

Seminarprogramm 2019



www.rheuma-liga-bayern.de



GEMEINSCHAFT, DIE BEWEGT.

Deutsche | **RHEUMA-LIGA**
Landesverband Bayern e.V.





Seminarprogramm 2019



Liebe Mitglieder,
sehr geehrte Interessenten,

sehr gerne überreichen wir Ihnen das Seminarprogramm 2019. Auch in diesem Jahr bieten wir wieder Patientenseminare, Seminare für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, Seminare für Junge Rheumatiker/35+, Austauschtreffen und Fortbildungen für Übungsleiter an. Wir legen großen Wert darauf, dass die Seminare und Fortbildungen Ihrem Bedarf und Ihren Interessen entsprechen. Eine stetige Weiterentwicklung der Angebote und fortlaufende Qualitätssicherung sind für uns selbstverständlich.

Mit den Seminaren und Austauschtreffen für Ehrenamtliche wollen wir Ihnen aktuelles Wissen für Ihre Tätigkeit im Verband mitgeben. Mit unseren Workshop-Angeboten zur Nachfolgeplanung und zur Teamarbeit im Vorstand wollen wir Sie unterstützen, dass Sie Nachfolger für ihre wertvolle Arbeit vor Ort finden und die Potentiale im Vorstands- und Leitungsteam nutzen können. Lösungen für aktuelle Herausforderungen können gemeinsam entwickelt werden und der Erfahrungsaustausch untereinander führt zu neuen Ansätzen, nach dem Motto »Gemeinsam sind wir stärker«.

In den Patientenseminaren stehen Aufklärung und aktuelle Informationen über die spezifische Erkrankung im Vordergrund. Sie haben zugleich Gelegenheit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und aus den gegenseitigen Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung im eigenen Alltag zu profitieren.

In den Seminaren für die jungen Rheumatiker/innen sind auch alle Betroffenen der Altersgruppe 35+ herzlich willkommen. Der Schwerpunkt in den Seminaren liegt auf den Auswirkungen der Erkrankung auf die eigene Lebensplanung und -gestaltung. Angeregt durch fachlichen Input können Erfahrungen, Herangehensweisen und individuelle Lösungen gemeinsam diskutiert werden.

Als Fachverband qualifizieren wir in unseren Fortbildungsangeboten die Übungsleiterinnen und Übungsleiter für das Funktionstraining und das neue Bewegungsangebot »aktiv-hoch-r« der Deutschen Rheuma-Liga.

In allen Veranstaltungen ist Raum für den Gedanken- und Erfahrungsaustausch. So ist es möglich, nicht nur von den Vorträgen der Referenten zu partizipieren, sondern sich auch gegenseitig zu stärken. Nicht allein mit den eigenen Sorgen und Plänen zu sein, ist ein großer Mehrwert!

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre

Claudia Zeiler
Geschäftsführerin

Andrea Krutzinna
Seminarwesen



1 | Allgemeines

Unser Seminarangebot gliedert sich in vier Bereiche:

Seminare für Ehrenamtliche

Seminare für Junge Rheumatiker/35+

Seminare für Patienten

Seminare für Übungsleiter

Im Programmteil finden Sie zu jedem Seminar eine kurze inhaltliche Beschreibung sowie weitere Informationen. Sollten Sie Fragen zu den einzelnen Veranstaltungen haben, so wenden Sie sich bitte an die Landesgeschäftsstelle unter der Telefonnummer: **089 – 58 98 85 68-0**.

Um die Veranstaltungen effizient zu gestalten und die Qualität der Veranstaltungen zu sichern, ist die Teilnehmerzahl für die einzelnen Seminare grundsätzlich begrenzt.

2 | Anmeldung

Die einzelnen Seminare werden rechtzeitig im Infobrief des Landesverbandes Bayern e.V. ausgeschrieben. Mit der Ausschreibung erhalten Sie auch das dazugehörige Anmeldeformular. Sie können uns Ihre Anmeldung per Post schicken, faxen oder per email einreichen. In jedem Fall jedoch muss eine Anmeldung schriftlich bei der Deutschen Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V. erfolgen! Bitte beachten Sie dabei die jeweilige Anmeldefrist. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges in der Landesgeschäftsstelle München berücksichtigt. Sollten Sie an dem von Ihnen gewünschten Seminar schon einmal teilgenommen haben, behält sich die Rheuma-Liga vor, Sie zunächst auf eine Warteliste zu setzen und nur im Fall freibleibender Plätze Ihre Anmeldung zu berücksichtigen.

Nach Anmeldeschluss werden Sie schriftlich benachrichtigt, ob Sie am Seminar teilnehmen können oder auf der Warteliste stehen. Teilnehmer am Seminar erhalten mit der schriftlichen Bestätigung alle wichtigen Informationen zum Seminar. Nur mit dieser Teilnahmebestätigung ist es möglich, am jeweiligen Seminar teilzunehmen. Sollten Sie ca. 4 Wochen vor Veranstaltungstermin noch keine Benachrichtigung erhalten haben, rufen Sie uns bitte an.

3 | Einwilligung / Datenschutz

Mit der Anmeldung willigen Sie in die Verarbeitung Ihrer Daten auf der Grundlage des Art. 6 (1) lit a zum Zweck der Vorbereitung und Durchführung der Seminarveranstaltung, zur Information über die Teilnehmerzusammensetzung, zur Bildung von Fahrgemeinschaften und zur Abrechnung bei gewährten Zuschüssen ein. Zur Erfüllung der o.g. Zwecke leiten wir Ihre Angaben an die Seminarhäuser, an die Dozenten, an die Seminarteilnehmenden und an die Abrechnungsstellen weiter.

Bei Fortbildungen für Übungsleiter werden zusätzlich zu den Adress- und Kommunikationsdaten Daten zur beruflichen Qualifikation erfasst und zum Zweck des Anerkennungsverfahrens mit den Kostenträgern verarbeitet.



Ihre Daten werden für die Dauer von 10 Jahren entsprechend der Vorgaben zur Aufbewahrungs- und Nachweispflicht nach Handels- bzw. Steuerrecht aufbewahrt.

Widerrufshinweis: Sie haben jederzeit ein Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung sowie Einschränkung der Verarbeitung. Den Widerruf richten Sie an die Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V., Fürstenrieder Straße 90, 80686 München.

4 | Kostenbeitrag / Teilnahmegebühr

Die Teilnahme an Seminaren für Ehrenamtliche (EA) ist für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter grundsätzlich kostenfrei.

Für alle anderen Seminare wird ein Kostenbeitrag erhoben. Die Höhe des Kostenbeitrages finden Sie für jedes einzelne Seminar im Programmteil aufgeführt. Er beinhaltet die Verpflegung und bei mehrtägigen Seminaren die Übernachtung. Die Buchungen erfolgen durch den Landesverband Bayern e.V. In Kliniken erfolgt die Übernachtung in der Regel in Einzelzimmern, da Doppelzimmer nur in begrenzter Zahl zur Verfügung stehen. Die Anreise zum Veranstaltungshaus/Hotel ist von den Teilnehmern in Eigenregie zu organisieren. Die Fahrtkosten sind von den Teilnehmern selbst zu tragen.

Der Kostenbeitrag ist nach Erhalt der Teilnahmebestätigung (siehe Ziff. 2) zu überweisen:
Bank für Sozialwirtschaft | IBAN DE73 7002 0500 0007 8333 05 | BIC BFSWDE33MUE

Erstattungen für nicht vollständig abgenommene Leistungen können nicht erfolgen.

5 | Abmeldung / Rücktritt

Sollten Sie unerwartet nicht an der Veranstaltung teilnehmen können, bitten wir um eine schriftliche oder telefonische Absage.

Durch langfristige Planung der Seminare und Buchung der Unterkünfte gehen wir mit jeder Buchung finanzielle Verpflichtungen ein. Die Veranstaltungshäuser/Hotels berechnen uns für kurzfristige Absagen Stornogebühren. Aus diesem Grunde erheben wir, bei Seminarveranstaltungen für die ein Kostenbeitrag entrichtet wird, Ausfallgebühren:

- 50% des Kostenbeitrages, bei Abmeldung weniger als zehn Tage vor Seminarbeginn
- 100 % des Kostenbeitrages, bei Abmeldung am Veranstaltungstag sowie bei Fernbleiben ohne vorherige Abmeldung

6 | Absage von Veranstaltungen

Veranstaltungen können aus wichtigen Gründen, z.B. bei zu geringer Teilnehmerzahl, bei Ausfall bzw. Erkrankung des Referenten, abgesagt werden. Über die Absage werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zeitnah informiert. Sollte eine Veranstaltung nicht stattfinden, werden bereits gezahlte Kostenbeiträge zurückerstattet. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht.

