

Ein Gesundheitsprojekt für Menschen,
welche mit einer chronischen
Muskel-Skelett-Erkrankung leben.

Rheuma kann in jeder
Arbeitsgruppe ein Thema sein

Aktiv
mit Rheuma



Freitag, 14.10.2016 ab 18.00 Uhr
Fachvortrag mit Podiumsdiskussion
"Wahrnehmung rheumatischer Erkrankungen
in unserer Gesellschaft"
Dr. Madeleine Melichart-Kotik

Fachvortrag mit Podiumsdiskussion
"Krankheitsbilder, Ursachen, Diagnose, Verlauf,
von chronisch entzündlich rheumatischen
Erkrankungen"
Univ. Doz. Dr. Johann Gruber
Univ. Prof. Dr. Erich Mur
Dr. Malgorzata Brunner Palak

Samstag, 15.10.2016 ab 9.00 Uhr
Impulsreferat & Workshop
"Wege für ein gutes Leben mit chronisch
entzündlichen Erkrankungen,
was kann ich selber tun?"
Dr. Madeleine Melichart-Kotik

Samstag, 15.10.2016 nachmittags
Impulsreferat & Workshop
"Bewegung als Motor für ein aktives Leben
mit Rheuma"
Physiotherapeutin Corina Hübner

Sonntag, 16.10.2016 ab 9:00 Uhr
Impulsreferat & Workshop
"Gemeinsame Wege für ein gutes Leben mit
Rheuma - Vorschläge, Empfehlungen für die
Zukunft"
Physiotherapeutin Corina Hübner

Freitag, 11.11.2016 ab 18.00 Uhr
Fachvortrag mit Podiumsdiskussion
"Jung und Rheuma - Gibt's nicht! Was nun?"
"Bedürfnisse junger Rheumatiker"
"Sexualität und Kinderwunsch mit Rheuma"
"Mein junges Leben mit Rheuma"
"Betroffene berichten"

Samstag, 12.11.2016 ab 9.00 Uhr
Fachvortrag & Workshop
"Medikamentöse Therapiemöglichkeiten -
Therapietreue"

Fachvortrag & Workshop
"Sport-, Physio-, Ergotherapie für Rheumatiker"

Fachvortrag & Workshop
"Chronisch krank in der Arbeitswelt"

ab 15.00 Uhr
Bewegung und Sport mit Rheuma
Sportarten wie Schwimmen, Nordic Walking, Radfahren,
Wandern, Wassergymnastik u. a. in freier Natur.
Angebot je nach Wetterlage, Entspannungs-
techniken zum Kennenlernen und Ausprobieren.

Sonntag, 13.11.2016 ab 9.00 Uhr
Workshop:
"Strategien für gemeinsame Zukunftsziele,
was wollen wir?"
Resümee und sportliche Aktivitäten für junge
Rheumatiker.
Sportarten wie Schwimmen, Nordic Walking,
Radfahren, Wandern, Pilates,
Wassergymnastik u. a.

Änderungen vorbehalten.
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle!

Gesundheitsprojekt
Gut Leben mit Rheuma



Ein Gesundheitsprojekt für
Menschen, welche mit einer
chronischen Muskel-Skelett-
Erkrankung leben.

Modul 1 vom 14.10. - 16.10.16
Modul 2 vom 11.11. - 13.11.16
Bad Häring

© www.bigfoot-design.at © ZVR-Zahl: 554097660

Jeder 2. Österreicher ist mindestens einmal in seinem Leben mit einer rheumatischen Erkrankung konfrontiert.

Mehr als **2 Millionen Österreicher** leiden jährlich an Schmerzen am Stütz- und Bewegungsapparat. Ca. 1 % davon ist von einer chronisch entzündlichen rheumatischen Erkrankung betroffen. Darunter auch ca. **2.000 Kinder/Kleinkinder**.

Was wollen wir mit unserem Gesundheitsprojekt erreichen?

Mit dem Gesundheitsprojekt „Gut Leben mit Rheuma“ wird ein nachhaltiges Projekt für Betroffene, Angehörige und Interessierte geboten. Ein Rheuma Expertenteam referiert während fünf Wochenendmodulen über neue medizinische sowie wissenschaftlich Erkenntnisse. Bei Podiumsdiskussionen können viele offene Fragen zu Diagnosen, Behandlungsmöglichkeiten, zur Problematik im Umgang mit der Erkrankung und zur Vielfalt von rheumatischen Erkrankungen gestellt und diskutiert werden. Es handelt sich hierbei um ein überregionales Projekt, das im europäischen EU-Förderprogramm „LEADER“ eine Unterstützung erfährt.

www.gutlebenmitrheuma.at

Workshops zu medizinischen und therapeutischen Themen

- Ernährung bei rheumatischen Erkrankungen
- Selbstmanagement
- Bewegung und Sportliche Möglichkeiten
- Physikalische und ergotherapeutische Maßnahmen
- Entspannungstechniken
- soziale Aspekte in der Arbeitswelt
- Motivationstraining
- Erfahrungsberichte von Betroffenen

Gemeinsam sollen Ziele und Strategien aufgezeigt und erarbeitet werden, welche es möglich machen, trotz einer rheumatischen Erkrankung ein gutes lebenswertes Leben ohne Schmerzen zu führen. Unser Wunsch ist es auch, die Eigeninitiative von Betroffenen zu stärken und zu fördern. Die Bedürfnisse und Forderungen von Betroffenen sind uns ein großes Anliegen. Diese sollen aufgezeigt und den verantwortlichen Entscheidungsträgern im Gesundheitswesen und der Politik vorgelegt werden.

Entzündliche Gelenkserkrankungen:

- Rheumatoide Arthritis (chron. Polyarthritis)
- Morbus Crohn
- Reaktive Polyarthritis (Morbus Reiter)
- Psoriasis-Arthritis (PSA)
- Morbus Bechterew (Spondylitis ankylosans)
- Kollagenosen, Lupus erythematoses, Vaskulitis

Degenerative rheumatische Erkrankungen:

- Arthrose
- Fingerpolyarthrose
- Heberden-Arthrose
- Coxarthrose
- Gonarthrose

Weiters fallen auch Osteoporose, Weichteilrheuma, Fibromyalgie, Gicht, und Stoffwechselerkrankungen unter das Krankheitsbild Rheuma

Anmeldung unter:

www.gutlebenmitrheuma.at

Zimmeranfragen & Buchung:



FERIENLAND KUFSTEIN
INCOMING & SALES



Unterer Stadtplatz 8 - 6330 Kufstein
Tel.: +43 5372 62207 20 Fax: 61455
l.benckiser@kufstein.com
www.kufstein.com

