



**Liebe Leserinnen und Leser unseres Newsletters,**

bevor die dunkle Jahreszeit so richtig bei uns Einzug erhält, hat Juppine in ihren Herbstferien noch fix den nördlichsten Punkt von Deutschland besucht, etwas Sonne getankt und die Seele baumeln gelassen.

Mit diesem kunterbunten Newsletter versenden wir viele kleine und große Sonnenstrahlen, die im tiefsten Grau gute Ideen geben, Mut machen und einfach mal kurz erheitern.

Viel Freude beim Lesen!

**Herzliche Grüße von Eurem  
Team im Familienbüro**

**"10 für RAY" - Challenge zum  
Jubiläum der jungen  
Selbsthilfegruppe ist gestartet**



**HOO-RAY**

Unsere Junge Selbsthilfegruppe gibt es in 2023 nun schon seit zehn Jahren. Um dies gebührend zu feiern, laden die Mitglieder von RAY herzlich zur aktiven Teilnahme an der „10 für RAY“ Challenge ein. Rund um die Zahl 10 können bis Ende Februar 2024 kreative, lustige, sportliche, kurzfristige, virtuelle etc. Challenges gestartet werden, um auf die Arbeit der jungen Selbsthilfegruppe aufmerksam zu machen und Spendengelder für das aktuelle Spendenprojekt von RAY zu sammeln.

Hier geht es zu weiteren Infos rund um die "10 für RAY" Challenge

Hier geht es zum Spendenprojekt von RAY auf betterplace.org

Wir freuen uns auf die vielen ganz individuellen Challenges!

**Herzliche Einladung zum  
GeschwisterTAG**



Am **Samstag, 11. November 2023** sind alle Kinder und Jugendlichen (ab ca. 8 Jahren), die einen Bruder bzw. eine Schwester mit Rheuma oder chronischen Schmerzen am Bewegungsapparat haben, ganz herzlich zu einem GeschwisterTAG eingeladen.

In den Räumlichkeiten des St. Josef-Stifts in Sendenhorst gibt es zwischen 10 und 16 Uhr die Möglichkeit, auf spielerische und kreative Weise Themen, die die Geschwisterkinder bewegen, anzusprechen, Austausch mit Gleichaltrigen zu erleben und eine fröhlich unbeschwerte Zeit zu erleben.

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es bei Jutta Weber im Familienbüro unter 02526/300 1175 und [jutta.weber@kinderrheuma.com](mailto:jutta.weber@kinderrheuma.com)

Um eine Anmeldung bis zum 08. November 2023 wird gebeten.

Hier geht es zum Flyer

**Die nächsten Termine im Projekt  
"Online Beratung"**

Die ersten digitalen Schulungen, die wir im Rahmen vom Projekt "Online Beratung" anbieten, konnten bereits erfolgreich stattfinden. Zwei weitere Termine finden noch bis Ende des Jahres statt. Die Schulungen finden per Zoom Video Konferenz in Kleingruppen mit maximal 10 Teilnehmenden statt. Eine Teilnahme ist ganz einfach per Online-Link möglich. Dieser wird nach der Anmeldung direkt versandt. Neben einer Einführung zur Thematik der jeweiligen Schulung gibt es immer die Möglichkeit, individuelle Fragen zu klären. Das kostenlose Angebot richtet sich an alle Familien mit rheumakranken und chronisch schmerzkranken Kindern.

**Die nächsten Themen und Termine in 2023**

- ◆ 08.11.2023 - Kur & Reha
- ◆ 23.11.2023 - Berufsorientierung

Diese Themen und Termine stehen bereits für 2024 fest

**ONLINE SCHULUNG**  
vom Bundesverband Kinderrheuma e.V.

TERMIN EINFACH ONLINE BUCHEN  
<https://bit.ly/3HhFV3J>

**THEMEN & TERMINE IN 2024**

- Selbsthilfe 17.01.2024
- Krankenversicherung 01.02.2024
- Schulpaten-Projekt 20.06.2024
- Schwerbehinderung 15.02.2024
- Kur & Reha 22.05.2024
- Pflegegrad 18.04.2024
- Mita & Schule 13.03.2024

Unsere Online Schulungen sind kostenlose Angebote für Familien mit rheumakranken und chronisch schmerzkranken Kindern. Mit freigelegter Unterstützung durch die Selbsthilfeförderung vom BfG (Bundesverband)

Die Anmeldung geht ganz einfach über unser Buchungsprogramm <https://www.kinderrheuma.com/projekte/online-beratung/> oder per E-Mail an: [kathrin.wersing@kinderrheuma.com](mailto:kathrin.wersing@kinderrheuma.com)

Habt ihr Wünsche, Ideen und Anregungen für weitere Schulungen? Dann schreibt sie uns gerne! Wir freuen uns auf eure Nachrichten! Viele Grüße aus dem Familienbüro 😊

**Bitte vormerken:  
Gesundheitsberaterin zu Gast  
beim Treffpunkt Digital**

**Aktuelles vom  
"Treffpunkt Digital"**



Frau Tina Foukas ist als Gesundheits-Beraterin zu Gast und referiert zu folgenden Themen:

