


 stabil und
beweglich?

Die reformierte und katholische Kirche Belp, Pro Senectute Kanton Bern und die Rheumaliga Bern und Oberwallis laden Sie ein zur Veranstaltung

Nacken und Schultern

Bei Schmerzen in Nacken und Schultern können tägliche Arbeiten oder entspanntes Liegen zur grossen Herausforderung werden. Aufgrund dieser Belastungen ziehen sich Betroffene oft aus sozialen Kontakten zurück. Fachfrauen der Rheumaliga erklären mögliche körperliche Ursachen und stellen Behandlungsansätze sowie Hilfsmittel vor. Fachfrauen von Pro Senectute beschreiben das Zusammenspiel von Beziehungen und Schmerzerleben. Betroffene tauschen sich über Bewältigungsstrategien aus und ein Zvieri, umfangreiches Informations- und Anschauungsmaterial sowie Kurzberatungen bei Rheumaliga und Pro Senectute runden diesen Anlass ab.

Wann	Mittwoch, 12. November 2025, von 14.00 bis 17.00 Uhr
Wo	Kirchliches Zentrum Toffen, Kanalweg 13, 3125 Toffen
Referentinnen	Jacqueline Läderach, Gesundheitsförderung, Pro Senectute Kanton Bern Claudine Romann, Physiotherapin und Lucia Illi, Ergotherapeutin Rheumaliga Bern und Oberwallis
Kosten	keine
Auskunft	Jacqueline Läderach, Pro Senectute Kanton Bern, 031 359 03 03 Andrea Luyten, Ref. Kirche, 031 819 44 14 Judith Suter, Kath. Kirche, 031 300 40 99
Anmeldung und Fahrdienst	Anmeldung bis Mittwoch, 5. November 2025 an Andrea Luyten, Ref. Kirche Belp, 031 819 44 14, andrea.luyten@refbelp.ch

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



Kanton Bern
Canton de Berne



Katholische Kirche Region Bern
Kath. Zentrum Heiliggeist Belp



Wir sind da!
Reformierte Kirche Belp-Belpberg-Toffen



Rheumaliga Bern
und Oberwallis
Bewusst bewegt