



REUMADAG FÖR SVENSKFINLAND 2024

PROGRAM

Plats Tölö seniorcenter, Tölögatan 33, Helsingfors

Tid Lördagen den 9 mars 2024 kl. 9.30 - 16.00

Motto Kunskap ger lindring

kl. 9.30 **Anmälan, kaffe/te med liten semla**

10.00 **Välkommen**
Ordförande Viveca Hagmark

10.15 **Hur kan jag hålla min hjärna i gott skick**
Docent Kati Juva

11.15 **Smärta och smärtlindring**
Docent Robert Bergholm

12.15 **Var det bättre förr – tankar om 1800-talets medicin**
Emeritusprofessor Matti Klockars

13.15 **LUNCH**

14.00 **Vardagsrörelser ger smidighet och mycket mer**
Föreläsning och diskussion kring ämnet *Mbb-coachen Kitty Seppälä*

15.30 **Avslutning**

Anmälan senast **den 26.2.2024** till:

- Ursula Stenberg, tel. 040 764 0873, ursula.stenberg(at)kolumbus.fi
- Anja Nurmela, tel. 050 440 1332, anja.nurmela(at)gmail.com

OBS!

Förhandsanmälan är nödvändig p. g. a. lunchbeställningen. Meddela även om du har specialdiät.

Alla intresserade, även icke-medlemmar, är hjärtligt välkomna!

Deltagaravgiften är **30 euro** för hel dag och **20 euro** för halv dag och inkluderar morgonkaffet samt lunchen. Den betalas senast **1.3.2024** in på föreningens konto i Aktia FI23 4055 5452 3118 43.