

Folgende Selbsthilfeorganisationen veranstalten diesen Aktionstag gemeinsam.

ÖMCCV

Österreichische Morbus Crohn-Colitis ulcerosa Vereinigung

ÖRL

Österreichische Rheumaliga

ÖVMB

Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew



Rheuma-Liga Südtirol



ATMAR

Associazione Trentina Malati Reumatici

Unterstützer



BUNDESSOZIALAMT
HILFE UND BERATUNG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG
LANDESSTELLE TIROL

abbvie



INNS' BRÜCK

Tiroler Gebietskrankenkasse
TGKK
» Die Gesundheitskasse «

Worum geht es beim „Tag der Bewegung“?

Die **chronisch entzündlichen Erkrankungen**, die Arthritis Formen, Psoriasis, Morbus Bechterew, Morbus Crohn und Colitis ulcerosa haben vom wissenschaftlichen und therapeutischen Standpunkt viele Gemeinsamkeiten. Im **psychosozialen Bereich**, im Leben und Leiden setzen sich die Gemeinsamkeiten fort. In **vielen Bereichen des Lebens** bedeutet eine chronische Erkrankung eine dauerhafte Einschränkung.

Der **Vormittag** „gehört“ den **Medizinern**. Sie werden zum Thema Sport und Bewegung bei chronisch entzündlichen Erkrankungen referieren und gerne Ihre Fragen beantworten.

Der **Nachmittag** „gehört“ den **Fachkräften** der medizinisch-technischen Berufe und den Bewegungstherapeuten.

Die Betroffenen sammeln **Informationen** und haben die Möglichkeit **Bewegungstechniken** kennen zu lernen, die ihre Beschwerden lindern können. Sie erkennen die **Zusammenhänge** zwischen den chronisch-entzündlichen Erkrankungen und den Handikaps die sich daraus für ihr alltägliches Leben ergeben. Sie werden **Profis** im Umgang mit ihrer eigenen Krankheit.

Es werden **unterschiedlichste** Sport- und Bewegungsarten vorgestellt, um diese zum eigenen Vorteil zu nutzen. Es können Kontakte zum Informationsaustausch geknüpft sowie die Selbsthilfeorganisationen näher kennengelernt werden.

Erkrankungen kennen keine Grenzen, ebenso wenig wie die Selbsthilfegruppen für den chronisch entzündlichen Formenkreis. Daher ist **„gemeinsam sind wir stark“** ist das Motto des Gedankenaustausches über die Grenzen hinweg.



TAG DER BEWEGUNG

BEWEGUNGSWEGE FÜR JUNG UND ALT
MIT CHRONISCH ENTZÜNDLICHEN ERKRANKUNGEN (CEE)

Morbus Crohn, Colitis ulcerosa,
Rheumatoide Arthritis, Rheuma,
Morbus Bechterew, Kinderrheuma

Samstag, 10. Mai 2014, 10:00-17:00

HAUS DER BEGEGNUNG

Rennweg 12, 6020 Innsbruck

Freier Eintritt



10.00 Begrüßung durch den Veranstalter, Grußworte der Partnerorganisationen aus dem Trentino und Südtirol.

10.20 Grußworte der Ehrengäste

10.40 Sport und Bewegung trotz Krankheit
Univ. Prof. Dr. Schobersberger
Institut für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus, Univ.-Klinik Innsbruck

11.00 Morbus Crohn, Colitis ulcerosa
Univ. Prof. Dr. Herbert Tilg
Univ.-Klinik Innsbruck für Innere Medizin I,

11.20 Sport und Bewegung bei Rheuma
Univ. Prof. Dr. Erich Mur
Institut für Physikalische Medizin, Rehabilitation, Univ.-Klinik Innsbruck
Univ. Doz. Dr. Johann Gruber
Univ.-Klinik Innsbruck für Innere Medizin VI

11.40 Kinderrheuma und Bewegung
Dr. Elisabeth Binder
Univ.-Klinik Innsbruck für Pädiatrie I

12.00 - 13.00 Uhr Mittagspause

Beginn des Aktivprogramms in den Bewegungsräumen 0 und 1

Ehrenschutz:

Bürgermeisterin **Mag. Christine Oppitz-Plörer**

Bewegungsworkshops ab 13 Uhr

Vanessa Sonnewend

Diplomierte Pilatetrainerin (Mitglied beim Pilates Verband Österreich), Yogalehrerin nach Yoga Alliance Standards

Helga Krapf

Nordic Walking Organisation

Diätologen

fachhochschule gesundheit

Physiotherapie

fachhochschule gesundheit

Ergotherapie

fachhochschule gesundheit

Vitalcoach Uniqua Fitnesscheck

Günther Röder

Wing Tsun - ARTMA vereint den Erfahrungsschatz der vielfältigen Welt der Kampfkünste mit dem Wissen diverser Bewegungsschulen und Heilmethoden, der Weisheit weltoffener Philosophien und den Erkenntnissen modernster Wissenschaft.

Beratungs- und Bewegungsworkshops ab 11 Uhr

11:00 „Bewegung für Jung und Alt“
mit Smovey-Ringen, **Nicole Pietzonka**

13:00 Ernährung bei CED
Diätologin **Michaela Frech, BSc.**
Univ.-Klinik Innsbruck

13:45 „Bewegung für Jung und Alt“
mit Smovey-Ringen, **Nicole Pietzonka**

15:30 Tanzworkshop mit **Michael Horny**
staatlich geprüfter Trainer für Tanzsport

Beratungsecken

Eigendarstellung der einzelnen Gruppen

Gesprächsmöglichkeiten mit Vertretern der einzelnen Selbsthilfegruppen

Beratungsstände der Partner, Bundessozialamt, u.v.a.m

Gewinnspiel

Gewinnen Sie einen von vielen Preisen.
Die Verlosung findet um 16:30 Uhr statt
Gewinnkarten erhalten Sie an jedem Stand