



REUMADAG FÖR SVENSKFINLAND ÅR 2019

Plats: Tölö servicecentral, Tölögatan 33, Helsingfors

Tid: Lördagen den 9 mars 2019 kl. 9.30-16.15

TEMA: Kunskap ger lindring

- kl. 9.30 **Anmälan, kaffe/te med semla**
- 10.00 **Välkommen**
Ordförande Gunvor Brettschneider
- 10.15 **Åldrande hud**
Docent Håkan Granlund
- 11.15 **Vad kan den äldre reumatikern förvänta sig av sina ben, leder och senor**
Docent, ortoped Jan-Magnus Björkenheim
- 12.15 **Akupunktur och reuma**
MTOM, DAOM Lisa Ahlström
- 13.15 **LUNCH**
- 14.00 **Alla har rätt till en individuell vårdplan**
Lektor i vård Pauleen Mannevaara
- 15.00 **Hur orka trots smärta**
Mindfulnessinstruktör Kim Wikström
- 16.00 **Avslutning**

Anmälan senast **den 27.2** till Ursula Stenberg, tel. 040 764 0873, ursula.stenberg@kolumbus.fi eller Anja Nurmela, tel. 050 440 1332, anja.nurmela@gmail.com

OBS! förhandsanmälan är nödvändig p. g. a. lunchbeställningen. Meddela även om du har specialdiet.

Deltagaravgiften är **20 euro** och inkluderar morgonkaffet samt lunchen. Den betalas kontant på platsen. Alla intresserade, även icke-medlemmar, är hjärtligt välkomna.

V Ä L K O M M E N !