

Bitte
frankieren

Rheumaliga Schweiz
Josefstrasse 92
8005 Zürich

 **Rheumaliga Schweiz**
Bewusst bewegt

Ich möchte gewinnen und nehme am Wettbewerb teil.

Ich bestelle folgende Produkte:

- Broschüre «Knackpunkt Knie – Knieschmerzen verstehen und behandeln» (D 1020) kostenlos
- Broschüre «Arthrose» (D 301) kostenlos
- Broschüre «Schritt für Schritt – So gesund ist Wandern» (D 1041) kostenlos
- Katalog «Hilfsmittel – Kleine Helfer, grosse Wirkung» (D 003) kostenlos
- Probeexemplar des Rheumamagazins «forumR» (CH 304) kostenlos
- Testament-Ratgeber «Gutes tun, das bleibt.» (D 009) kostenlos
- Wischmopp mit Rollwagen (Art.-Nr. 5120) CHF 65.60

Ich möchte Mitglied werden bei

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

Name, Vorname

Strasse, Hausnummer

PLZ, Ort

Tel.

E-Mail

Gelenkschonende Putzhilfe

Gratis
Versand

Wischmopp mit Rollwagen
für CHF 65.60



FACHPARTNER


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

Schweizerische
Gesellschaft für
Rheumatologie 



evs ase
Ergotherapieverbände Schweiz
Associazione Svizzera degli Ergoterapisti

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON


Das original Schweizer Naturbrot.


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


Spitex
Stadt 
Bei Ihnen. Mit Ihnen.

Mineralquelle Eptingen AG

Rheumaliga SG, GR, AI/AR
und Fürstentum Liechtenstein
Am Platz 10, 7310 Bad Ragaz
Tel. Geschäftsstelle 081 302 47 80
Tel. Beratungsstelle 081 511 50 03
info.sgfl@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/sgfl


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



Knackpunkt Knie

Kniearthrose verstehen und behandeln

Öffentlicher Gesundheitstag
Eintritt frei

Mittwoch, 11. September 2019
St. Gallen, Pfalz Keller


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


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

«Ich habe immer gedacht,
Arthrose sei eine griechische
Insel, aber es ist Rheuma,
und es tut weh.»



Marco Rima – Schauspieler, Kabarettist
und Rheumaliga-Botschafter

Knackpunkt Knie Kniearthrose verstehen und behandeln

Mittwoch, 11. September 2019
St. Gallen, Pfalzkeller

PROGRAMM

- 13.15 **Türöffnung**
- 13.15 – 13.45 **Informationsstände und Beratung**
Bewegungsangebote und Alltagshilfen bei Schmerzen:
Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Weitere Infostände: Hüsler Nest, Spitex für Stadt und Land,
Vita Health Care AG
- 13.45 – 14.00 **Grusswort** von Frau Dr. med. Karen Peier, Kantonsärztin-Stv.
des Kantons St. Gallen
- 14.00 – 14.15 **Vorstellung der regionalen Rheumaliga**
Angebote und Dienstleistungen der Beratungsstelle, Andrea
Schmidler; Bewegungsangebote in der Region, Katja Pichler
- 14.15 – 15.00 **Kniearthrose: Ursache und Behandlung**
Dr. med. Peter Wiedersheim, Facharzt für Innere Medizin,
speziell Rheumatologie, Mitglied der FMH, St. Gallen
- 15.00 – 15.30 **Pause mit Informationsständen und Beratung**
- 15.30 – 16.10 **Knackpunkt Knie: kräftigen und bewegen**
Dorothe Hoffmann, dipl. Physiotherapeutin, zertifizierte Trigger-
punkt-Dry-Needling und Spiraldynamik Therapeutin, St. Gallen
- 16.10 – 16.50 **Wann ist eine Operation sinnvoll?**
Dr. med. Felix Buschor, Facharzt FMH für Orthopädische
Chirurgie, Orthopädie Rheintal
- 16.50 – 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 Person nur ein Talon. Gewinner/innen 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 die Teilnehmenden diese Bedingungen.

Wettbewerb Gewinnen Sie attraktive Preise!

Was macht Marco Rima beruflich?

- Eishockeyspieler
- Schauspieler und Kabarettist
- Zirkuskünstler

1. Preis:

2 Übernachtungen für 2 Personen im Seehotel Waldstätterhof
in Brunnen, wunderschön am Vierwaldstättersee gelegen.
Inklusive: Halbpension mit 4-Gang-Menü für 2 Personen und
je eine Ganzkörpermassage à 50 Minuten.
Gesamtwert: CHF 1000.–

2. Preis:

SBB-Gutschein im Wert von CHF 350.–

3. Preis:

Balance-Pad, Gymnastikmatte «Fitline» und
Matten-Tragebeutel von AIREX im Wert von CHF 150.–

Preise gesponsort von Kytta.



Kytta – die gute Wahl gegen
Schmerzen

Einsendeschluss: 7. Oktober 2019