

Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme
Notre action – votre mobilité



Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme
Chemin de la Combeta 16
2300 La Chaux-de-Fonds
Tél. 032 913 22 77
info.ne@rheumaliga.ch
www.ligues-rhumatisme.ch/ne

Partenaires spécialisés:



Avec l'aimable soutien de:



Eau minérale Eptinger

Bien bouger, mieux vivre

Actif au quotidien

Conférence publique
Entrée libre

Lundi 9 septembre 2024, dès 16.30
Neuchâtel, La Maladière, Espace G. Facchinetti

Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme
Notre action – votre mobilité



Rheumaliga Schweiz
Ligue suisse contre le rhumatisme
Lega svizzera contro il reumatismo



**Bien bouger, mieux vivre –
Actif au quotidien**
Lundi 9 septembre 2024
Neuchâtel, La Maladière, Espace G. Facchinetti

Programme

- 16.30 – 17.15 Stands d'information et conseils
- 17.15 – 17.20 Bienvenue
Dre Christiane Zenklusen, présidente de la Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme
- 17.20 – 17.50 Réveil musculaire - Exercices avec élastiques
Fey Dénervaud, physiothérapeute
- 17.50 – 18.15 Pause – Visite des stands
- 18.15 – 19.00 Exposé : Bénéfice et risque de l'activité physique pratiquée régulièrement
Dr Michel Hunkeler, spécialiste FMH en rhumatologie et en médecine physique et réadaptation, médecin du sport SEMS, RHNe
- 19.00 – 19.10 Pause
- 19.10 – 19.40 Initiation de Qi Gong
Rachel Robert-Charrue, physiothérapeute
- 19.40 – 19.45 Questions - Fin
- Dès 19.45 Verre de l'amitié, offert sur place par la Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme

Lieu

La Maladière – Espace Gilbert Facchinetti (3e étage),
rue Pierre-à-Mazel 10, 2000 Neuchâtel. Entrée Sud, à l'arrière du bâtiment.

Accès

-  Gare de Neuchâtel. Prendre le Fun'Ambule, puis 10' à pied
-  A5, sortie Neuchâtel Maladière. Parking La Maladière-Centre



Hérissons pour l'équilibre
Entraînement de l'équilibre
avec effet massant
CHF 55.05/deux pièces, envoi gratuit

rheumaliga-shop.ch