



Reumadag för Svenskfinland 2020

Plats: Tölö servicecentral, Tölögatan 33, Helsingfors
Tid: Lördagen den 7 mars 2020 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** **Inkontinens**
Uroterapeut Anu Parantainen
- 11.15** **Hörseln - Hjärnan lyssnar och hör**
Audionom Anita Valjakka
- 12.15** **Kroniska bensår / Vad beakta vid behandling av reumasår**
Sårbehandlingssjukskötare Gunilla Lindholm
- 13.15** **LUNCH**
- 14.00** **Livet är som att cykla, för att hållas i balans ska man hålla sig i rörelse**
(Albert Einstein)
Hälsocoach, ft, Mhv Kitty Seppälä
- 15.00** **Psykiskt välmående trots depression, ångest och värkproblem**
Psykiater Mikael Riska
- 16.00** **Avslutning**

Anmälan senast **den 19.2** 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 !