

**Jeden Monat „MOTTO“ Stammtisch**



**KONTAKT und Ansprechpartnerin:**

**Athanasia Karafilloudi**

**2. Vorsitzende | Vorstand**

Koordination & Organisation A-L-K  
und Beraterin

Angerkapellenstrasse 5

82362 Weilheim in OB

Festnetz: (0881) 927 030 20

Mobil: (0157) 518 518 45

vVa E-Mail:

[AltLandKreis@rheumaliga-arge-wm.de](mailto:AltLandKreis@rheumaliga-arge-wm.de)

---

**Altlandkreis**

**Arbeitsgemeinschaft  
Weilheim-Schongau e.V.**

Die Ideen und Pläne für die Aktivitäten im Altlandkreis werden von einem geschickten und motivierten Organisations-Team welches sich der **MOTTO Stammtisch** nennt während dem ganzen Jahr von den Mitgliedern und Teilnehmern gesammelt, zusammen getragen und letztlich im Herbst für das Neue bevorstehende Jahres-Heft und Jahr umgesetzt. Dazu gehören Planungen wie Busfahrten zu den Ausflugsorten, bis hin zur Organisation der Teilnehmer, die eingeladen werden im monatlichen Verteiler via E-Mail, durch Mundpropaganda und auf der Homepage der Arbeitsgemeinschaft. Einfach einen Blick in das aktuelle Jahrbuch reinwerfen: <https://rheumaliga-weilheim.de>



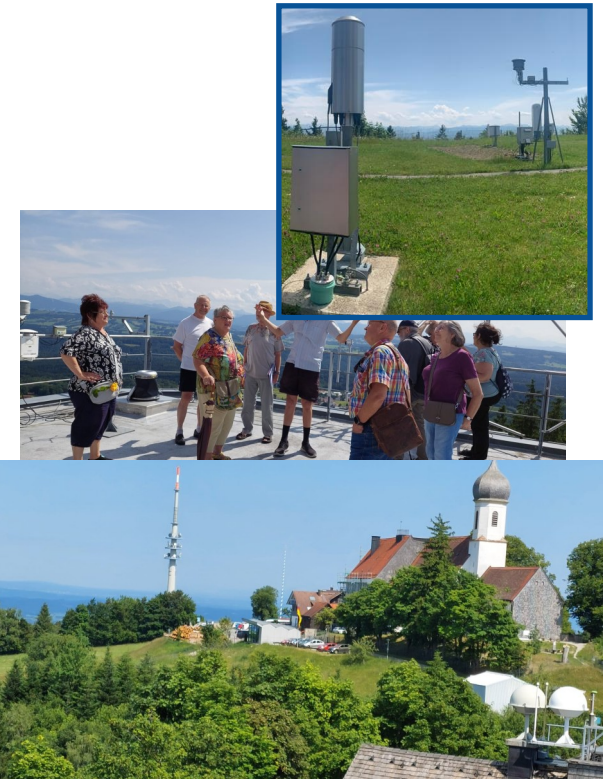
**Die Bedeutung der 3 B's**

**Beratung, Begegnung, Bewegung**

**Im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe**

**Mit den FT Trocken- FT Wasser-  
Gruppen im Freien (Sommer) im  
Plantsch & Atlantis Badespaß | Paradies**

**Altlandkreis**



**Arbeitsgemeinschaft  
Weilheim-Schongau e.V.**

**Willkommen**

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



Unter dem Begriff „Rheuma“ gibt es etwa 100 verschiedene Krankheiten. Zu ihnen gehört die Arthrose, die entzündliche Arthritis, sowie die Fibromyalgie, Gicht, Psoriasis Arthritis, Lupus, Morbus Bechterew, Osteoporose, Sjögrensyndrom, Polymyalgie und weiteren Autoimmunerkrankungen..

**Hier setzen wir auf unsere 3 B's und somit auf die Hilfe zur Selbsthilfe mit erfahrenen, verifizierten Therapeuten an den Therapie-Stätten vor Ort und unseren Funktions-Trainings-Gruppen Trocken und im Wasser.**

### Die Bedeutung und Umsetzung der 3 B's im Altlandkreis

Für Mitglieder, Betroffene und Angehörige im Altlandkreis bieten wir persönliche Beratung jeden 1. Dienstag von 15:00 – 17:00 Uhr in folgenden Monaten an: Februar, April, Juni, September und November.

**Beratungsstelle: AOK Gesundheitskasse,**  
Blumenstraße 15, 86956 Schongau.

#### **Nur mit telefonischer Voranmeldung**

bei Athanasia Karafilloudi,

**Telefon: (0157) 518 518 45** oder per

**E-Mail: [AltLandKreis@rheumaliga-arge-wm.de](mailto:AltLandKreis@rheumaliga-arge-wm.de)**

## **B**eratung

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



#### **Hinweise:**

Dieses Projekt wird aus Mitteln  
des Bayerischen Staatsministerium  
für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

Die Ideen und Pläne für die Aktivitäten im **Altlandkreis** werden von einem geschickten und motivierten Organisations-Team welches sich der MOTTO Stammtisch nennt während dem ganzen Jahr von den Mitgliedern und Teilnehmern gesammelt, zusammen getragen und letztlich im Herbst für das Neue bevorstehende Jahres-Heft und Jahr umgesetzt. Dazu gehören Planungen wie Busfahrten zu den Ausflugs-orten, bis hin zur Organisation der Teilnehmer, die eingeladen werden im monatlichen Verteiler via E-Mail, durch Mundpropaganda und auf der Homepage der Arbeitsgemeinschaft. Einfach einen Blick in das aktuelle virtuelle Jahrbuch 2025 reinwerfen:

<https://rheumaliga-weilheim.de>

**Nicht nur Ausflüge, Stammtische, insbesondere Beratung, Unterstützung sind verfügbar in den persönlichen Gesprächen und Begegnungen bei den regelmäßigen Treffen im LILA TREFF Peiting unter dem Dach der HSM (Herzog Sägmühle).**



Das Funktionstraining in Schongau und Peiting hat feststehende Termine und Zeitabläufe. Hier also das dritte „B“ im Bunde. Eine wöchentliche, regelmäßige Teilnahme fördert den ganzheitlichen Zustand und trägt zur wesentlichen Verbesserung der Gesundheit bei. Für das Training ist eine Verordnung vom Hausarzt bzw. Facharzt und eine Genehmigung der zuständigen Krankenkasse erforderlich.

#### **Mehr Infos:**

Ansprechpartnerin:

Athanasia Karafilloudi

2. Vorstandsvorsitzende

Gisela Mundt, Elke Stengl, Petra Walter  
(0881) 927 030 20

Organisationsteam |  
Ansprechpartnerinnen

## **Altlandkreis**

Deutsche | RHEUMA-LIGA  
Landesverband Bayern e.V.

