

Pflanzliche Helfer gegen Rheumabeschwerden

Vaduz, Montag, 5. Oktober 2026, 14:00 – 15:30 Uhr



jetzt anmelden!

eleonora.naegele@vaduz.li
Tel. +423 238 29 55
oder
info.sgfl@rheumaliga.ch
Tel. 081 511 50 03

Kräuter und Gewürze sind weit mehr als nur Geschmacksgeber: Sie können entzündungshemmend wirken, Schmerzen lindern und den Körper auf natürliche Weise ganzheitlich unterstützen – sanft und wirkungsvoll. Besonders bei rheumatischen Beschwerden kann der gezielte Einsatz dieser pflanzlichen Helfer ein echter Wendepunkt für Ihr Wohlbefinden sein.

Von Kurkuma über Zimt bis Oregano – wir stellen Ihnen die wirksamsten Kräuter und Gewürze vor. Sie erhalten zahlreiche Tipps, wie Sie das Beste aus ihnen herausholen – durch die richtige Kombination, Zubereitung und Dosierung. Freuen Sie sich auf konkrete Rezeptideen zum Nachkochen und gesunden Geniessen.

Referentin Kathrin Mani, Leiterin der Rheumaliga Beratungsstelle in Bad Ragaz

Anmeldung bis am Mittwoch, 30. September 2026 bei:
Eleonora Nägele, Seniorenbeauftragte Gemeinde Vaduz, Tel. +423 238 29 55,
E-Mail. eleonora.naegele@vaduz.li oder
Rheumaliga, Tel. 081 511 50 03, E-Mail. info.sgfl@rheumaliga.ch

Ort Vadozner Huus, Städtle 14, 9490 Vaduz

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung
Die Veranstaltung ist kostenlos!

Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz
Tel. 081 511 50 03, E-Mail info.sgfl@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/sgfl

■ ■ V A D U Z



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