mitglieder unter Berücksichtigung der spezifischen Bedürfnisse Rheumakranker durchgeführt.

#### Miteinander in einer starken Gemeinschaft

Wie erklärt man Gesunden, welche Einschränkungen Rheuma mit sich bringt und warum manche Aktivitäten an einem Tag möglich sind und am anderen nicht?! Bei der gemeinsamen Freizeitgestaltung mit anderen Betroffenen sind lange Erklärungen nicht nötig.

Die Arbeitsgemeinschaften der Deutschen Rheuma-Liga NRW organisieren regional unterschiedliche Freizeitaktivitäten. Es gibt z. B. Wandergruppen, Radgruppen, Tanzgruppen und Kreativgruppen. Gemeinsame Fahrten zu Rheumakliniken und Feiern werden ebenfalls fast überall angeboten.

Für schwerstbetroffene Rheumakranke, die an keiner Aktivität mehr teilnehmen können, existiert in einigen Arbeitsgemeinschaften ein Besuchsdienst.

### **Umfangreiche krankheitsspezifische Informationen**

Eine chronische Erkrankung wirft viele Fragen auf. Wissen hilft, sich der Krankheit nicht hilflos ausgesetzt zu fühlen und sie besser zu bewältigen.

Die Seminare der Deutschen Rheuma-Liga NRW bieten Informationen über die Erkrankung und im Austausch mit anderen Betroffenen Rat und Hilfe für die Bewältigung des Alltags.

Sechsmal im Jahr erscheint die Verbandszeitschrift mobil mit aktuellen Beiträgen zu Forschungsergebnissen, Therapiemethoden, Medikation und Ratschlägen für den Alltag.

Unsere Merkblätter und Broschüren bieten grundlegende Informationen zu verschiedenen Krankheitsbildern und Lebensbereichen.

Für Ihre individuellen medizinischen Fragen steht Ihnen der Ärztliche Telefonservice zur Verfügung. Jede Woche beantworten Rheumatologen ehrenamtlich Ihre Fragen zu rheumatischen Erkrankungen und Therapien.

Kursangebote wie z. B. psychologische Schmerzbewältigung oder Ergotherapie informieren über Möglichkeiten, zu einem besseren Umgang mit den Symptomen der Erkrankung zu finden.

In alters- und diagnosespezifischen Gesprächskreisen tauschen Betroffene ihre Erfahrungen mit Behandlungen und Therapien aus und unterstützen sich gegenseitig mit hilfreichen Tipps für den Alltag.

### **Unterstützung in Rechtsangelegenheiten**

Recht haben und Recht bekommen ist zweierlei. Die Deutsche Rheuma-Liga NRW möchte ihren Mitgliedern diese Erfahrung so weit wie möglich ersparen und bietet daher auch Unterstützung zur Durchsetzung der Rechte im Sozialsystem.

In den Arbeitsgemeinschaften vor Ort beraten durch den Verband in sozialrechtlichen Fragen geschulte Ehrenamtliche zu allgemeinen Grundsätzen und Verfahren im Sozialrecht.

Bei schwierigen individuellen Rechtsfragen besteht die Möglichkeit, dass zusätzlich ein Fachanwalt für Sozialrecht von uns beauftragt wird, der Sie telefonisch unter einer von Ihnen genannten Telefonnummer kontaktiert.

**Werden Sie Mitglied! Es lohnt sich!**

Gemeinsam mehr bewegen.