Der Landesverband Bayern e.V. behält sich weiterhin vor, Veranstaltungen räumlich und/oder zeitlich zu verlegen. In Ausnahmefällen kann auch ein Wechsel des/der Referenten/Referentin oder des Programms möglich sein. Änderungen begründen keinen Erstattungsanspruch.



Aktiv trotz Rheuma – Bestätigung im Ehrenamt	N.N.	Frühjahr/Sommer	8
»Wie sag ich's bloß ...?« – Rhetorik, Gesprächsführung, Präsentation	Augsburg	15.-16.03.2019	9
Wie führe ich eine Beratung (Seminar für Einsteiger)	Nürnberg	22.-23.03.2019	10
Die einheitliche Kassenbuchführung	Regensburg	13.04.2019	11
Mit Freude und Gelassenheit im Ehrenamt	Augsburg	26.-27.04.2019	12
Sozialrecht – Ihre Rechte und Pflichten im Sozialsystem	Marktbreit	18.05.2019	13
Zukunftswerkstatt »Die Selbsthilfe für Junge Rheumatiker und 35+«	Nürnberg	25.05.2019	14
Forum zum Austausch für Fibromyalgie-Ansprechpartner	Nürnberg	13.06.2019	15
Forum zum Austausch für Berater der Arbeitsgemeinschaften	Nürnberg	04.07.2019	16
Gemeinsam sind wir stärker – Als Team erfolgreich sein	Nürnberg	19.-20.07.2019	17
Erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Ehrenamt	Nürnberg	28.09.2019	18
Schriftführung: Auf die Form kommt es an	Nürnberg	10.10.2019	19
Wie führe ich eine Beratung (Seminar für Fortgeschrittene)	Nürnberg	11.-12.10.2019	20
Die Schwerpunkte der Kassenbuchprüfung	Regensburg	26.10.2019	21
Aufbau und Organisation einer Arbeitsgemeinschaft	Nürnberg	15.-16.11.2019	22
Workshop IST-Analyse der Vorstandsarbeit	individ. vereinbar	individ. vereinbar	23
Workshop Nachfolger/-innen im Ehrenamt	individ. vereinbar	individ. vereinbar	24
Gut leben mit Rheuma – Fit für Alltag und Beruf	Oberammergau	17.-19.05.2019	25
Mit ZILGREI aktiv und entspannt im Alltag	Erlangen	25.-27.10.2019	26



Fibromyalgie – Aufklärung und Information	N.N.	Frühjahr/Sommer	27
Systemischer Lupus Erythematodes (SLE) – Aufklärung und Information	Oberammergau	22.-23.03.2019	28
Herausforderung Rheuma – Nimm Dein Leben in die Hand	München	05.-07.04.2019	29
Osteoporose/Sekundäre Osteoporose – Aufklärung und Information	Bad Bocklet	24.-25.05.2019	30
Ergänzende Therapiemöglichkeiten bei rheumatischen Erkrankungen	Bad Bocklet	05.-06.07.2019	31
Sjögren-Syndrom – Aufklärung und Information	Bad Füssing	12.-13.07.2019	32
Fibromyalgie – Aufklärung und Information	Ichenhausen	19.-20.07.2019	33
Selbstbewusst durch's Leben gehen	Augsburg	20.-22.09.2019	34
Arthrose – Aufklärung und Information	Bad Windsheim	11.-12.10.2019	35
Fibromyalgie – Aufklärung und Information	N.N.	Herbst	36
Rheumatoide Arthritis – Aufklärung und Information	Oberammergau	18.-19.10.2019	37
Morbus Bechterew – Aufklärung und Information	Bad Bocklet	25.-26.10.2019	38
Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen	Bad Windsheim	16.-17.03.2019 06.-07.04.2019	39
Fachfortbildung für Übungsleiter »aktiv-hoch-r«	Bad Füssing	29.-30.06.2019 13.-14.07.2019	40
Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen	Bad Füssing	20.-21.07.2019 14.-15.09.2019	41
Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen	Bad Füssing	28.-29.09.2019 19.-20.10.2019	42
Refresher-Kurs für Übungsleiter in Rheumagruppen	Bad Füssing	09.11.2019	43



HILFE ZUR SELBSTHILFE

Aktiv trotz Rheuma – Bestätigung im Ehrenamt

Zielgruppe

Langjährig engagierte Ehrenamtliche der Arbeitsgemeinschaften.

Inhalt

Sie engagieren sich seit vielen Jahren aktiv und mit Freude im Ehrenamt, sind immer für andere da und jeden Tag aufs Neue gefordert – trotz rheumatischer Erkrankung. Das eigene Wohlergehen und die »Zeit für sich« bleiben da vielfach auf der Strecke.

Möchten Sie einmal eine kleine Auszeit nehmen, abschalten und einen Tag lang etwas anderes erleben? Sich zwanglos mit anderen Ehrenamtlichen treffen, etwas Gutes für sich tun, Wege der Motivation und Stressbewältigung kennenlernen?

Hier haben Sie die Gelegenheit dazu. Gönnen Sie sich ein wenig Entspannung für Körper, Geist und Seele und erhalten Sie neue Impulse und Kraft für sich und die künftigen Aufgaben.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

N.N.

Termin

wird noch bekannt gegeben
voraussichtlich Frühjahr/Sommer

Veranstaltungsort

wird noch bekannt gegeben



HILFE ZUM EHRENAMT

»Wie sag ich's bloß?«

Rhetorik, Gesprächsführung, Präsentation

Zielgruppe

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Arbeitsgemeinschaft, die in Kontakt zu Kooperations- und Vertragspartnern der Selbsthilfe stehen und die Rheuma-Liga nach außen hin präsentieren.

Inhalt

Die Zusammenarbeit und Kommunikation mit Ärzten, Leistungsträgern, Förderern und anderen Einrichtungen vor Ort ist ein wesentlicher und für alle Beteiligten wertvoller Bestandteil der ehrenamtlichen Mitarbeit in den Arbeitsgemeinschaften.

Dazu gehört es, Kontakte zu pflegen, Gespräche und Verhandlungen zu führen, Menschen von seiner Aussage zu überzeugen und sich und die Rheuma-Liga nebenbei noch gut zu präsentieren.

Wie Sie sich selbst und die Arbeit der Rheuma-Liga am besten vorstellen, wollen wir mit Hilfe von Grundlagen und Prinzipien der Gesprächsführung/ Kommunikation sowie bewährten Handlungsmustern gemeinsam im Seminar erarbeiten und aufzeigen.

Bringen Sie Ihre persönlichen Erfahrungen und Erlebnisse aus Gesprächen, Verhandlungen und Vorträgen mit ein und lassen Sie uns daraus lernen.

Kostenbeitrag

Keiner

Referent

Christian Mühldorfer | Dipl. Psychologe

Termin

Freitag | 15.03.2019 | 10.30 Uhr bis
Samstag | 16.03.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Haus St. Ulrich
Kappelberg 1 | 86150 Augsburg
Telefon 0821 – 3152-0



FÜHREN UND LEITEN IN GRUPPEN

Wie führe ich eine Beratung?

(Seminar für Einsteiger)

Zielgruppe

Ehrenamtliche der Arbeitsgemeinschaften, die seit kurzem beratend tätig sind oder zukünftig in die Beratung einsteigen möchten.

Inhalt

Zu den zentralen und wichtigsten Aufgaben in einer Arbeitsgemeinschaft gehört die Beratung von Betroffenen und Interessenten – ob im persönlich geführten Einzelgespräch oder am Telefon.

Beratungsgespräche verlangen von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Fähigkeit mit verschiedenen Menschen und Charakteren zurechtzukommen und diesen kompetent zu begegnen. Immer heißt es dabei, seine eigene Betroffenheit zurückstellen, sich auf seinen Gesprächspartner und sein Anliegen einzustellen und je nach Situation »einfach nur« aktiv zuhören oder mit Sachverstand weiterhelfen.

