



GAZ

Gesund altern
im Kanton Zug

Einladung

Wir laden Sie herzlich ein zur 38. Veranstaltung von
«Gesund altern in Baar» zum Thema

GESUNDE HÄNDE UND FÜSSE – SORGEN SIE VOR

Schmerzen beim Aufstehen, Flaschen öffnen oder bei der Fortbewegung? Unsere Hände und Füsse brauchen wir ein Leben lang – vor allem die Gelenke. Wenn sie schmerzen, wird der Alltag beschwerlich. Es lohnt sich also, ein Leben lang auf Hände und Füsse zu achten.

Dienstag, 29. Oktober 2024

14.00 – 16.00 Uhr

Gemeindsaal Baar

Referate

Dr. med. Dagmar Hauser, Leitende Ärztin Rheumatologie/ Osteoporose, Zuger Kantonsspital, informiert Sie über die möglichen Veränderungen der Fuss- und Handgelenke im Alter. Zudem erläutert sie die häufigsten Ursachen und Erkrankungen rund um die Gelenke und zeigt Ihnen Therapien und Behandlungsmöglichkeiten auf.

Kathrin Imhof, Ergotherapeutin, Klinik Adelheid Unterägeri, zeigt Ihnen wie Sie Ihre Hände und Füße im Alltag schützen und stärken können. Sie gibt Ihnen praktische Tipps und Übungen für den Alltag mit auf den Weg. Ergänzend zeigt sie Strategien im Umgang mit Einschränkungen und Schmerzen auf.

Wir freuen uns, Sie an dieser Veranstaltung begrüßen zu dürfen. Im Anschluss offerieren wir Ihnen gerne einen Zvieri.

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos.

Ein Angebot von Pro Senectute Kanton Zug
Im Auftrag der Einwohnergemeinde Baar



Unterstützt vom
Kanton Zug

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

