



DSV-Gesundheitstag 2018

Sich regen bringt Segen

**Die umfassende Bedeutung körperlicher Aktivität
in Prävention und Therapie**

WANN Sonntag | 28. Oktober 2018 | 09.00 bis 16.00 Uhr

WO Tellstrasse 68 | 5000 Aarau

REFERENTEN Matthias Aeschbacher | Dipl. med. Robert Kirsch
Stephan Sigg D.Min. | Dr. med. Harald Weisse
Dr. med. Ruedi Brodbeck

INFO | ANMELDUNG erwin.buergi@adventisten.ch | 044 315 65 00



DSV-Gesundheitstag 2018

Sich regen bringt Segen

Die umfassende Bedeutung körperlicher Aktivität in Prävention und Therapie

Es geht uns alle an: Wir sitzen zu viel. Bei der Arbeit und in der Freizeit. Körperliche Inaktivität gilt als zunehmend wichtigerer gesundheitlicher Risikofaktor. Eigentlich wüssten wir es ja. Regelmässige körperliche Aktivität ist wichtig zur Stärkung der Muskeln und des Bewegungsapparates, hilft bei Rheuma, beeinflusst den Stoffwechsel, das Herz-Kreislaufsystem, das Gehirn, das Immunsystem, reduziert das Risiko für Krebserkrankungen und Infektionen. Aber: Wie bitte geht das genau? Was ist für wen am besten? Gibt es auch ein Zuviel? Und was kann ich tun, damit auch ich profitieren und mein Wissen in die Tat umsetzen kann?

Mitwirkende (u.a.)



• Matthias Aeschbacher
Sekundarlehrer für Mathematik,
Musik und Sport



• Dr. med. Harald Weisse
Facharzt Allgemeine
Innere Medizin FMH



• Dipl. med. Robert Kirsch
BTh, MA, Assistenzarzt für Neuro-
logie und Neurorehabilitation



• Dr. med. Ruedi Brodbeck
Facharzt Allgemeine
Innere Medizin FMH,
Psychosoziale und
Psychosomatische Medizin
SAPPM



• Stephan Sigg D.Min., M.A.,
Präsident DSV/LLG

Aus dem weiteren Programm:

Lobpreis | Andacht | Berichte und Erfahrungen aus den Ortsgruppen | Neues vom DVG | News | Materialien | Daten

WANN

WO

INFO | ANMELDUNG

Sonntag | 28. Oktober 2018 | 09.00 bis 16.00 Uhr

Tellistrasse 68 | 5000 Aarau

erwin.buerji@adventisten.ch | 044 315 65 00

Eine Teilnahme ist auch nur vormittags oder nachmittags möglich. Aus logistischen Gründen (gemeinsames Mittagessen) ist eine Anmeldung bis spätestens 21. 10. 2018 bei erwin.buerji@adventisten.ch oder 044 315 65 00 erforderlich.