Wie Ihnen dies gelingen kann, wollen unsere Referenten gemeinsam mit Ihnen erarbeiten. Sie vermitteln Ihnen die Grundlagen der Beratung und Gesprächsführung und geben Ihnen eine praxisorientierte Einführung in Beratungsgespräche, damit Sie zukünftig sicherer und offener im Umgang mit Ratsuchenden werden.

Dieses Seminar und das Berater-Seminar für Fortgeschrittene bauen aufeinander auf. Beide Seminare sollten daher innerhalb desselben Jahres besucht werden. Zum Abschluss beider Seminare erhalten Sie ein Zertifikat über die Qualifizierung in der ehrenamtlichen Beratung der Deutschen Rheuma-Liga.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Birgitta Kraatz-Maček | Diplom-Sozialpädagogin
Miguel Maček | Diplom-Sozialpädagoge, Diplom-Theologe

Termin

Freitag | 22.03.2019 | 10.30 Uhr bis
Samstag | 23.03.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH
Schleswiger Straße 101 | 90427 Nürnberg
Telefon 0911 – 938-7264



GRUNDLAGEN DER VERBANDSARBEIT

Die einheitliche Kassenbuchführung

- Zielgruppe** Amtierende und zukünftige Kassenführerinnen und Kassenführer der Arbeitsgemeinschaften sowie deren Stellvertreter.
- Inhalt** Eine regelgerechte, satzungsgemäße Mittelverwendung ist das A und O im Verband. Wichtig ist es in diesem Zusammenhang, die Grundsätze der ordnungsgemäßen Buchführung und die Kassenrichtlinien des Verbandes zu kennen.
- Ob Buchung, Durchlaufkonto oder Jahresabschluss, die notwendige Praxisanleitung hierzu werden Ihnen unsere Referentinnen liefern. Sie erhalten einen umfassenden Einblick in die Handhabung des Kassenbuches und lernen die relevanten rechtlichen Grundlagen für die Kassenführung kennen.
- Egal ob Sie neu in das Thema einsteigen oder Ihre Kenntnisse zur Kassenbuchführung auffrischen bzw. ergänzen möchten – hier haben Sie Gelegenheit dazu. Zusammen mit den fachlich fundierten Hinweisen und Tipps aus diesem Seminar können Sie den Aufgaben als Kassenführer/-in gerecht werden und diese leicht bewältigen.
- Kostenbeitrag** Keiner
- Referentinnen** Helga Steiner | Rechnungsprüferin des Landesverbandes Bayern e.V.
Catherine Klimkeit | Landesverband Bayern e.V.
- Termin** Samstag | 13.04.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
- Veranstaltungsort** Katholische Akademie für Berufe
im Gesundheits- und Sozialwesen in Bayern e.V.
Ostengasse 27 | 93047 Regensburg
Telefon 0941 – 5696-0



HILFE ZUR SELBSTHILFE

Mit Freude und Gelassenheit im Ehrenamt

Zielgruppe

Langjährige Ehrenamtliche der Arbeitsgemeinschaften.

Inhalt

Ihr ehrenamtlicher Einsatz zeichnet sich durch hohes Engagement und persönliches Herzblut aus. Manches Mal haben Sie den Eindruck, die Aufgaben und Verpflichtungen wachsen Ihnen über den Kopf. Sie fragen sich: *Warum tue ich mir das an?* Fast jeder kennt das Gefühl.

Versuchen Sie gemeinsam mit den Referenten Antworten auf diese Frage zu finden. Entdecken Sie die schönen, positiven Seiten des Ehrenamtes aufs Neue und welche Möglichkeiten es gibt, Überlastungssituationen zu vermeiden, dem Ehrenamt mit (mehr) Gelassenheit zu begegnen und den Spaß an der ehrenamtlichen Arbeit (neu) zu entdecken.

Nehmen Sie Anregungen und Ideen mit. Machen Sie sich und anderen Lust aufs Ehrenamt, denn so lassen sich auch neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewinnen.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Birgitta Kraatz-Maček | Diplom-Sozialpädagogin
Miguel Maček | Diplom-Sozialpädagoge, Diplom-Theologe

Termin

Freitag | 26.04.2019 | 10.30 Uhr bis
Samstag | 27.04.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Haus St. Ulrich
Kappelberg 1 | 86150 Augsburg
Telefon 0821 – 3152-0



HILFE ZUM EHRENAMT

Sozialrecht – Ihre Rechte und Pflichten im Sozialsystem

Zielgruppe	Beratende und alle interessierten Ehrenamtliche der Arbeitsgemeinschaften.
Inhalt	<p>Ehrenamtliche werden in der Beratung häufig mit sozialrechtlichen Fragen konfrontiert, die auch für einen selbst als Betroffener von Bedeutung sind:</p> <ul style="list-style-type: none">• Welche Ansprüche habe ich als chronisch Kranker?• Welche Vor –und Nachteile hat ein Schwerbehindertenausweis?• Wie sieht es mit der Erwerbsminderungsrente aus?• ... <p>Gut, wer hier über die Rechte und Pflichten im Dschungel der Gesetzgebung und Paragraphen informiert ist.</p> <p>Lassen Sie sich von unserer Fachreferentin auf den aktuellen Stand bringen und Ihre Fragen aus dem Alltag und der Praxis beantworten. Erfahren Sie zugleich, welche Grenzen Sie in Ihrer Beratungstätigkeit beachten müssen.</p>
Kostenbeitrag	Keiner
Referentin	Meike Schoeler Rechtsanwältin
Termin	Samstag 18.05.2019 10.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr
Veranstaltungsort	InHotel Mainfranken (AWO-Akademie Marktbreit) Ochsenfurter Straße 29 97340 Marktbreit Telefon 09332 – 5924-0



Zukunftswerkstatt »Die Selbsthilfe für Junge Rheumatiker und 35+«

Zielgruppe

Junge Rheumatiker und Altersgruppe 35+: Alle, die sich engagieren möchten und die Zukunft mitgestalten wollen.

Inhalt

In dem Workshop wollen wir gemeinsam Ideen entwickeln, wie wir als Selbsthilfeorganisation auch in Zukunft für junge rheumakranke Menschen eine wichtige und attraktive Anlaufstelle sein können.

Was sind die Themen junger Menschen? Was beschäftigt die Altersgruppe 35+? In welcher Form wollen sich junge Leute heute treffen und austauschen?

Wie können wir den Austausch vor Ort fördern oder auf unsere Angebote aufmerksam machen? Wie macht Arbeiten in der Gruppe Spaß?

Welche Erfahrungen haben Sie im Ehrenamt gemacht oder bringen Sie aus der eigenen Betroffenheit mit? Bei welchen Themen wünschen Sie sich als Ansprechpartner/innen Unterstützung?

Wir freuen uns auf Ihre Ideen zur Weiterentwicklung der Angebote.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Manfred Karger | Landesverband Bayern e.V.
Natascha Schwenk | Landesjugendsprecherin
des Landesverbandes Bayern e.V.

Termin

Samstag | 25.05.2019 | 10.30 bis 15.30 Uhr

Veranstaltungsort

Caritas-Pirckheimer-Haus
Königstraße 64 | 90402 Nürnberg
Telefon 0911 – 2346-0



Forum zum Austausch für Fibromyalgie- Ansprechpartnerinnen und -partner

- Zielgruppe** Ehrenamtliche, die Fibromyalgie-Patienten beraten oder dies künftig übernehmen möchten.
- Inhalt** Sie stehen Fibromyalgie-Patienten mit Rat und Tat zur Seite, geben Mut und Unterstützung zur Lebensbewältigung und sind selbst betroffen.
- Wie ist das zu schaffen und wie bewältigen Ihre Kolleginnen und Kollegen aus den anderen Arbeitsgemeinschaften diese Aufgabe?
- Die Gelegenheit, dies in Erfahrung zu bringen und über Ihre Erlebnisse zu berichten, bietet Ihnen dieses Forum. Geben Sie Ihre Tipps in der Runde Gleichbetroffener weiter und nehmen Sie frische Ideen für die eigene Arbeit mit, die Ihnen das Leben erleichtern.
- Kostenbeitrag** Keiner
- Referentin** Claudia Zeiler | Geschäftsführerin des Landesverbandes Bayern e.V.
- Termin** Donnerstag | 13.06.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
- Veranstaltungsort** Caritas-Pirkheimer-Haus
Königstraße 64 | 90402 Nürnberg
Telefon 0911 – 2346-0



Forum zum Austausch für Beraterinnen und Berater der Arbeitsgemeinschaften

Zielgruppe

Beraterinnen und Berater der Arbeitsgemeinschaften sowie Ehrenamtliche, die sich künftig in der Beratung engagieren möchten.

