



Aktiv
bleiben

Die Seniorenarbeit Frutigland, der Förderverein Frutigland-Niedersimmental und Zwäg ins Alter der Pro Senectute Kanton Bern laden Sie herzlich ein zur Veranstaltung

Hände und Füsse

Was tun, wenn sie schmerzen?

Wir brauchen Hände und Füsse, um selbstständig handeln und uns fortbewegen zu können. Wenn sie schmerzen, wird der Alltag schwierig. Fachfrauen der Rheumaliga erklären mögliche Ursachen von Hand- und Fussbeschwerden und stellen Behandlungsansätze und Hilfsmittel vor. Fachfrauen von Zwäg ins Alter gehen auf verschiedene Strategien im persönlichen Umgang mit Einschränkungen und Schmerzen ein. Sie erhalten die Möglichkeit, sich bei einem Zvieri über ihre Erfahrungen auszutauschen.

Wann	Dienstag, 13. Februar 2024, 14.00 bis 16.00 Uhr. Im Anschluss sind Sie herzlich eingeladen zum Zvieri, serviert vom Frauenverein Reichenbach.
Wo	Kirchgemeindehaus Reichenbach, Faltschenstrasse 1, 3713 Reichenbach
Leitung	Katrin Lerch, Koordinatorin «Zwäg ins Alter», Pro Senectute Kt. Bern Claudine Romann, Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Bern und Oberwallis Lucia Illi, Ergotherapeutin FH, Rheumaliga Bern und Oberwallis
Kursnummer	15200.24.0103
Kosten	keine
Anmeldung	bis 4. Februar 2024 an Pro Senectute Kanton Bern 033 226 70 70 oder b+s.oberland@be.prosenectute.ch

PRO SENECTUTE
Förderverein
Frutigland-Niedersimmental

Frauenverein
Reichenbach

Senioren
Frutigland


Rheumaliga Bern
und **Oberwallis**
Bewusst bewegt

Mit Unterstützung der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion
des Kantons Bern und von Gesundheitsförderung Schweiz



Kanton Bern
Canton de Berne



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER