

## Kontakt



**Melde Dich und sei dabei!**

**E-Mail:** ray@kinderrheuma.com

**Telefon:** 02526 300-1175

Weitere Informationen zu den Themen Jugendrheuma, bzw. chronische Schmerzstörung und einer Mitgliedschaft bei RAY, findest Du auch auf unserer Homepage: [www.kinderrheuma.com/ray-junge-selbsthilfe/](http://www.kinderrheuma.com/ray-junge-selbsthilfe/)

Vernetze Dich mit uns über unseren Instagram-Account:  
@RAY\_Rheumagehoertzuuns



Über Spenden für unser Projekt „RAY“  
freuen wir uns sehr!

Kontoinhaber: Bundesverband Kinderrheuma e. V.

„Stichwort: RAY“

Sparkasse Münsterland Ost

IBAN DE55 4005 0150 0070 0999 99

BIC WELADED1MST

RAY ist die Jugendgruppe vom **Bundesverband Kinderrheuma e. V.**

Familienbüro

Westtor 7 · 48324 Sendenhorst

Telefon: 02526 300-1175

familienbuero@kinderrheuma.com

[www.kinderrheuma.com](http://www.kinderrheuma.com)



Rheumatoid Arthritis's Yours

**Wir, die Jugendgruppe vom  
Bundesverband Kinderrheuma e. V.,  
stellen uns vor!**



### Wer sind wir?

Wir sind Jugendliche und junge Erwachsene, die an entzündlichem Rheuma und/oder an einer chronischen Schmerzstörung erkrankt sind.

RAY ist die Jugendgruppe vom Bundesverband Kinderreuma e.V., welcher die ganze Familie unterstützt.

So gibt es u. a. gezielte Angebote für Geschwisterkinder und Eltern.

### Was machen wir?

Unsere Aktivitäten und Projekte sind sehr vielfältig. Wir treffen uns regelmäßig, sei es virtuell oder in verschiedenen Städten, z. B. zum gemeinsamen Frühstück. Einmal im Jahr findet ein RAY-Wochenende statt. Es gibt Workshops zu interessanten Themen, verschiedene Freizeitaktivitäten und Zeit für Fragen und den Austausch untereinander. Dabei haben wir immer jede Menge Spaß! Zudem stehen wir als Ansprechpartner:innen anderen Jugendlichen zur Verfügung und betreuen Infostände bei Veranstaltungen, um das Verständnis und die Akzeptanz in der Gesellschaft zu verbessern.

[www.kinderreuma.com/ray-junge-selbsthilfe/](http://www.kinderreuma.com/ray-junge-selbsthilfe/)



ICH MÖCHTE ANDERE  
ÜBER JUGENDRHEUMA  
INFORMIEREN UND  
AUFLÄREN!

ES MACHT  
EINFACH SPASS!



ICH HABE LEUTE  
KENNEN GELERNT,  
DENEN GERT ES GENAU  
SO WIE MIR!

## Rheuma und chronische Schmerzstörung

### Was ist das?

*Rheuma* ist ein Oberbegriff für über 400 verschiedene Erkrankungen. Sie werden durch eine Fehlfunktion des Immunsystems verursacht.

Eine *chronische Schmerzstörung* ist eine nicht entzündliche Erkrankung, die durch eine Dysfunktion in der Schmerzleitung verursacht wird.

**Beide Krankheitsbilder sind keine „Alte-Leute-Krankheiten“!** Sie verursachen insbesondere Schmerzen an den Gelenken. Zudem können Schwellungen, Rötungen, Überwärmung und Bewegungseinschränkungen auftreten.

Natürlich gibt es nicht immer schwarz oder weiß, denn bei jedem äußert sich die Erkrankung anders und hat ihren eigenen individuellen Verlauf.

### Wie kannst Du mitmachen?

Du hast Fragen zu einem der genannten Krankheitsbilder oder bist selbst betroffen? Du möchtest uns kennenlernen, über unsere aktuellen Veranstaltungen informiert werden oder diese sogar aktiv mitgestalten? Nimm gerne Kontakt zu uns auf!

Wir freuen uns auf DICH!

Hast Du noch Fragen, schreib uns doch gerne:

 [RAY\\_Rheumagehoertzuuns](https://www.instagram.com/RAY_Rheumagehoertzuuns)

SUPER,  
DASS ES AUCH  
ONLINE GERT!