Inhalt

Sie stellen sich den Fragen rheumakranker Menschen, geben Ratschläge und Tipps zur Lebensweise und sind manches Mal auch »nur« ein guter Zuhörer.

Dabei gibt es Beratungsgespräche, in denen auch Sie an Ihre Grenzen und Möglichkeiten stoßen – trotz Ihrer Erfahrung. Sie stehen damit nicht alleine da, auch andere kennen solche Situationen.

Das Forum bietet Ihnen die Möglichkeit, sich in einer kleinen Runde mit den Beraterinnen und Beratern anderer Arbeitsgemeinschaften auszutauschen, über Ihre persönlichen Erfahrungen zu berichten und neue Ideen für Ihre Beratungsstunden mitzunehmen.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Claudia Zeiler | Geschäftsführerin des Landesverbandes Bayern e.V.
Miguel Maček | Diplom-Sozialpädagogin, Diplom-Theologin

Termin

Donnerstag | 04.07.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Veranstaltungsort

Caritas-Pirckheimer-Haus
Königstraße 64 | 90402 Nürnberg
Telefon 0911 – 2346-0



FÜHREN UND LEITEN IN GRUPPEN

Gemeinsam sind wir stärker – Als Team erfolgreich sein

Zielgruppe

Langjährige und potentielle Ehrenamtliche der Arbeitsgemeinschaften.

Inhalt

Im Rahmen der ehrenamtlichen Arbeit fallen viele verschiedene Aufgaben an, die es zu erledigen gibt. Gut ist es dann, wenn die Aufgaben auf mehrere Schultern verteilt werden können und alle zusammenarbeiten.

Doch Aufgabenverteilungen, Teamsitzungen, Absprachen und das gute Miteinander gelingen nicht immer von selbst. Eine Rolle spielen dabei auch die unterschiedlichen Erwartungen und Meinungen sowie Erfahrungen und Stärken jedes einzelnen Team-/Vorstandsmitgliedes.

Wie Sie »Teamegeist« entwickeln und praktizieren können, welche Rolle dabei jeder Einzelne hat und wie Sie alle für ein gutes, konstruktives Miteinander und eine erfolgreiche Zusammenarbeit sorgen können, wollen wir mit Ihnen im Seminar erarbeiten.

Denn: Ein gutes Miteinander bereitet Freude und wirkt motivierend. Bringen Sie Beispiele und Erfahrungen aus Ihrer Arbeitsgemeinschaft mit.

Kostenbeitrag

Keiner

Referentin

Cordula Riener-Tiefenthaler | Dipl. Sozialpädagogin

Termin

Freitag | 19.07.2019 | 10.30 Uhr bis
Samstag | 20.07.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH
Schleswiger Straße 101 | 90427 Nürnberg
Telefon 0911 – 938-7264



GRUNDLAGEN DER VERBANDSARBEIT

Erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Ehrenamt

Zielgruppe

Ehrenamtliche, die für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit in der Arbeitsgemeinschaft verantwortlich sind oder Interesse daran haben.

Inhalt

Immer noch kennen viel zu Wenige die Bedeutung der Selbsthilfe und die wertvolle Arbeit der Rheuma-Liga. Das lässt sich ändern! Stellen Sie sich und Ihre Arbeit in der Öffentlichkeit vor.

Bei Beachtung einiger Grundregeln ist dies gar nicht so schwer.

Lernen Sie aus den alltäglichen Erfahrungen unsers Fachreferenten und durch praktische Übungen, wie Sie die Rheuma-Liga ins rechte Licht setzen können.

Nutzen Sie die Medien, um andere vom Sinn der Selbsthilfe zu überzeugen, Ehrenamtliche oder auch Therapeuten zu finden, neue Mitglieder zu gewinnen und Ihre Angebote vor Ort bekannt zu machen. Ganz nach dem Motto: informieren, interessieren, motivieren.

Kostenbeitrag

Keiner

Referent

Henner Luettecke | Journalist und PR-Berater

Termin

Samstag | 28.09.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Veranstaltungsort

Caritas-Pirckheimer-Haus
Königstraße 64 | 90402 Nürnberg
Telefon 0911 – 2346-0



GRUNDLAGEN DER VERBANDSARBEIT

Schriftführung: Auf die Form kommt es an

- Zielgruppe** Amtierende und zukünftige Schriftführerinnen und Schriftführer der Arbeitsgemeinschaften und deren Stellvertreter.
- Inhalt** Wir haben es jeden Tag mit einer Flut von Schriftstücken zu tun – Briefe, Einladungen oder Glückwunschscheiben. Viele sind unverständlich formuliert, unübersichtlich gestaltet und schrecken uns ab. Andere lesen wir mit großer Freude.
- Eines haben alle gemeinsam: Sie repräsentieren den Verfasser nach Außen und hinterlassen einen Gesamteindruck beim Empfänger/Leser – egal ob es sich beim Absender um eine Privatperson, eine Behörde oder eine Organisation wie die unsere handelt.
- Aber worauf kommt es an? Lassen Sie uns voneinander und miteinander (dazu) lernen. Bringen Sie Ihre gelungensten Werke mit oder auch ein besonders abschreckendes Beispiel, das Sie einmal erhalten haben.
- Kostenbeitrag** Keiner
- Referentin** Andrea Krutzinna | Landesverband Bayern e.V.
- Termin** Donnerstag | 10.10.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
- Veranstaltungsort** Caritas-Pirckheimer-Haus
Königstraße 64 | 90402 Nürnberg
Telefon 0911 – 2346-0



FÜHREN UND LEITEN IN GRUPPEN

Wie führe ich eine Beratung?

(Seminar für Fortgeschrittene)

Zielgruppe

Ehrenamtliche, die schon seit vielen Jahren beratend tätig sind und bereits an einem Berater-Seminar teilgenommen haben, sowie Berater-»Neulinge«, die das Berater-Seminar für Einsteiger besucht haben.

Inhalt

Sie sind vertraut mit den Strukturen der Deutschen Rheuma-Liga sowie den Grundlagen der helfenden Gesprächsführung und Beratungsmethodik. Beratungsgespräche stellen für Sie in der Regel keine großen Herausforderungen mehr dar.

Dennoch gibt es Situationen, in denen auch Sie an Ihre Grenzen und Möglichkeiten stoßen und sich gestresst fühlen – trotz Ihrer Erfahrung, Sie möchten Ihre Techniken, Kenntnisse und Kompetenzen in der Beratung deshalb vertiefen und weiterentwickeln.

Unser Seminar soll Ihnen dabei helfen. Erhalten Sie Verhaltens-, Handlungs- und Methodensicherheit für ihre Beratungsarbeit, damit Sie auch in schwierigen Beratungssituationen gelassen, souverän und kompetent bleiben. Lernen Sie, durch bewusste Gesprächsführung Impulse zu geben.

