

# Ernährungsschule für Rheumabetroffene



Rheumaliga beider Basel  
Bewusst bewegt

| <b>Termin</b>  | <b>Vortragsthema/Event</b>   |
|--|--|
| Mittwoch, 8.11.17, 18.15 – 19.30 Uhr<br>Merian Hotel Spitz, Leue Stube     | <b>Grundlagen der Ernährung bei Rheuma</b><br>KD Dr. med Giorgio Tamborrini-Schütz, Rheumatologe,<br>UZR Basel   |
| Mittwoch, 15.11.17, 18.15 – 19.45 Uhr<br>Merian Hotel Spitz, Leue Stube    | <b>Entzündungshemmende, nährstoffreiche Ernährung im Alltag</b><br>Petra Müller, Freakfood, Erfahrungen<br>einer von Rheumatoider Arthritis Betroffenen  |
| Mittwoch, 22.11.17, 18.15 – 19.30 Uhr<br>Merian Hotel Spitz, Leue Stube    | <b>Wochenmenüplan selber erstellen</b><br>Regina Graf, Ernährungsberaterin, Bethesda Spital<br>Basel   |
| Mittwoch, 29.11.17, 18.15 – 19.15 Uhr<br>Einkaufszentrum Basel             | <b>Richtig einkaufen – worauf muss ich achten?</b><br>Regina Graf, Ernährungsberaterin, Bethesda Spital<br>Basel   |
| Mittwoch, 6.12.17, 18.15 – 20.30 Uhr<br>Kochnische in der Markthalle Basel | <b>Gesund kochen – Tipps und Tricks in der Praxis, Kochkurs und Abendessen</b><br>Regina Graf, Ernährungsberaterin, Bethesda Spital<br>Basel, und Marco Limacher, Koch im Bethesda Spital<br>Basel |

Die Kurskosten betragen für Mitglieder der Rheumaliga beider Basel: 110 CHF,  
für Nichtmitglieder 130 CHF.  
Anmeldeschluss ist der 15. September 2017.

Mehr Informationen erhalten Sie unter:  
Rheumaliga beider Basel, Solothurnerstrasse 15, 4053 Basel  
Telefon 061 269 99 50, info@rheumaliga-basel.ch  
www.rheumaliga.ch/blbs, Konto: 40-20363-6



**Rheumaliga beider Basel**  
Bewusst bewegt

## Anmeldung

Ich melde mich für **Ernährungsschule für Rheumabetroffene**\_\_\_\_\_ an.

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Strasse/Nr. \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Telefon Privat \_\_\_\_\_

Telefon Geschäft \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

- Ich habe rheumatische Beschwerden
- Ich habe keine rheumatische Beschwerden
- Ich beziehe eine IV oder eine Leistung der IV
- Ich beziehe AHV
- Ich bin Mitglied der Rheumaliga beider Basel

Die Kurskosten betragen 110 CHF für Mitglieder der Rheumaliga beider Basel,  
für Nichtmitglieder 130 CHF.  
Anmeldeschluss ist der 15. September 2017.

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie die ausgefüllte Anmeldung an:  
Rheumaliga beider Basel, Solothurnerstrasse 15, 4053 Basel  
Telefon 061 269 99 50, [info@rheumaliga-basel.ch](mailto:info@rheumaliga-basel.ch)

[www.rheumaliga.ch/blbs](http://www.rheumaliga.ch/blbs), Konto: 40-20363-6



**Rheumaliga beider Basel**  
Bewusst bewegt



**A**

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse



Rheumaliga beider Basel  
Solothurnerstrasse 15  
4053 Basel