



## Wir über uns:

### Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V Arbeitsgemeinschaft Duisburg

Wir sind eine Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft rheumakranker Menschen. Unsere Arbeitsgemeinschaft wurde vor über 35 Jahren mit großem Weitblick gegründet.

Die Grundsteine unserer Arbeit sind

### **Bewegung . Begegnung . Beratung**

Die meisten Rheumakranken leiden an großen Schmerzen, haben zudem psychische Probleme, da sie häufig auf viel Unverständnis und Intoleranz im Arbeitsleben oder Freundeskreis und auch innerhalb der Familie stoßen. Der normale Alltag wird zum Problem und der Erkrankte zieht sich in sein „Schneckenhaus“ zurück. Hier setzt unsere Arbeit an.

### **Unsere Ziele:**

- Hilfe zur Selbsthilfe
- Aufklärung der Betroffenen
- Sicherung und Verbesserung der Lebensqualität Rheumakranker
- Optimale Versorgung Rheumakranker
- Aufklärung der Öffentlichkeit



## Unsere Leistungen:



### **Bewegung:**

**Warmwasser- und Trockengymnastik**  
Die Bewegung ist für Rheumakranke sehr wichtig. Daher stellt die Warmwasser- und Trockengymnastik eine der wichtigsten Säulen der Rheuma-Liga dar. Diese Therapien (Kassenleistung) bieten wir in folgenden Kliniken und Einrichtungen an:

- **St. Barbara Altenheim** in Neumühl
- **Rhein-Klinik** in Beeckerwerth
- **Klinikum Duisburg** in Wedau
- **Ev. Bethesda-Krankenhaus** in Hochfeld
- **Malteser Krankenhaus St. Anna** in Huckingen
- **BG Unfallklinik** in Buchholz

### **Begegnung:**

**Fachvorträge** über medizinische und sozialrechtliche Themen

**Info- Fahrten** zu Fachkliniken und Reha-Einrichtungen

### **Klöntreff:**

jeden 1. Freitag im Monat von 16.30 bis 18.00 Uhr  
Ort: Café Buschnattern am Beecker Markt

### **Spielegruppe:**

jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 14.00 - 18.00 Uhr  
Ort: St. Barbara Altenheim, Duisburg - Neumühl

### **Promi- Treff:**

jeden 3. Montag im Monat von 15 bis 17 Uhr  
Ort: Wohndorf Laar, Jahnstr.32, Duisburg - Laar

### **Fibromyalgie- Gesprächsgruppe:**

jeden letzten Dienstag im Monat von 16.00 - 18.00 Uhr  
Ort: St. Barbara Altenheim, Duisburg - Neumühl

### **Infostand:**

**Rheumatologie St. Barbara-Hospital:**  
2. Mittwoch im Monat von 16.00 bis 17.00 Uhr

**Eingangshalle St. Johannes-Hospital:**  
1. Mittwoch im Monat von 11.00 bis 13.00 Uhr

**Rheumatologie in den Wedau- Kliniken:**  
2. Mittwoch im Monat von 10.30 bis 12.30 Uhr

### **Weitere Angebote**

- Tanzgruppe
- Ergotherapie und Schmerzbewältigungskurse
- Thai Chi/Nordic Walking



Gemeinsam mehr bewegen.



# Publikationen

## Unsere Verbandszeitschrift



informiert alle 2 Monate über aktuelle  
Themen für Betroffene aller Altersgruppen

## Einige Themenschwerpunkte:

- Medizin und Wissen
- Politik und Soziales
- Leben und Alltag
- Bewegung und Ernährung
- Tipps & Trends
- Kontakt-Anzeigen der Betroffenen
  - . Info & Austausch
  - . Freunde & Partnerschaft
  - . Verkäufe & Gesuche

## Spezielle Broschüren zu den Themen

- Arthrose
- Rheumatoide Arthritis
- Fibromyalgie
- Ernährung
- Rechte im Sozialsystem  
u.v.m.

## Beratung / Büros:

### Beratungsbüro DU-Nord

St. Barbara-Hospital  
Barbarastr. 67 / 47167 DU-Neumühl  
Tel.: 0203 / 5199-554  
Mittwochs v. 14.00 - 17.00 Uhr

### **Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

S-Bahn: 903 bis Hamborn-Rathaus;  
Weiterfahrt mit Buslinie 908

### **Anfahrt mit dem PKW:**

A59 aus Richtung Düsseldorf bis AK DU-Nord,  
Weiterfahrt auf A42 Richtung Dortmund,  
Abfahrt DU-Neumühl  
B8 aus Richtung Wesel / Dinslaken

### Beratungsbüro DU-Süd u. Postadresse

Klinikum Duisburg / Wedau Kliniken  
Zu den Rehwiesen 3 (Im Ärztehaus)  
47055 Duisburg-Wedau  
**Tel. 0203 / 733 - 3320** (Fax 0203/733-3321)  
Donnerstags v. 14.00 - 17.00 Uhr

### **Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

S-Bahn: S1 Haltestelle Schlenk,  
Buslinien: 934 / 923 / 944  
Haltestelle Städtische Kliniken

### **Anfahrt mit dem PKW:**

A3 aus Richtung Oberhausen und Duisburg  
Abfahrt DU-Wedau  
A59 aus Richtung Wesel, Dinslaken und  
Düsseldorf, Abfahrt Wedau Wanheimerort



nehr bewegen.



Gemeinsam

**Arbeitsgemeinschaft  
Duisburg**

**Deutsche Rheuma - Liga  
Nordrhein - Westfalen e.V.**

Hilfs- und  
Selbsthilfegemeinschaft  
rheumakranker  
Menschen