Zum Abschluss des Seminars erhalten Sie ein Zertifikat über die Qualifizierung in der ehrenamtlichen Beratung der Deutschen Rheuma-Liga.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Birgitta Kraatz-Maček | Diplom-Sozialpädagogin
Miguel Maček | Diplom-Sozialpädagoge, Diplom-Theologe

Termin

Freitag | 11.10.2019 | 10.30 Uhr bis
Samstag | 12.10.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH
Schleswiger Straße 101 | 90427 Nürnberg
Telefon 0911 – 938-7264



GRUNDLAGEN DER VERBANDSARBEIT

Die Schwerpunkte der Kassenbuchprüfung

- Zielgruppe** Amtierende und zukünftige Kassenprüferinnen und Kassenprüfer der Arbeitsgemeinschaften und deren Stellvertreter.
- Inhalt** Sie haben sich bereit erklärt, die jährliche Kassen- und Rechnungsprüfung für die Arbeitsgemeinschaft durchzuführen.
- Erfahren Sie in diesem Seminar mehr über Ihr Amt als Kassenprüfer und wie Sie sich Ihre Aufgabe erleichtern können.
- Die Rechnungsprüferin des Landesverbandes zeigt Ihnen an praktischen Beispielen, wie Sie das Kassenbuch Ihrer Arbeitsgemeinschaft effizient und korrekt prüfen. Sie beantwortet Ihnen kompetent alle Ihre Fragen.
- Tauschen Sie Ihr Wissen mit anderen Kolleginnen und Kollegen aus und profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung unserer Referentin. Ganz gleich ob »Neuling« oder »alter Hase«.
- Kostenbeitrag** Keiner
- Referentinnen** Helga Steiner | Rechnungsprüferin des Landesverbandes Bayern e.V.
Catherine Klimkeit | Landesverband Bayern e.V.
- Termin** Samstag | 26.10.2019 | 10.30 Uhr bis ca. 15.00 Uhr
- Veranstaltungsort** Katholische Akademie für Berufe
im Gesundheits- und Sozialwesen in Bayern e.V.
Ostengasse 27 | 93047 Regensburg
Telefon 0941 – 5696-0



FÜHREN UND LEITEN IN GRUPPEN

Aufbau und Organisation einer Arbeitsgemeinschaft

Zielgruppe

Neue und künftige Ehrenamtliche sowie Amtierende, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten.

Inhalt

Sich ehrenamtlich engagieren und dadurch zur Verbesserung der wohnort-nahen Versorgung rheumakranker Menschen beitragen – warum eigentlich nicht?

Aber wie? Und wie geht es nach der Gründung einer Arbeitsgemeinschaft und der Wahl in ein Amt weiter?

Jetzt heißt es: Die Abläufe und verschiedenen Arbeitsbereiche in einer Arbeitsgemeinschaft kennenlernen, sich effizient organisieren und dabei Vereinsrecht und Gemeinnützigkeit nicht aus dem Auge verlieren.

Alle wichtigen Informationen, die Sie dazu brauchen, und noch einiges mehr erfahren Sie in diesem Grundlagenseminar. Auch wenn Sie sich schon länger in der Rheuma-Liga engagieren und Ihr Wissen auf den aktuellen Stand bringen möchten, melden Sie sich an.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Claudia Zeiler | Geschäftsführerin des Landesverbandes Bayern e.V.
Manfred Karger | Landesverband Bayern e.V.

Termin

Freitag | 15.11.2019 | 11.00 Uhr bis
Samstag | 16.11.2019 | ca. 15.30 Uhr mit der Kaffeepause

Veranstaltungsort

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH
Schleswiger Straße 101 | 90427 Nürnberg
Telefon 0911 – 938-7264



ZUM EHRENAMT MOTIVIEREN

IST-Analyse der Vorstandsarbeit

Zielgruppe	Vorstandsteam/Leitungsteam
Inhalt	<p>Vereinsarbeit ist auf Menschen angewiesen, die Verantwortung übernehmen. Ein Vorstandsteam/Leitungsteam muss sich für die Anliegen des Vereins begeistern können und diese glaubwürdig nach innen und außen vertreten. Aber es geht nicht nur um einzelne Funktionen, sondern auch um die richtige Mischung in einem Team. Sucht man eine Kollegin, die alles in der Hand hält? Oder lieber doch ein breit aufgestelltes Team mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Persönlichkeiten? Wie soll die Arbeit in der Leitung der Arbeitsgemeinschaft künftig aussehen? Sind Sie offen für neue Ideen und Kolleginnen und Kollegen?</p> <p>Wir unterstützen Sie in der Verbesserung Ihrer Abläufe und Ihrer Zusammenarbeit im Team. So lässt sich erkennen, wo noch Potential da ist oder auch welche Erfolge Sie bereits erzielt haben. Lassen Sie uns Ihre Stärken als Vorstandsteam/Leitungsteam gemeinsam entdecken und entfalten!</p>
Kostenbeitrag	Keiner
Referenten	<p>Für Nordbayern: Belinda Haas Sozialpädagogin</p> <p>Für Südbayern: Manfred Karger Sozialpädagoge</p> <p>Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V.</p>
Termin	Individuell je Arbeitsgemeinschaft vereinbar
Veranstaltungsorte	Regionalbüro Nordbayern in Würzburg, Landesgeschäftsstelle München oder vor Ort in Ihrer Arbeitsgemeinschaft



ZUM EHRENAMT MOTIVIEREN

Nachfolger/-innen im Ehrenamt gewinnen

Zielgruppe

Vorstandsteam/Leitungsteam

Inhalt

Die Nachbesetzung frei werdender Funktionen in einem Vorstandsteam/Leitungsteam mit geeigneten Personen ist oftmals nicht einfach. Der Workshop unterstützt Sie dabei, dass für Ihre Arbeitsgemeinschaft eine konkrete, individuelle Lösung gefunden wird. Anhand zentraler Fragestellungen

- Wann suchen Sie?
- Wen suchen Sie?
- Wie suchen Sie?
- Wie überzeugen und begleiten Sie?

wollen wir gemeinsam mit Ihnen erarbeiten, welche Schritte erforderlich sind, damit Sie das Nachfolgethema in Ihrer Arbeitsgemeinschaft erfolgreich angehen und lösen können.

Kostenbeitrag

Keiner

Referenten

Für Nordbayern:
Belinda Haas | Sozialpädagogin

Für Südbayern:
Manfred Karger | Sozialpädagoge

Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V.

Termin

Individuell je Arbeitsgemeinschaft vereinbar

Veranstaltungsorte

Regionalbüro Nordbayern in Würzburg,
Landesgeschäftsstelle München oder
vor Ort in Ihrer Arbeitsgemeinschaft



LEBEN MIT DER KRANKHEIT

Gut leben mit Rheuma – Fit für Alltag und Beruf

Zielgruppe

Junge Rheumatiker sowie die Altersgruppe 35+.

Inhalt

Immer wiederkehrende oder chronische Schmerzen können das Leben sehr beschwerlich machen. Wie schaffen wir es dennoch gut durch den (Arbeits-) Alltag zu kommen und leistungsfähig für Familie und Beruf zu sein?

Bewusste Ernährung und gelenkschonende Bewegung sind zwei Säulen, die positiv dazu beitragen können. Deshalb wollen wir Ihnen in diesem Seminar Wissen und Freude an gesunder Ernährung und bewusster Bewegung vermitteln.

Erfahren Sie, anhand von praktischen Beispielen (es wird gekocht!), wie gesunde Ernährung aussehen kann und lernen Sie Bewegungsformen kennen, die entspannen und zugleich die Lebensenergie stärken können.

Nutzen Sie zudem den Gedanken- und Erfahrungsaustausch mit den anderen Seminarteilnehmern.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 17.05.2019 | 18.00 Uhr bis
Sonntag | 19.05.2019 | ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Klinik Oberamergau
Zentrum für Rheumatologie, Orthopädie und Schmerztherapie
Hubertusstraße 40 | 82487 Oberamergau
Telefon 08822 – 914-0



LEBEN MIT DER KRANKHEIT

Mit ZILGREI aktiv und entspannt im Alltag

Zielgruppe

Junge Rheumatiker sowie die Altersgruppe 35+.

Inhalt

Sie leben mit einer Erkrankung, die Schmerzen und Bewegungseinschränkungen in unvorhersehbarer Weise beinhaltet. Eine Herausforderung für ihr alltägliches Leben.

Welche alternativen Methoden und Techniken neben der medizinischen Behandlung gibt es, beschwerdefreier mit dem Körper umzugehen und den Alltag als weniger belastend zu empfinden?

Eine Technik wollen wir Ihnen an diesem Wochenende vorstellen: die ZILGREI®-Methode. ZILGREI® ist eine kombinierte Atmungs-, Haltungs- und Bewegungsmethode, die die Entspannung des Körpers und den Ausgleich der Muskeln fördert und somit Schmerzzustände beseitigen oder zumindest lindern kann.

Ohne zusätzliche Hilfsmittel ist die Methode immer und überall anwendbar – ob im Büro, in der Straßenbahn oder im heimischen Wohnzimmer. Probieren Sie es aus!

