



# Selbsthilfegruppe

für Menschen mit Rheumatoider Arthritis

## Programm

### 1. Halbjahr 2024

---

4. Jänner    **Erfahrungsaustausch, Verschiedenes ...**
1. Februar    **Humor ist das Salz des Lebens,  
und wer besser gesalzen ist, bleibt länger frisch.**  
Herr Mag. Maximilian Födinger
7. März    **Internetsicherheit – Enkel- und Neffentrick**  
Herr Gruppeninspektor Johannes Etzelstorfer, LKA OÖ
4. April    **Pflanzliche Ernährung – Wunderwaffe bei Rheuma  
Entzündungshemmende Gewürze und Eiweißversorgung**  
Frau Barbara Stuegmüller, Diätologin KUK MC 3
2. Mai    **Die Wirbelsäule – Operationen**  
Herr Dr. Stefan Aspalter, Klinik für Neurologie, KUK Neuromed Campus
6. Juni    **Klatsch & Tratsch bei einer Stadtrundfahrt mit dem Bummelzug**

**Die Vorträge finden jeden 1. Donnerstag im Monat um 16:15 Uhr im  
MED CAMPUS III – KeplerUniversitätsKlinikum Linz, (AKH)  
Bau A, EG, Mehrzwecksaal, statt.**

---

**Heilturnen: Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr  
im Med Campus III Linz, Bau C, Turnsaal Physiotherapie  
Rheumturnen findet ab 18.01.2024 statt**

---

**FFP2 Maskenpflicht lt. aktuellen Vorgaben des Klinikums**

---

**Kontakt: Christine Stickler**

**0676/390 30 86**

**polystick@liwest.at**

---

*Sei stärker  
als Deine stärkste  
Ausrede*

---

**Änderungen vorbehalten!**

---