

Si prega
di affrancare.

Lega svizzera contro
il reumatismo
Josefstrasse 92
8005 Zurigo

Lega ticinese contro il reumatismo
Il movimento è salute



Lega ticinese contro il reumatismo
Via San Giovanni 7
6500 Bellinzona
Tel. 091 825 46 13
info.ti@rheumaliga.ch
www.reumatismo.ch/ti

Desidero diventare membro della Lega ticinese contro il reumatismo.

La preghiamo di inserire l'indirizzo di consegna sul retro del tagliando.....

Desidero ordinare i prodotti seguenti:

- Sempre in forma
Dépliant, gratuito (IT1001)
- Per il bene della vostra schiena
Dépliant, gratuito (IT1030)
- Per il bene delle Sue articolazioni
Opuscolo, gratuito (IT350)
- Mezzi ausiliari 2023/24 – Piccoli aiuti per grandi risultati
Catalogo, gratuito (IT003)
- forumR
Copia di prova gratuita della rivista sul reumatismo (CH304)
- Una buona azione che resta.
Guida al testamento, gratuita (IT009)
- Ricci per l'equilibrio
55.05 franchi (art. n. 0020)

Firma per conferma dell'ordine: _____

Con il patrocinio di:



Partner specializzati:



Con il cordiale supporto di:



Acqua minerale Eptinger

Movimento consapevole

Per una vita quotidiana più attiva

Giornata pubblica della salute Ingresso libero

Lunedì 23 settembre 2024
Lugano, Palazzo dei Congressi

Lega ticinese contro il reumatismo
Il movimento è salute



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



**Movimento consapevole –
Per una vita quotidiana più attiva**
Lunedì 23 settembre 2024
Lugano, Palazzo dei Congressi



Ricci per l'equilibrio
Allenamento per l'equilibrio
con effetto massaggiante
CHF 55.05, Invio gratuito

rheumaliga-shop.ch

Programma

- 14:30 Apertura porte
- 14.30 – 15.00 Stand informativi e consulenza
- 15.00 – 15.10 Saluto iniziale
Dr. Numa Masina, Presidente Lega ticinese
contro il reumatismo
- 15.10 – 15.50 Movimento consapevole
Andrea Mattioni, fisioterapista
- 15.50 – 16.10 Esercizi in loco di movimento consapevole
Valeria Mori, istruttrice di Mindfulness membro
di MindfulnessSwiss
- 16.10 – 16.20 Pausa
- 16.20 – 16.50 Restate attivi!
Dr. Numa Masina, specialista FMH
reumatologia a Lugano
- 16.50 – 17.20 Cuore in movimento
Dr. Mauro Capoferri, Specialista FMH
Cardiologia e Medicina Interna. a Chiasso
- 17.20 – 17.30 Domande finali e conclusione

Luogo

Palazzo dei Congressi
Piazza Indipendenza 4
6900 Lugano

**Concorso
Partecipi e vinca**

Termine di partecipazione: 31 ottobre 2024

A quale tema è dedicata la settimana d'azione 2024?

- Dolore
- Movimento
- Alimentazione

**1° premio: 3 pernottamenti per 2 persone
al SWISS HOLIDAY PARK di Morschach (SZ).**

Si goda qualche giorno di relax nella Svizzera centrale!
Valore complessivo: 1005 franchi. Il premio è offerto da
SWISS HOLIDAY PARK AG.



2° premio: 2 coperte Hüsler Nest a scelta

Consulenza presso uno dei centri Hüsler Nest (prodotti disponibili
in varie misure e diversi materiali). Valore: a partire da 470 franchi.
Il premio è offerto da Hüsler Nest.



Buona notte. Buongiorno.

3° premio: 2 cuscini Hüsler Nest a scelta

Consulenza presso uno dei centri Hüsler Nest (prodotti disponibili
in varie misure e diversi materiali). Valore: a partire da 250 franchi.
Il premio è offerto da Hüsler Nest.

Voglio partecipare al concorso.

Nome _____ Cognome _____

Via /n.: _____

NPA/luogo _____

E-Mail _____ Tel. _____

Condizioni di partecipazione: l'età minima per partecipare al concorso è di 18 anni. Ogni persona può inviare un solo tagliando. Le vincitrici e i vincitori saranno informati per iscritto. È escluso il ricorso alle vie legali; i premi non saranno corrisposti in contanti. Sul concorso non si tiene alcuna corrispondenza. Le collaboratrici, i collaboratori e le organizzazioni partner della Lega svizzera contro il reumatismo sono esclusi dalla partecipazione al concorso. La Lega svizzera contro il reumatismo può salvare i dati da Lei forniti, utilizzarli a fini informativi e trasmetterli a terzi in tale contesto. Iscrivendosi al concorso, le partecipanti e i partecipanti accettano le presenti condizioni. La Lega svizzera contro il reumatismo tratta i Suoi dati personali in conformità alla legge sulla protezione dei dati. Per ulteriori informazioni, consultare il sito: www.reumatismo.ch/protezionedeidati.