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referentin

Karin Anita Wiese | Energy Coaching, CQM-MasterCoach

Termin

Freitag | 25.10.2019 | 18.00 Uhr bis
Sonntag | 27.10.2019 | ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Fortbildungsinstitut der Lebenshilfe Erlangen
Kitzinger Straße 6 | 91056 Erlangen
Telefon 09131 – 75461-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Fibromyalgie

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte mit einem Fibromyalgie-Syndrom.
- Inhalt** Fibromyalgie ist eine chronisch verlaufende Erkrankung des rheumatischen Formenkreises, die sich in starken Muskelschmerzen äußert und eine Vielzahl weiterer Beschwerden mit sich bringt.
- Oft quälen sich die Betroffenen über viele Jahre mit argen Schmerzen, laufen von Arzt zu Arzt und werden mit ihrer Erkrankung nicht ernst genommen.
- Damit Sie als Fibromyalgie-Patient aktiv zur Krankheitsbewältigung beitragen und ihre Selbstverantwortung stärken können, möchten wir Ihnen mit diesem Seminar fundiertes Wissen über »Ihre« Krankheit, die therapeutischen Möglichkeiten und Hilfen im täglichen Leben an die Hand geben.
- Zudem bietet sich die Gelegenheit zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit den anderen Teilnehmern.
- Kostenbeitrag** 30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder
- Referenten** Interdisziplinäres Team der Klinik
- Termin** wird noch bekannt gegeben,
voraussichtlich Frühjahr
- Veranstaltungsort** wird noch bekannt gegeben



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Systemischer Lupus Erythematoses (SLE)

Zielgruppe

Rheumaerkrankte mit einem systemischen Lupus Erythematoses.

Inhalt

Der systemische Lupus Erythematoses (SLE) ist eine »Autoimmunerkrankung«. So werden Erkrankungen bezeichnet, bei denen sich das Immunsystem »gegen den eigenen Körper« richtet. Die möglichen Krankheitsercheinungen sind vielfältig und die Erkrankung verläuft gerade zu Beginn meist in Schüben. Kein SLE-Patient gleicht dem anderen.

Auch wenn die Erkrankung für die Patienten und Angehörigen oft beängstigend ist, da der Verlauf letztlich nicht vorhersehbar ist: Die Chancen von Lupus-Patienten, mit ihrer Krankheit ein normales Leben zu führen, haben sich in den letzten Jahren entscheidend verbessert.

Welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt und wie Sie selbst den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen können, möchten wir Ihnen mit Hilfe dieses Seminars aufzeigen.

Nutzen Sie das Seminar gleichzeitig für den Erfahrungs- und Gedankenaustausch untereinander.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 22.03.2019 | mit dem Mittagessen bis
Samstag | 23.03.2019 | nach dem Mittagessen, ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Klinik Oberammergau
Zentrum für Rheumatologie, Orthopädie und Schmerztherapie
Hubertusstraße 40 | 82487 Oberammergau
Telefon 08822 - 914-0



LEBEN MIT DER KRANKHEIT

»Herausforderung Rheuma – Nimm Dein Leben in die Hand«

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte aller Diagnosegruppen, mit Diagnose von mindestens einem Jahr.
- Inhalt** »Ich will nicht, dass Rheuma mein Leben beherrscht – aber wie kann ich das verändern?« Vielleicht gehen auch Ihnen solche Gedanken durch den Kopf, weil Sie schon einige Zeit mit einer rheumatischen Erkrankung leben und die Krankheit Ihnen das Öfteren einen Strich durch Ihre Alltags- und Lebensplanung macht.
- Der Kurs zum Selbstmanagement wurde speziell entwickelt, um Sie in Ihrem Alltag zu unterstützen. Kern des Kurses ist es, den Umgang mit der rheumatischen Erkrankung neu zu lernen – mit dem Ziel, das eigene Leben wieder selbst zu steuern und mehr Lebensqualität zu erlangen.
- In einer Gruppe von bis zu 12 Betroffenen üben Sie, Veränderungsmöglichkeiten in Ihrem Leben mit der Erkrankung zu erkennen. So lernen Sie Ihr Verhalten und Ihre Sichtweisen in bestimmten Situationen zu ändern und sich neue Möglichkeiten zu erschließen, zum Beispiel um mit Schmerz und Müdigkeit besser umzugehen oder in Gesprächen die eigenen Bedürfnisse zu äußern.
- Kostenbeitrag** 45 Euro Mitglieder
75 Euro Nichtmitglieder
(jeweils inklusive Handbuch zum Kurs)
- Referenten** selbstbetroffene, ehrenamtliche Mitarbeiterinnen der Deutschen Rheuma-Liga, Arbeitsgemeinschaft München
- Termin** Freitag | 05.04.2019 | 12.00 Uhr mit dem Mittagessen bis
Sonntag | 07.04.2019 | ca. 14.00 Uhr
- Veranstaltungsort** Schloss Fürstenried – Exerzitienhaus
Tagungs- und Beherbergungsbetrieb Fürstenried
Forst-Kasten-Allee 103 | 81475 München
Telefon 089 – 7 45 08 29-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Osteoporose und Sekundäre Osteoporose

Zielgruppe

Rheumaerkrankte mit einer Osteoporose oder Sekundären Osteoporose.

Inhalt

Diagnose (Sekundäre) Osteoporose – kein Grund, den Kopf in den Sand zu stecken! Im Gegenteil: gerade bei diesem Krankheitsbild haben Sie als Patient Möglichkeiten, den Verlauf positiv zu beeinflussen und aktiv zur Krankheitsbewältigung beizutragen.

Wie das möglich ist, soll Ihnen im Rahmen des Seminars aufgezeigt werden. Sie erhalten nicht nur Basiswissen über die Erkrankungsform, sondern lernen auch Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten kennen.

Nutzen Sie das Seminar zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit den anderen Teilnehmern und nehmen Sie die positiven Anstöße zum Umgang mit der Erkrankung im Alltag, in der Familie, im sozialen Umfeld sowie im Beruf mit.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 24.05.2019 | 11.00 Uhr bis
Samstag | 25.05.2019 | ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet
Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
Telefon 09708 – 79-0



LEBEN MIT DER KRANKHEIT

Ergänzende Therapiemöglichkeiten bei rheumatischen Erkrankungen

Zielgruppe

Rheumaerkrankte aller Diagnosegruppen.

Inhalt

Viele Patienten berichten aus Erfahrung, dass sie bei der Anwendung ergänzender Therapiemaßnahmen oft weniger Medikamente benötigen und ein größeres Wohlbefinden erlangen.

Doch welche Verfahren und Methoden gibt es, haben sich bewährt und können sinnvoll mit schulmedizinischen Behandlungsformen kombiniert werden?

Das Seminar möchte Ihnen einen Einblick in ergänzende Behandlungsmöglichkeiten geben und verschiedene Wege aufzeigen.

Nutzen Sie auch den Erfahrungs- und Meinungsaustausch untereinander und nehmen Sie Anregungen und Tipps für Ihren Alltag mit.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 05.07.2019 | 11.00 Uhr bis
Samstag | 06.07.2019 | bis ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet
Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
Telefon 09708 – 79-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Sjögren-Syndrom

Zielgruppe

Rheumaerkrankte mit einem Sjögren-Syndrom.

Inhalt

Das Sjögren-Syndrom, eine zur Gruppe der systemischen Bindegewebs-erkrankungen (Kollagenosen) gehörende Erkrankung des Immunsystems, wird meist erst mit mehrjähriger Verzögerung diagnostiziert. Die Ursache der Erkrankung ist unbekannt.

Es existiert aber doch eine Reihe von Behandlungsmöglichkeiten. Über diese und über die Erkrankung an sich wird das interdisziplinäre Team informieren.

Sie haben die Möglichkeit, sich mit anderen Patienten auszutauschen und Ihre Fragen im Rahmen des Seminars an die Ärzte vor Ort zu stellen.