- \* **Schmerzreduktion bei Rheuma durch einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt**
- \* **Mehr Lebensqualität durch Energieübungen**

Mit ihrer sympathischen Art erklärt sie uns, was für und mit unseren Kindern für den Körper Gutes tun können, um unser gesundheitliches Wohlbefinden zu steigern. Die Kinder sind herzlich eingeladen, die Übungen mitzumachen! Also, ran an die Bildschirme am:



**Dienstag,  
7. November  
2023  
um 18 Uhr**

Der Treffpunkt ist für Eltern von rheumakranken Kindern, kostenlos und findet online über ein Zoom-Meeting statt. Das mit der Technik ist ganz einfach, gerne helfe ich dabei. Du möchtest teilnehmen? Wie schön! Bitte melde Dich an, damit ich Dir den Link per Email zusenden kann.



Wer hilft mit? Adventsbasar am 26. November 2023 im St. Josef-Stift



Der Countdown bis zum Adventsbasar läuft bereits. Es darf wieder nach Herzenslust gestrickt, gehäkelt, gebastelt, genäht, eingekocht, gebacken und und und werden.

Leere Plätzchentüten können bei Bedarf vom Familienbüro aus an backinteressierte Leute verschickt werden.

Wer uns mit selbstgemachten weihnachtlichen Sachen, Kuchenspenden oder durch tatkräftige Mithilfe am Tag des Basars (u.a. Aufbau, Verkauf, Abbau) unterstützen möchte, meldet sich sehr gerne im Familienbüro: 02526/ 300 1175 bzw. [familienbuero@kinderrheuma.com](mailto:familienbuero@kinderrheuma.com).

**Vielen herzlichen Dank für die vielfältige Unterstützung!**

**Eine Hütte für das Ehrenamt**



Am Donnerstag, 07. und Freitag, 08. Dezember dürfen wir wieder die "Ehrenamt-Hütte" auf dem XMS-Markt, dem Weihnachtsmarkt auf dem Harsewinkelplatz in Münster, zur Präsentation unserer Vereinsarbeit nutzen und liebevoll handgemachte Sachen zum Verkauf anbieten.

Wir freuen uns sehr über alle, die uns noch bei dieser tollen Vereinsaktion unterstützen möchten.

Interessierte melden sich gerne im Familienbüro unter 02526/ 300 1175 oder [familienbuero@kinderrheuma.com](mailto:familienbuero@kinderrheuma.com) melden.

**Termine Termine Termine**

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

- **Dienstag, 07. November 2023 Termin vom TP Digital**
  - Nähere Informationen sind weiter oben im Newsletter zu finden
- **Samstag, 11. November 2023 GeschwisterTAG im St. Josef-Stift**
  - Nähere Informationen sind weiter oben im Newsletter zu finden
- **Samstag, 25. November 2023 RAY Treffen im St. Josef-Stift**
  - RAY Mitglieder und Interessierte ab ca. 16 Jahren treffen sich von 11 bis ca. 16 Uhr zu einem Austausch- und Planungstreffen in den Räumlichkeiten des St. Josef-Stifts in Sendenhorst.
  - Für weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung bitte im Familienbüro unter 02526/ 300 1175 oder bei Jutta Weber melden: [jutta.weber@kinderrheuma.com](mailto:jutta.weber@kinderrheuma.com)
- **Sonntag, 26. November 2023 Adventsbasar von 10 bis 17 Uhr in der Magistrale des St. Josef-Stifts in Sendenhorst**
  - Wer uns mit Kuchen, Plätzchen, handgemachten Sachen, beim Verkauf etc. unterstützen möchte meldet sich sehr gerne im Familienbüro: 02526/ 3001175 oder [familienbuero@kinderrheuma.com](mailto:familienbuero@kinderrheuma.com)
- **Donnerstag, 30. November virtuelles Café für Treffpunktleitende um 19.30 Uhr**
  - Wir treffen uns online in gemütlicher Runde, um uns zu anstehenden Themen aus den Treffpunkten auszutauschen. Außerdem gibt es hier immer die neuesten Infos aus dem Verein und die Möglichkeit näheres zum Geschwisterprojekt zu erfahren. Alle Treffpunkt-Leiter\*innen und an der Treffpunktarbeit Interessierte sind herzlich eingeladen. Das Treffen findet als Zoom-Video-Konferenz statt.
  - Fragen und Rückmeldungen gerne an die Treffpunkt-Koordinatorin [kathrin.wersing@kinderrheuma.com](mailto:kathrin.wersing@kinderrheuma.com)
- **Am Freitag, 29. Dezember um 20.15 Uhr hat sich die Treffpunktleiterin vom Treffpunkt-Digital wieder etwas ganz Besonderes einfallen lassen. Unter dem Titel: „Rheuma-Schnack zwischen den Jahren“ gibt es ein lockeres Austauschtreffen für alle Eltern von rheumakranken Kindern.**
  - Anmeldung, Zuganglink und weitere Infos gibt es bei Treffpunkt-Leiterin Katja Schmidt, E-Mail: [treffpunkt-digital@kinderrheuma.com](mailto:treffpunkt-digital@kinderrheuma.com)

