



Lebensqualität im Alltag mit chronischen Schmerzen und Rheuma

Jegenstorf, Kirchgemeindehaus

Dienstag, 17. November 2026, 18.00 Uhr

Die Kommission für soziale Anliegen lädt Sie zusammen mit der Rheumaliga Bern & Oberwallis zu einer Informationsveranstaltung ein.

Wie bleibe ich fit und beweglich? Wie trage ich meinem Rücken Sorge? Kennen Sie Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern?

Rücken-, Gelenk- und Muskelschmerzen sind oft die Folge rheumatischer Krankheiten und haben Auswirkungen auf alle Lebensbereiche. Die Fachfrauen der Rheumaliga zeigen Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie mit Schmerzen zurechtkommen und auf Ihre Lebensqualität Einfluss nehmen können. Sie lernen hilfreiche Übungen und Hilfsmittel für den Alltag kennen.

Referentinnen: Lucia Illi, dipl. Ergotherapeutin FH & Claudine Romann, dipl. Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Bern und Oberwallis

Da dieses Thema jedes Alter betreffen kann, richtet sich der Anlass an **alle Generationen und ist kostenlos.**

Nach den Referaten können Sie sich bei den anwesenden Fachinstitutionen persönlich informieren oder beraten lassen und das vielfältige Informationsmaterial nutzen.