Nehmen Sie das Seminar zum Anlass der Krankheit aktiv den Kampf anzusagen. Setzen Sie die im Seminar gewonnen Erkenntnisse zum Umgang mit der Erkrankung im Alltag, in der Familie, im sozialen Umfeld sowie im Beruf um.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 12.07.2019 | mit dem Mittagessen bis
Samstag | 13.07.2019 | nach dem Mittagessen, ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Rehafachzentrum Bad Füssing – Passau / Rheumaklinik Ostbayern
Waldstraße 12-14 | 94072 Bad Füssing
Telefon 08531 – 959-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Fibromyalgie

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte mit einem Fibromyalgie-Syndrom.
- Inhalt** Fibromyalgie ist eine chronisch verlaufende Erkrankung des rheumatischen Formenkreises, die sich in starken Muskelschmerzen äußert und eine Vielzahl weiterer Beschwerden mit sich bringt.
- Oft quälen sich die Betroffenen über viele Jahre mit argen Schmerzen, laufen von Arzt zu Arzt und werden mit ihrer Erkrankung nicht ernst genommen.
- Damit Sie als Fibromyalgie-Patient aktiv zur Krankheitsbewältigung beitragen und ihre Selbstverantwortung stärken können, möchten wir Ihnen mit diesem Seminar fundiertes Wissen über „Ihre“ Krankheit, die therapeutischen Möglichkeiten und Hilfen im täglichen Leben an die Hand geben.
- Zudem bietet sich die Gelegenheit zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit den anderen Teilnehmern.
- Kostenbeitrag** 30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder
- Referenten** Interdisziplinäres Team der Klinik
- Termin** Freitag | 19.07.2019 | mit dem Mittagessen bis
Samstag | 20.07.2019 | nach dem Mittagessen, ca. 14.00 Uhr
- Veranstaltungsort** m&i-Fachklinik Ichenhausen
Krumbacher Straße 45 | 89335 Ichenhausen
Telefon 08223 – 99-0



LEBEN MIT DER KRANKHEIT

Selbstbewusst durch's Leben gehen

Zielgruppe

Rheumaerkrankte aller Diagnosegruppen.

Inhalt

Leben mit einer rheumatischen Erkrankung bedeutet Beeinträchtigung im gesamten Lebensbereich. Häufig reagieren die Mitmenschen mit Unverständnis, die Betroffenen gelangen in einen Rechtfertigungsdruck.

Aber wie entsteht dieser Rechtfertigungsdruck und wie kann es gelingen, dem entgegenzuwirken? Gibt es Strategien und Möglichkeiten, um sich und anderen gerecht zu werden, aber die eigene Persönlichkeit dennoch zu bewahren und zu reflektieren, ohne sich über die Krankheit definieren zu müssen?

Im Seminar wollen wir diesen Fragen nachgehen und gemeinsam Lösungen erarbeiten. Dabei wird es von Bedeutung sein, die Erkrankung zu akzeptieren und das eigene Verständnis der Erkrankung weiter zu entwickeln. Nur so kann es gelingen, seinen Mitmenschen selbstbewusst entgegen treten zu können und sich in bestimmten Situationen sicherer zu fühlen.

Nutzen Sie dazu auch den Gedanken- und Erfahrungsaustausch untereinander.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referent

Christian Mühldorfer | Dipl. Psychologe

Termin

Freitag | 20.09.2019 | 18.00 Uhr bis
Sonntag | 22.09.2019 | ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Haus St. Ulrich
Kappelberg 1 | 86150 Augsburg
Telefon 0821 – 3152-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Arthrose

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte mit einer Arthrose.
- Inhalt** Arthrose, die häufigste Gelenkkrankheit überhaupt, zählt zu den rheumatischen Erkrankungen. Einmal aufgetreten, handelt es sich um ein fortschreitendes Leiden.
- Was können Betroffene selbst tun, um diesen Krankheitsverlauf zu mildern bzw. die Beweglichkeit trotz Arthrose zu erhalten oder sogar zu verbessern. Dieses und noch einige Informationen mehr bekommen Sie in diesem Seminar. Neben der Vermittlung von Basiswissen über die Erkrankungsform und mögliche Therapien lernen Sie auch praktische Übungen und Hilfen kennen.
- Nehmen Sie darüber hinaus auch die positiven Anstöße zum Umgang mit der Erkrankung im Alltag, in der Familie, im sozialen Umfeld sowie im Beruf mit.
- Kostenbeitrag** 30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder
- Referenten** Interdisziplinäres Team der Klinik
- Termin** Freitag | 11.10.2019 | mit dem Mittagessen bis
Samstag | 12.10.2019 | nach dem Mittagessen, ca. 14.00 Uhr
- Veranstaltungsort** Frankenland-Klinik, Reha- und AHB-Fachklinik
für Orthopädie, Innere Medizin und Dermatologie
Schwarzallee 1 | 91438 Bad Windsheim
Telefon 09841 – 95-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Fibromyalgie

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte mit einem Fibromyalgie-Syndrom.
- Inhalt** Fibromyalgie ist eine chronisch verlaufende Erkrankung des rheumatischen Formenkreises, die sich in starken Muskelschmerzen äußert und eine Vielzahl weiterer Beschwerden mit sich bringt.
- Oft quälen sich die Betroffenen über viele Jahre mit argen Schmerzen, laufen von Arzt zu Arzt und werden mit ihrer Erkrankung nicht ernst genommen.
- Damit Sie als Fibromyalgie-Patient aktiv zur Krankheitsbewältigung beitragen und ihre Selbstverantwortung stärken können, möchten wir Ihnen mit diesem Seminar fundiertes Wissen über »Ihre« Krankheit, die therapeutischen Möglichkeiten und Hilfen im täglichen Leben an die Hand geben.
- Zudem bietet sich die Gelegenheit zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit den anderen Teilnehmern.
- Kostenbeitrag** 30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder
- Referenten** Interdisziplinäres Team der Klinik
- Termin** wird noch bekannt gegeben
voraussichtlich Herbst
- Veranstaltungsort** wird noch bekannt gegeben



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Rheumatoide Arthritis (rA)

- Zielgruppe** Rheumaerkrankte mit einer rheumatoiden Arthritis (rA).
- Inhalt** Patienten mit rheumatoider Arthritis bedürfen wegen des chronischen Charakters und der sozialmedizinischen Folgen ihrer Erkrankung einer lebenslangen intensiven Betreuung. Viele Ärzte haben aber immer weniger Zeit für den einzelnen Patienten: die Betroffenen fühlen sich oftmals alleine gelassen und unzureichend informiert.
- Umso wichtiger ist das aktive eigene Mitwirken für den Krankheitsverlauf und das fundierte Wissen über die Erkrankung sowie die notwendigen Therapieansätze, um zur Krankheitsbewältigung beizutragen.
- Das Seminar soll Ihnen dabei helfen. Es gibt Ihnen darüber hinaus Gelegenheit zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit anderen Betroffenen.
- Kostenbeitrag** 30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder
- Referenten** Interdisziplinäres Team der Klinik
- Termin** Freitag | 18.10.2019 | mit dem Mittagessen bis
Samstag | 19.10.2019 | nach dem Mittagessen, ca. 14.00 Uhr
- Veranstaltungsort** Klinik Oberammergau
Zentrum für Rheumatologie, Orthopädie und Schmerztherapie
Hubertusstraße 40 | 82487 Oberammergau
Telefon 08822 – 914-0



AUFKLÄRUNG UND INFORMATION

Morbus Bechterew

Zielgruppe

Rheumaerkrankte mit einem Morbus Bechterew.

Inhalt

Grundsätzlich handelt es sich bei Morbus Bechterew um eine chronisch-entzündliche Erkrankung, die vorwiegend die Wirbelsäule befällt. Ein Erkrankungsbeginn ist praktisch in jedem Alter möglich. Ebenso kann ein Krankheitsstillstand in jeder Phase der Erkrankung spontan eintreten.

Wie bei anderen entzündlich-rheumatischen Erkrankungen kommt es zu Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Gleichfalls kann eine mehr oder weniger ausgeprägte Störung des Allgemeinbefindens und der Leistungsfähigkeit die entzündlichen Phasen der Erkrankung begleiten.

Was können Betroffene dagegen tun? Lässt sich der Krankheitsverlauf beeinflussen? Erfahren Sie mehr über Ihre Erkrankung und lernen Sie mögliche Therapien, wie auch praktische Übungen und Hilfen kennen.

Nehmen Sie darüber hinaus auch die positiven Anstöße aus dem Erfahrungs- und Gedankenaustausch mit anderen Betroffenen mit.

