

Bitte
frankieren


Rheumaliga Schweiz
Bewusst bewegt

Rheumaliga Schweiz
Josefstrasse 92
8005 Zürich

Ich möchte gewinnen und nehme am Wettbewerb teil.

Ich bestelle folgende Produkte:

- Broschüre «Arthrose», kostenlos
- Broschüre «Schritt für Schritt: So gesund ist Wandern», kostenlos
- Faltblatt «Bleiben Sie fit und beweglich», kostenlos
- Katalog «Hilfsmittel – Kleine Helfer, grosse Wirkung», kostenlos
- Probeexemplar des Rheumamagazins «forumR», kostenlos
- Testament-Ratgeber «Gutes tun, das bleibt.», kostenlos
- Elektrischer Korkenzieher, CHF 119.30

Ich möchte Mitglied werden bei

- Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein

Name, Vorname

Strasse, Hausnummer

PLZ, Ort

Tel.

E-Mail



FACHPARTNER


**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Bewusst bewegt

Schweizerische
Gesellschaft für
Rheumatologie 



Ergotherapeutinnen-Verband Schweiz
Associazione Svizzera degli Ergoterapisti

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON


Das original Schweizer Naturbett.


Vita
Health Care AG
www.vita-healthcare.ch
Unique
Swiss Quality
Supplements


Voltaren Dolo[®]
forte

Migros-Genossenschafts-Bund
Mineralquelle Eptingen AG
Spitex für Stadt und Land AG



Besuchen Sie uns auf Facebook


**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Am Platz 10
7310 Bad Ragaz
Tel. 081 302 47 80
www.rheumaliga.ch/sgfl

**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Bewusst bewegt




Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo


**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Bewusst bewegt

Mehr Bewegung. Weniger Arthrose.

www.rheumaliga.ch

Rheumaliga-Botschafter:

Bea Petri, Unternehmerin
Marco Rima, Schauspieler und Kabarettist
Sabina Schneebeili, Schauspielerin



Arthrose Was kann ich selbst tun?

Dienstag, 4. September 2018
Pfalzkeller, St. Gallen

PROGRAMM

- 14.00 – 14.20 **Informationsstände und Beratung**
Bewegungsangebote und Alltagshilfen bei Schmerzen:
Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Informationsstände und Beratung für Betroffene:
Hüsler Nest, Spitex für Stadt und Land
- 14.20 – 14.45 **Grusswort** Heidi Hanselmann, Regierungsrätin und Gesundheits-
direktorin des Kantons St. Gallen
Eröffnung Susanne Triet, Geschäftsleiterin Rheumaliga SG, GR,
AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Vorstellung der regionalen Beratungsstelle
Andrea Schmider, Mitarbeiterin Rheumaliga SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein
- 14.45 – 15.30 **Die Arthrose aus ärztlicher Sicht: Anatomie, Prävention,
Diagnostik, Therapie**
Dr. med. Peter Wiedersheim, Facharzt für Innere Medizin,
speziell Rheumatologie, Mitglied der FMH, St. Gallen
- 15.30 – 16.00 **Pause mit Informationsständen und Beratung**
- 16.00 – 16.30 **Physiotherapie bei Arthrose: Sinnvoll? Sinnvoll!**
Karin Uffer, dipl. Physiotherapeutin, St. Gallen
- 16.30 – 17.00 **Ernährung: Informationen über den Einfluss der
Ernährung und des gesunden Körpergewichts bei Arthrose**
Tamara Scherrer, dipl. Ernährungsberaterin und Gewichtskoach,
St. Gallen
- 17.00 – 17.15 **Fragerunde und Ende der Veranstaltung**

Ort: Pfalzkeller, Klosterhof 3 / Regierungsgebäude,
9001 St. Gallen

Anreise: Bus 1 ab Bahnhof St. Gallen Richtung Stephanshorn,
Haltestelle Marktplatz

Teilnahmebedingungen: Mindestalter 18 Jahre. Pro Teilnehmer nur ein Talon. Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg und die Barzahlung sind ausgeschlossen. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Mitarbeitende und Partnerorganisationen der Rheumaliga Schweiz sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Die Rheumaliga Schweiz kann angegebene Daten speichern und für Informationszwecke nutzen. Mit der Anmeldung zum Wettbewerb anerkennt der Teilnehmer diese Bedingungen.

Wettbewerb Gewinnen Sie attraktive Preise!

Welche bekannte Schweizer Schauspielerin unterstützt die Rheumaliga-Kampagne «Mehr Bewegung. Weniger Arthrose.»?

- Monica Gubser
 Ursula Andress
 Sabina Schneebeili

1. Preis:

2 Übernachtungen für 2 Personen in Hüsler Nest Betten im Hotel Schiff in Pfäffikon SZ, wunderschön am Zürichsee gelegen. Inkl. Frühstück und 2 à la Carte-Diners für 2 Personen. Willkommensapéro in der Seerosenbar. Ausflug mit dem Schiff auf die Insel Ufenau und Fischknusperli-Mittagessen sowie 2 Tageseintritte ins Alpamare.
Gesamtwert: CHF 1050.00
Offeriert vom Hotel Schiff in Pfäffikon SZ

2. Preis:

Eine Matratzen-Auflage DUO (160 x 210) in naturbelassener Schafschurwolle im Wert von CHF 315.00
Offeriert von Hüsler Nest

3. Preis:

Ein Nackenstützkissen im Wert von CHF 95.00
Offeriert von Hüsler Nest

Einsendeschluss: 1. Oktober 2018