



© Gesundheitsförderung Schwyz / Peter Tillesen

Haben wir Sie  
gluschtig gemacht?  
Wir freuen uns  
auf Sie!

# Besser leben mit Schmerzen

Die Rheumaliga Bern und Pro Senectute laden ein zur Infoveranstaltung:

## Chronische Schmerzen – eine tägliche Herausforderung

Wer mehr über die Veränderungen von Körper und Seele beim Älterwerden weiss, kann aktiv etwas dafür tun, so lange wie möglich selbständig zu bleiben. Eine Pflegefachfrau der Pro Senectute vermittelt Wissen und Anregungen zur allgemeinen Gesundheitsförderung.

Rücken-, Gelenk-, Knochen- und Muskelschmerzen sind häufig die Folgen einer rheumatischen Erkrankung. Fachfrauen der Rheumaliga Bern zeigen in ihren Referaten Möglichkeiten der Krankheitsbewältigung bei Rheuma und chronischen Schmerzen auf. Sie erklären, wie man mit Rheumaerkrankungen zurechtkommen sowie deren Folgen mildern kann.

<b>Wann</b>	Mittwoch, 28. Oktober 2020, 14.00 bis ca. 16 Uhr
<b>Wo</b>	Kirchgemeindehaus Bolligen
<b>Kosten</b>	Keine, anschliessend Zvieri
<b>Anmeldung</b>	Bis Montag, 26. Oktober 2020, an Diakon Martin Arbenz, 031 921 15 84 / diakonie@kirchebolligen.ch
<b>Auskunft</b>	Jacqueline Läderach, Zwäg ins Alter, Pro Senectute Region Bern, 031 359 03 03



**Rheumaliga Bern  
und Oberwallis**  
Bewusst bewegt

Im Auftrag der Gesundheits-, Sozial-  
und Integrationsdirektion des Kantons Bern



**Kanton Bern**  
Canton de Berne

**PRO SENECTUTE**  
**Zwäg ins Alter**