

# Unser Angebot\* für Ihre Gesundheit am 08. Oktober 2022:

- Gesundheitssport
- Physiotherapie
- Osteopathie
- Ambulante Rehabilitation
- Betriebliches Gesundheitsförderung

Endlich wieder:  
„Tag der Weißwurst“

Sie bezahlen keine Aufnahmegebühr!

Sie erhalten einen HÜBSCH UND GUT  
Gutschein im Wert von 60 €



Sie trainieren ab sofort und

bezahlen erst ab Januar 2023

\*Bei Abschluss einer Jahresmitgliedschaft  
für 2023 sparen Sie so über 300 €

\*Nur gültig am 08.10.2022.  
Nicht kombinierbar mit anderen Angeboten.

## Unser Gesundheits- Gewinnspiel



Quer durchs rehamed  
finden Sie vier Stationen mit  
verschiedenen Fragen und Aufgaben. Attraktive  
Preise (zum Beispiel eine Jahresmitgliedschaft im  
rehamed) warten auf Sie.

## Unsere kleinen Besucher laden wir von 11-15 Uhr ein zum



mit freundlicher Unterstützung unseres Partners  
HÜBSCH UND GUT.

Haus der Gesundheit  
Stuttgarter Straße 33 · 70469 Stuttgart  
Telefon 0711 - 13 53 20-37  
zentrale@rehamed-stuttgart.de  
www.rehamed-stuttgart.de



am 08. Oktober 2022

Dazu laden wir Sie von  
**11.00 bis 15.00 Uhr**  
ganz herzlich ein.

Es erwarten Sie interessante  
Vorträge rund um Ihre Gesundheit  
sowie vielfältige Mitmachangebote.

Wir freuen uns auf Sie!

## Unsere Vorträge für Ihre Gesundheit:



11:00-11:45 Uhr

**„Wann brauche ich eine Reha?“**

Dr. med. Barbara Frank  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie,  
Ärztliche Leitung der ambulanten Reha im  
rehamed Stuttgart



12:00 –12:45 Uhr

**„Wie bleibt die Schulter mobil nach Sport-  
verletzung und bei Arthrose?“**

Prof. Dr. med. Thorsten Gühring  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,  
spezielle Unfallchirurgie, Sportmedizin,  
Chefarzt Schulter- und Ellbogenchirurgie der  
orthopädischen Klinik Paulinenhilfe



13:00-13:45 Uhr

**„Was Sie über Rückenschmerzen  
wissen sollten! Moderne Therapien –  
konservativ bis operativ“**

Dr. med. Kais Abu Nahleh  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,  
Leitender Arzt Wirbelsäulen-Chirurgie in der  
ATOS-Klinik Stuttgart



14:00 -14:45 Uhr

**„Aktuelle Therapien bei Kniearthrose –  
konservativ bis operativ“**

Dr. med. Thomas Fritz  
Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie,  
Spezialist für Kniechirurgie in den ARCUS  
Kliniken Pforzheim



11:15 Uhr –11:45 Uhr &  
13:15 Uhr –13:45 Uhr

**„Erste Hilfe bei Schulter-Nacken-  
Beschwerden“**

Ralph Weingart  
Fachlicher Leiter der Physiotherapie  
und Rehabilitation im rehamed Stuttgart

## Unsere Workshops für Ihre Gesundheit:

12:00-12:30 Uhr

**„Übungen, die bei Nacken-Beschwerden helfen“**

Manuel Trumpp, Physiotherapeut

13:00 –13.30 Uhr

**„Beweglichkeitstraining bei Knie-und Hüftarthrose“**

Manuel Trumpp, Physiotherapeut

14:00 –14:30 Uhr

**„Rückenfit –Wirbel für Wirbel“**

Cathrin Scharitsch,  
Sport- und Gymnastiklehrerin, Sporttherapeutin

## Wir freuen uns auf unsere Partner:

**ORGANIX** | **BITO**  
Alles für ein gutes Leben. Markt

**HÜBSCH  
UND GUT**  
Buch, Papier, Büro, Repro.

**schlafstatt**  
ergonomie genießen

**GLTZ**

**中医**  
praxis für  
akupunktur  
&  
traditionelle  
chinesische  
medizin  
zong yi

## Erfahren Sie mehr über unsere Angebote ...

### Im Gesundheitssport:

**Zertifizierte Präventionskurse:**

Zum Thema Arthrose, Rückenfit, Abnehmen mit  
Bewegung (bezuschusst von der Krankenkasse)  
Tanita-Waage – Körperanalyse  
Lungen-Volumen-Messung – Atmen Sie mit uns durch!

### In der Physiotherapie:

**Unser Highlight – die D-Wall:**

Kraft- und Haltungstraining vor der 3D Kamera  
Laufband – Videobasierte Gang-Analyse  
Return2Sports – Leistungsdiagnostik



**Unser Schnupper-Massageangebot:**

10 Minuten Tuina-Massage –  
Kleine Auszeit vom Alltag

## Informieren Sie sich ...

### In der ambulanten Reha:

Über den Ablauf der ambulanten Reha im rehamed  
sowie über die Reha-Nachsorge-Programme der  
Deutschen Rentenversicherung  
(IRENA und T-RENA)

Um telefonische Voranmeldung zu den Vorträgen und den Workshops wird gebeten: 0711-135 320-37