



Rester
actif

Conférence organisée en collaboration avec AGAVE Valbirse

Mains et pieds

Que faire en cas de douleurs

Les mains et les pieds permettent d'agir et de se déplacer de manière autonome. Lorsqu'ils sont douloureux, le quotidien devient plus difficile. Des spécialistes de la Ligue bernoise contre le rhumatisme vous expliqueront les causes des douleurs aux mains et aux pieds et présenteront des traitements et des moyens auxiliaires. Sylvia Wicky du secteur prévention de Pro Senectute canton de Berne abordera différentes stratégies pour faire face aux restrictions et aux douleurs. Les participants auront la possibilité d'échanger leurs expériences.

Date	Mercredi 11 décembre 2024, 14h00-16h30, suivi d'une petite collation
Lieu	Salle communale, Grand-Rue 50, Mallerrey
Intervenantes	Sylvia Wicky, Vieillir en forme, Pro Senectute Lucia Illi, ergothérapeute HES Claudine Romann, physiothérapeute HES
Coût	Cette conférence est ouverte à tous. Entrée libre.
Inscriptions	Jusqu'au 4 décembre 2024 à prosenectute.tavannes@ne.ch ou au 032 886 83 86



Sur mandat de la Direction de la santé, des affaires sociales
et de l'intégration du canton de Berne



Kanton Bern
Canton de Berne

**PRO
SENECTUTE**
PLUS FORTS ENSEMBLE