

## Welt-Rheuma-Tag 2022: Gemeinsam statt einsam

„Lassen Sie uns gemeinsam mehr für die Teilhabe und gegen die Vereinsamung von Menschen mit Rheuma tun!“ – dazu forderte Rotraut Schmale-Grede, die Präsidentin der Deutschen Rheuma-Liga, anlässlich des Welt-Rheuma-Tags auf.

Der 12. Oktober 2022 stand in diesem Jahr unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam – mehr bewegen mit der Rheuma-Liga!“. Die Rheuma-Liga will damit Rheuma-Betroffenen Wege aus der Einsamkeit aufzeigen. Dass sich durch die Corona-Pandemie immer mehr Menschen einsam fühlen, belegen Studien, unter anderem vom Deutschen Zentrum für Altersfragen. „Gemeinschaft erleben, Unsicherheiten abbauen, Austausch erfahren – das ermöglichen unter anderem die ehrenamtlich organisierten und mit professionellen Therapeuten durchgeführten Bewegungsangebote der Deutschen Rheuma-Liga. Die Kurse fördern das Aktivwerden in Gemeinschaft und den Austausch vor Ort“, sagte Rotraut Schmale-Grede.

### Pandemie macht bewegungslos und einsam

Laut der Untersuchung des Deutschen Zentrums für Altersfragen laut die Einsamkeitsrate der Menschen zwischen 49 und 90 Jahren im Jahr 2020 bei 14 % und damit 1,5-mal höher als in den Vorjahren. Die Pandemie hat viele Betroffene „bewegungslos“ und gleichermaßen einsamer gemacht, weil allerorten die Bewegungsangebote ausgefallen sind und nur nach und nach wieder in gewohntem Umfang angeboten werden können.

### Gemeinschaft und Bewegung sind wichtig für die Gesundheit

„Vereinsamung und Bewegungsmangel sind eine ungünstige Kombination. Einsamkeit kann Konsequenzen für die psychische wie physische Gesundheit nach sich ziehen, Bewegungsmangel, einen Verlust an Lebensqualität durch zunehmende rheumatische Schmerzen und Langzeitschäden an den Gelenken. Der Abbau von Einsamkeit und Bewegungsmangel ist demnach nicht nur wichtig für den sozialen Zusammenhalt, er gehört zur Gesundheitsvorsorge“, erklärte der orthopädische Rheumatologe Dr. med. Matthias Schmidt-Ohlemann. Er ist Vorstandsmitglied der Deutschen Rheuma-Liga.

Mehr Informationen zu den Bewegungsangeboten der Landes- und Mitgliedsverbände der Deutschen Rheuma-Liga gibt es unter [www.rheuma-liga.de/kampagne](http://www.rheuma-liga.de/kampagne) Die Kampagne wird vom AOK Bundesverband unterstützt.

Z Rheumatol 2022 · 81:808

<https://doi.org/10.1007/s00393-022-01291-5>

© The Author(s), under exclusive licence to Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2022

Deutsche RHEUMA-LIGA

• GEMEINSAM MEHR BEWEGEN •



#### Herausgegeben im Auftrag des Vorstandes

Rotraut Schmale-Grede (V.i.S.d.P.)

Präsidentin Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.

#### Redaktion

Annette Schiffer (V.i.S.d.P.)

Leiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e.V.

Welschnonnenstr. 7, 53111 Bonn

T: 0228-76606-11

[schiffer@rheuma-liga.de](mailto:schiffer@rheuma-liga.de)

[www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)



© Deutsche Rheuma-Liga/Limartz

Rund um den Welt-Rheuma-Tag streute die Rheuma-Liga ihre erfolgreiche Mitgliederwerbe-Postkarte als Edgar Free Card in über 16 deutschen Städten. Diese Karte kann – zum Beispiel für die Auslage im Wartezimmer – bei den Landes- und Mitgliedsverbänden der Rheuma-Liga bestellt werden.