

OBERWALLISER-TAG DER KNOCHENGESUNDHEIT



KNOCHENSTARK – KRAFTVOLL GEGEN OSTEOPOROSE

Samstag, 24. Mai 2025
09.00 bis 12.00 Uhr
Aula Altes Spital Brig

In der Schweiz erleidet jede zweite Frau und jeder fünfte Mann nach dem 50. Lebensjahr eine sogenannte Fragilitätsfraktur – also einen Knochenbruch, der durch geringe Krafteinwirkung entsteht. Deshalb ist es wichtig, Menschen mit einem erhöhten Risiko für Wirbel- oder Hüftbrüche frühzeitig zu erkennen. Eine genaue Einschätzung des Risikos hilft dabei, die richtige Behandlung zu wählen.



OSTEOPOROSE
PLATTFORM



**Rheumaliga Bern
und Oberwallis**
Bewusst bewegt

Programm

09.00 Uhr	Start und Begrüssung
09.05 – 09.50 Uhr	Vortrag «Sarkopenie Osteoporose» , Dr. med. Ferdinand Krappel, Chefarzt Orthopädie Spital Wallis und Präsident Oberwalliser Ärzte- gesellschaft
09.50 – 10.15 Uhr	Pause - Infostände*
10.15 – 10.45 Uhr	Vortrag «Effekte sportlicher Aktivität auf Osteoporose» , Aline Kronig-Schmid, dipl. Physio- therapeutin MSc, Geschäftsführerin «Baustelle Körper»
10.45 – 11.30 Uhr	Vortrag «Ernährungstipps für starke Knochen» , Anja Fux, Ernährungsberatung Spital Brig
11.30 – 12.00 Uhr	Diskussion/ Infostände*
zwischendurch	Bewegungsimpulse durch Fachver- antwortliche Physiotherapeutin RLBO Claudine Romann

***Lassen Sie sich von den Fachfrauen der Rheuma- liga Bern und Oberwallis (RLBO) beraten**

- Lucia Illi, dipl. Ergotherapeutin FH
- Claudine Romann, dipl. Physiotherapeutin FH

Kostenlos, Anmeldung erwünscht:

Tel. 031 311 00 06, info.be@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/be