Kostenbeitrag

30 Euro Mitglieder
60 Euro Nichtmitglieder

Referenten

Interdisziplinäres Team der Klinik

Termin

Freitag | 25.10.2019 | 11.00 Uhr bis
Samstag | 26.10.2019 | ca. 14.00 Uhr

Veranstaltungsort

Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet
Frankenstraße 36 | 97708 Bad Bocklet
Telefon 09708 – 79-0



Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen (Funktionstraining)

- Zielgruppe** PhysiotherapeutInnen, med. BademeisterInnen/MasseurInnen und ErgotherapeutInnen, die das Funktionstraining leiten möchten.
- Inhalt** Um das Funktionstraining für Rheumakranke optimal anleiten zu können, brauchen Sie fundierte Kenntnisse über die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises.
- Die Fortbildung behandelt u. a. das Bewegungssystem (Bio- und Pathomechanik bei rheumatischen Erkrankungen), die Bewegungsentwicklung und -kontrolle, das Schmerzmanagement sowie das rheumatologische Wissen.
- Ergänzt wird das theoretische Wissen durch praktische Übungseinheiten.
- Darüber hinaus werden die psychologischen Aspekte und Prinzipien der Gruppenbehandlung sowie die Rechts- und Organisationsfragen zum Funktionstraining thematisiert.
- Die Teilnahme an dieser Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit als Übungsleiter in einer Rheumagruppe.**
- Kostenbeitrag** 195 Euro
- Referentin** Imogen Pinzinger | Physiotherapeutin
sowie weitere Referenten nach Schwerpunkt
- Termin** Wochenenden
16.-17.03.2019 und 06.-07.04.2019
- Veranstaltungsort** Frankenland-Klinik, Reha- und AHB-Fachklinik
für Orthopädie, Innere Medizin und Dermatologie
Schwarzallee 1 | 91438 Bad Windsheim
Telefon 09841 – 95-0



Fachfortbildung für Übungsleiter »aktiv-hoch-r«

Zielgruppe

PhysiotherapeutInnen und andere qualifizierte Berufsgruppen, die das neue Bewegungsprogramm der Rheuma-Liga in Gruppen übernehmen möchten.

Inhalt

Mit dem neuen Bewegungsprogramm aktiv-hoch-r ergänzt die Deutsche Rheuma-Liga ihr Bewegungsangebot neben dem bewährten Funktionstraining. Das Programm richtet sich an alle, bei denen die rheumatische Erkrankung noch zu keinen wesentlichen Funktionseinschränkungen geführt hat.

Ziel von aktiv-hoch-r ist es, die Teilnehmer mit verschiedenen Möglichkeiten körperlicher bzw. sportlicher Aktivität bekanntzumachen, ihre individuelle bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz zu steigern und sie an überdauernde eigenständige körperliche bzw. sportliche Aktivität heranzuführen und zu binden.

Neben professionell abgestimmten, gelenkschonenden Kraft- und Ausdauerübungen sowie Koordinations- und Beweglichkeitsübungen liegt der Fokus von aktiv-hoch-r auf einer intensiven Beratung und Begleitung.

aktiv-hoch-r ist als Präventionsmaßnahme von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt.

Die Teilnahme an dieser Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit als Übungsleiter in einer Gruppe zum neuen Bewegungsprogramm.

Kostenbeitrag

195 Euro

Referentinnen

Imogen Pinzinger und Iris Weigl | Physiotherapeutinnen

Termin

Wochenenden
29.-30.06.2019 und 13.-14.07.2019

Veranstaltungsort

Rehafachzentrum Bad Füssing – Passau
Waldstraße 12 | 94072 Bad Füssing
Telefon 08531 – 959-0



Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen (Funktionstraining)

- Zielgruppe** PhysiotherapeutInnen, med. BademeisterInnen/MasseurInnen und ErgotherapeutInnen, die das Funktionstraining leiten möchten.
- Inhalt** Um das Funktionstraining für Rheumakranke optimal anleiten zu können, brauchen Sie fundierte Kenntnisse über die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises.
- Die Fortbildung behandelt u. a. das Bewegungssystem (Bio- und Pathomechanik bei rheumatischen Erkrankungen), die Bewegungsentwicklung und -kontrolle, das Schmerzmanagement sowie das rheumatologische Wissen.
- Ergänzt wird das theoretische Wissen durch praktische Übungseinheiten.
- Darüber hinaus werden die psychologischen Aspekte und Prinzipien der Gruppenbehandlung sowie die Rechts- und Organisationsfragen zum Funktionstraining thematisiert.
- Die Teilnahme an dieser Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit als Übungsleiter in einer Rheumagruppe.**
- Kostenbeitrag** 195 Euro
- Referentinnen** Imogen Pinzinger und Iris Weigl | Physiotherapeutinnen sowie weitere Referenten nach Schwerpunkt
- Termin** Wochenenden
20.-21.07.2019 und 14.-15.09.2019
- Veranstaltungsort** Rehafachzentrum Bad Füssing – Passau
Waldstraße 12 | 94072 Bad Füssing
Telefon 08531 – 959-0



Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen (Funktionstraining)

Zielgruppe

PhysiotherapeutInnen, med. BademeisterInnen/MasseurInnen und ErgotherapeutInnen, die das Funktionstraining leiten möchten.

Inhalt

Um das Funktionstraining für Rheumakranke optimal anleiten zu können, brauchen Sie fundierte Kenntnisse über die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises.

Die Fortbildung behandelt u. a. das Bewegungssystem (Bio- und Pathomechanik bei rheumatischen Erkrankungen), die Bewegungsentwicklung und -kontrolle, das Schmerzmanagement sowie das rheumatologische Wissen.

Ergänzt wird das theoretische Wissen durch praktische Übungseinheiten.

Darüber hinaus werden die psychologischen Aspekte und Prinzipien der Gruppenbehandlung sowie die Rechts- und Organisationsfragen zum Funktionstraining thematisiert.

Die Teilnahme an dieser Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit als Übungsleiter in einer Rheumagruppe.

Kostenbeitrag

195 Euro

Referentinnen

Imogen Pinzinger und Iris Weigl | Physiotherapeutinnen
sowie weitere Referenten nach Schwerpunkt

Termin

Wochenenden
28.-29.09.2019 und 19.-20.10.2019

Veranstaltungsort

Rehafachzentrum Bad Füssing – Passau
Waldstraße 12 | 94072 Bad Füssing
Telefon 08531 – 959-0



Refresher-Kurs für Übungsleiter in Rheumagruppen (Funktionstraining)

Zielgruppe Übungsleiter, die bereits langjährig in der Rheuma-Liga tätig sind und bereits an der Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen teilgenommen haben.

Inhalt Sie sind vertraut mit den Grundlagen des Funktionstrainings, haben fundierte Kenntnisse über die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, das Bewegungssystem, die Bewegungsentwicklung und -kontrolle sowie das Schmerzmanagement.

Ihr theoretisches Wissen setzen Sie praktisch in den Funktionstrainingsgruppen im Trockenen und Wasser um. Dennoch gibt es Situationen, in denen auch Sie an Ihre Grenzen und Möglichkeiten stoßen – trotz Ihrer Erfahrung. Sie möchten Ihr Wissen und Ihre Techniken deshalb auffrischen und erweitern.

Unser eintägiges Seminar mit Workshop-Charakter soll Ihnen dabei helfen. Es bietet Ihnen zugleich die Gelegenheit von den Erfahrungen der Kollegen zu profitieren, um eigene Ideen zu entwickeln.

Die Teilnahme am Refresher-Kurs setzt eine vorherige Teilnahme an der Fachfortbildung für Übungsleiter in Rheumagruppen voraus.

Kostenbeitrag 65 Euro

Referentin Iris Weigl | Physiotherapeutin

Termin Samstag | 09.11.2019

Veranstaltungsort Rehafachzentrum Bad Füssing – Passau
Waldstraße 12 | 94072 Bad Füssing
Telefon 08531 – 959-0





GEMEINSCHAFT, DIE BEWEGT.

Deutsche Rheuma-Liga Landesverband Bayern e.V.

Fürstenrieder Straße 90 • 80686 München

Telefon 089 – 58 98 85 68-0 • Fax 089 – 58 98 85 68-99
info@rheuma-liga-bayern.de

www.rheuma-liga-bayern.de

Deutsche | **RHEUMA-LIGA**
Landesverband Bayern e.V.

