

**Nächstes Treffen der Seniorinnen und Senioren von Donnerstag,  
5. Mai 2022, 14:00 Uhr im Kirchgemeindehaus Münchenbuchsee**

Die Rheumaliga Bern und Pro Senectute, Zwäg ins Alter werden uns am nächsten Treffen über folgende Themen informieren:

**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 mit den Referentinnen über Ihre Erfahrungen auszutauschen.

Unsere Referentinnen sind:

Lucia Illi, Ergotherapeutin FH, Rheumaliga Bern

Claudine Romann, Physiotherapeutin FH, Rheumaliga Bern

Sylvia Wicky, Beraterin Gesundheitsförderung, Pro Senectute Zwäg ins Alter, Lyss

Eingeladen sind alle Interessierten.

Der Seniorenverein erbringt anerkannter Weise wertvolle Arbeit in der Altersarbeit. Damit das auch in Zukunft möglich ist, suchen wir dringend ehrenamtliche Mitarbeitende in unseren Projekten.

**Dringend gesucht!!!**

Ebenfalls unterbesetzt ist auch unser Vorstand. Hier würde eine Blutauffrischung durch Seniorinnen und Senioren, aber auch durch jüngere Kräfte die Flamme am Lodern halten.

Gerne geben wir Ihnen Auskunft. Zögern Sie nicht!

Walter Bandi, Präsident, Telefon 031 869 13 89 / [info@seniorenbuchsi.ch](mailto:info@seniorenbuchsi.ch)