

Falls Sie unsere E-Mail nicht oder nur teilweise lesen können, klicken Sie bitte hier.

bechterew.ch

Schweizerische Vereinigung
Morbus Bechterew.

Guten Tag,

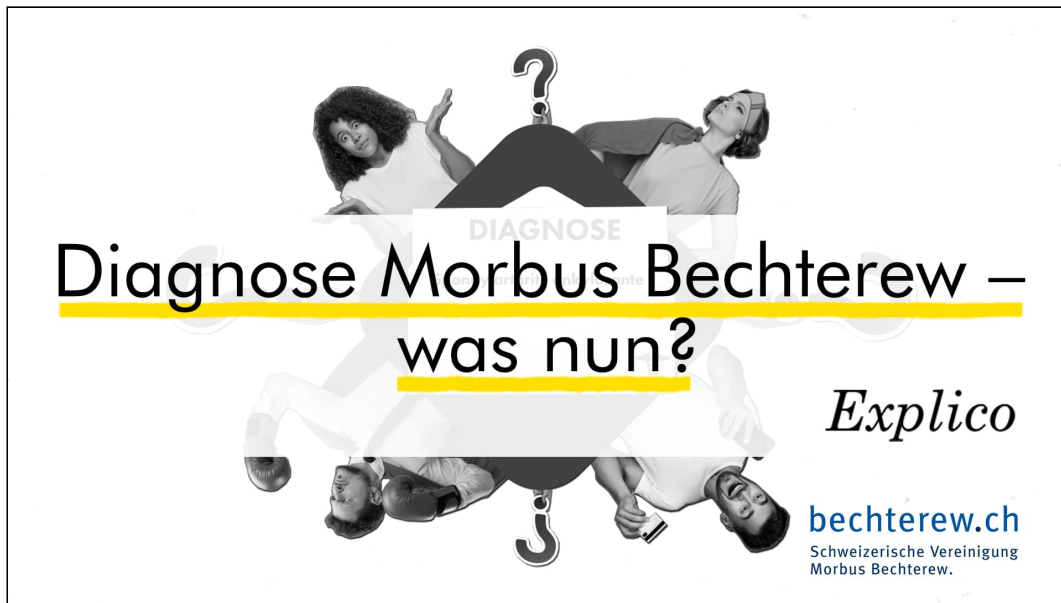
Menschen mit Morbus Bechterew müssen zahlreiche Hürden bewältigen, um ihren Alltag bestreiten zu können.

Im [aktuellen «Explico»-Video](#) haben wir 10 Tipps zusammengestellt. Diese sollen Unterstützung bieten, um einen besseren Umgang mit der Krankheit zu finden. Sei es, indem Sie sich und Ihre Krankheit annehmen oder indem Sie für genügend Bewegung, aber auch für Erholung sorgen.

Die zwei Bewegungsangebote, der [Online-Kurs](#) und [«Rheumafit»](#), können mithelfen, ihr Training individuell weiterzuführen.

Freundliche Grüsse

Ihr bechterew.ch-Team



Diagnose Bechterew – was nun?

Was kann man tun, wenn man vor kurzem die Diagnose Morbus Bechterew erhalten hat? Mit diesem Video versuchen wir die wichtigsten Punkte anzusprechen und Unterstützung zu bieten.

Film aufrufen

Alle Videos der Serie «Explico» finden Sie auf → www.rueckenschmerz.ch oder auf → www.bechterew.ch. In dieser Serie werden weitere spannende Themen rund um den Morbus Bechterew in einer frischen Form präsentiert.



Online-Kurs für Mitglieder

Erneut startet diese Woche eine neue Serie des Online-Kurses im Mitgliederbereich von bechterew.ch. Hier können Sie durch Physiotherapeuten angeleitete Übungen machen. Jede Woche werden vier neue Übungen aufgeschaltet. Das Angebot ist für SVMB-Mitglieder kostenlos.

[Online-Kurs starten](#)

Haben Sie Fragen zum Login in den Mitgliederbereich von bechterew.ch? Die Geschäftsstelle hilft gerne weiter. Antworten Sie dazu einfach auf diese E-Mail und stellen Sie Ihre Frage.

Weitere Linktipps

Bechterew-Übungen für zu Hause: www.Rheumafit.ch

Kalender «Training für jeden Tag»: [Jetzt bestellen](#)

Artikel: [Wie steht es um die Medikamente? \(Exklusiv für Mitglieder\)](#)

Bechterew und Coronavirus: [Interview zur Impfung](#)

Aus der Forschung: [Eigener «Code» für den auf dem Röntgenbild nicht](#)

[sichtbaren Bechterew](#)SVMB-Mitglied Ann-Kathrin Herber [im Portrait](#)

Es ist uns wichtig, mit unseren Mitgliedern und Interessenten per E-Mail in Kontakt zu sein. Unser Ziel ist es, Ihnen durch unsere Informationen und unsere Angebote einen besseren Umgang mit der Krankheit zu ermöglichen. Wenn Sie weniger E-Mails erhalten wollen, schreiben Sie doch eine E-Mail an mail@bechterew.ch. Wenn Sie gar keine E-Mails mehr erhalten wollen, können Sie sich [hier](#) aus der Liste austragen. Wenn Sie diesen Infoletter weitergeleitet bekommen haben und er Ihnen gefällt, können Sie ihn [hier abonnieren](#).

Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew
Leutschenbachstrasse 45
8050 Zürich

mail@bechterew.ch

[Homepage](#)