



Live-Event
vor Ort und
Live-Stream

MS – Sport & Bewegung im Fokus

EINLADUNG ZUM 7. MS-GESUNDHEITS- FORUM

Mittwoch, 10. April 2024
13.45 – 17.00 Uhr

Mehrzweckhalle, Rehaklinik Zihlschlacht

EINLADUNG ZUM 7. MS-GESUNDHEITSFORUM «MS – SPORT & BEWEGUNG IM FOKUS»

Liebe MS-Betroffene, Angehörige und Interessierte

Wir freuen uns ausserordentlich, Sie zum 7. MS-Gesundheitsforum «Sport & Bewegung im Fokus» einzuladen. Die Veranstaltung wird auch dieses Jahr vor Ort, wie auch als Live-Stream-Event stattfinden, um trotz räumlicher Distanz die Teilnahme an dem spannenden Programm zu ermöglichen. Das heisst, Sie haben die Möglichkeit, bequem von Zuhause aus «live» bei unserer Veranstaltung mit dabei zu sein.

Bei dem diesjährigen MS-Gesundheitsforum stehen Sport und Bewegung im Mittelpunkt. Sie erfahren, wie wichtig körperliche Aktivität für die Gesundheit ist und wie Sie diese in Ihren persönlichen Alltag integrieren können. Es werden verschiedene Aspekte von Sport und Bewegung beleuchtet, um ein aktiveres Leben führen zu können.

Sind Sie neugierig geworden? Dann freuen wir uns über Ihre Teilnahme. Ihre Fragen können Sie uns bereits bei der Anmeldung zum MS-Gesundheitsforum mitteilen oder direkt während der Fragerunde vor Ort stellen.

Dr. med. Daniel Zutter

Dr. med. Claudia Baum



Ärztlicher Direktor
Rehaklinik Zihlschlacht



Leitende Ärztin
Rehaklinik Zihlschlacht

Wir danken pro humanis für die finanzielle Unterstützung.



PROGRAMM: MITTWOCH, 10. APRIL 2024

13.00 Uhr **Türöffnung Mehrzweckhalle**

13.45 Uhr **Offizielle Eröffnung**

Prof. Dr. med. Karsten Krakow Chefarzt und
Stv. Ärztlicher Direktor, Rehaklinik Zihlschlacht

**Grusswort Schweizerische
MS-Gesellschaft**

Susanne Kägi, Co-Bereichsleiterin Beratung der
Schweiz, Multiple Sklerose Gesellschaft

14.00 Uhr **Können und/oder sollten
MS-Betroffene Sport treiben?**

Dr. med. Lutz Achtnichts
Oberarzt Neurologie Kantonsspital Aarau

14.30 Uhr **Gehen & Verstehen**

Peggy Tiebel, Stv. Abteilungsleiterin Robotik-
und Sporttherapie und Rehakoordinatorin
Rehaklinik Zihlschlacht

15.00 Uhr **Sportmöglichkeiten bei PluSport
Schweiz**

PluSport Behindertensport Schweiz, Reto Planzer,
Stv. Leiter Inklusion, Bildung und Sport

15.15 Uhr **Kaffee und Zvieri für Teilnehmende**

16.00 Uhr **Bewegungsübungen mit Musik**

Sporttherapie
Rehaklinik Zihlschlacht

16.15 Uhr **MS-Portrait**

Doris Rohner, MS-Betroffene

16.30 Uhr **Fragen- und Diskussionsrunde**

17.00 Uhr **Ende des Gesundheitsforums**

REFERIERENDE UND INFORMATIONSTÄNDE

DR. MED. CLAUDIA BAUM

Leitende Ärztin
Rehaklinik Zihlschlacht

MODERATION

DR. MED. LUTZ ACHTNICHTS

Oberarzt Neurologie
Kantonsspital Aarau

REFERAT

**PROF. DR. MED.
KARSTEN KRAKOW**

Chefarzt der neurologischen
Rehabilitation und der Früh-
rehabilitation, Stv. Ärztlicher
Direktor, Facharzt für Neurologie
Rehaklinik Zihlschlacht

BEGRÜSSUNG

SUSANNE KÄGI

Co-Bereichsleiterin Beratung
der Schweiz
Multiple Sklerose Gesellschaft

**GRUSSWORT
MS-GESELLSCHAFT**

PEGGY TIEBEL

Stv. Abteilungsleiterin Robotik- und
Sporttherapie und Rehakoordina-
torin, Rehaklinik Zihlschlacht

REFERAT

RETO PLANZER

Stv. Leiter Inklusion, Bildung und
Sport, PluSport Behindertensport
Schweiz

REFERAT

INFORMATIONSTÄNDE

MS-Gesellschaft, PluSport, MS Register, Regionalgruppe Thurgau
und die junge Gruppe «Insieme», HASE Bikes, Rehaklinik Zihl-
schlacht (Ernährungsberatung, Sporttherapie, Neuro-Urologie)

INFORMATION ZUR FILMAUFZEICHNUNG

Die Veranstaltung wird gefilmt. Wir freuen uns, die Referate nach der Veranstaltung als Videobeiträge auf unserer Website zur Verfügung zu stellen.



ANMELDUNG

Anmeldeschluss

Live-Event: Mittwoch, 27. März 2024

Live-Stream: Montag, 8. April 2024

Der Anlass ist kostenlos

Gerne mit dem beigelegten Anmeldeformular

oder direkt über unser Onlineformular

www.rehaklinik-zihlschlacht.ch/infotagung



Scan mich!

IHR WEG ZUM 7. MS-GESUNDHEITSFORUM

Anreise mit dem Auto

Für Gäste und Angehörige stehen auf dem Areal der Rehaklinik Zihlschlacht Parkplätze zur Verfügung.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Die Rehaklinik Zihlschlacht ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Die Bushaltestelle «Rehaklinik» befindet sich unmittelbar vor der Klinik.



Rehaklinik Zihlschlacht · Hauptstrasse 2 · 8588 Zihlschlacht · T +41 71 424 33 33 · info@rehaklinik-zihlschlacht.ch · www.rehaklinik-zihlschlacht.ch