

[Si ce message ne s'affiche pas correctement, veuillez cliquer ici.](#)

# bechterew.ch

Société suisse de la  
spondylarthrite ankylosante.

Madame, Monsieur,

Un tronc fort est particulièrement important pour les personnes atteintes de spondylarthrite ankylosante en raison des processus inflammatoires de la colonne vertébrale. Anne-Kathrin Rausch Osthoff, chercheuse de la ZHAW, a étudié comment la force du tronc des personnes atteintes de spondylarthrite peut être mesurée. Les résultats s'inscrivent également dans le nouveau concept thérapeutique «BeFit». Pour son travail de recherche, Anne-Kathrin Rausch Osthoff a reçu le Prix de la recherche 2021 de la Fondation suisse pour la spondylarthrite ankylosante.

Dans [l'interview vidéo](#), la lauréate explique pourquoi les résultats de son travail sont d'une importance capitale pour la thérapie de la spondylarthrite et elle raconte pourquoi la recherche en faveur des personnes touchées par la spondylarthrite la motive.

Au fait: les deux offres d'exercices physiques, le [cours en ligne](#) et [«Rheumafit»](#), continuent à pouvoir vous aider à poursuivre votre entraînement de manière individuelle. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir en bougeant.

Meilleures salutations

Votre équipe de bechterew.ch

---



## **Entretien vidéo avec la lauréate du Prix de la recherche de la spondylarthrite ankylosante 2021**

Dans l'interview vidéo, Dr Anne-Kathrin Rausch Osthoff explique ce qu'elle et son équipe ont étudié et pourquoi le travail en faveur des personnes atteintes de spondylarthrite la motive.

[Accéder à la vidéo](#)

---

## **Initiation à la méthode Feldenkrais**

La méthode Feldenkrais améliore votre conscience du corps, votre posture, votre souplesse et votre stabilité. C'est pourquoi nous vous invitons avec plaisir à pratiquer la méthode Feldenkrais avec nous le 20 novembre 2021. Veuillez trouver plus d'informations sur l'événement de notre association à Genève [sur notre page web](#).

---

## Thérapie de groupe de la spondylarthrite

Avez-vous envie **d'effectuer des exercices spécifiques** contre la spondylarthrite et **d'échanger des expériences** avec des personnes unies par les mêmes intérêts? Rendez-vous dans notre groupe de thérapie de Lavey-les-Bains les mardi de 10 h 00 à 11 h 00.

[En savoir plus et organiser une leçon d'essai.](#)

Vous trouverez [ici](#) un aperçu de toutes les thérapies de la spondylarthrite en Suisse.

Avez-vous des questions concernant la thérapie de groupe? Écrivez-nous un [courriel](#) ou appelez-nous.

---

## Plus de liens

Le nouveau concept thérapeutique [«BeFit» expliqué](#)

De la recherche: [les exercices de haute intensité améliorent fatigue, sommeil et humeur](#)

[Interview](#) avec Dr Jacques Gubler, spécialiste de la vaccination, au sujet de la vaccination contre le Covid des personnes atteintes de spondylarthrite

[Interview](#) avec Patrizia Allemann, atteinte de spondylarthrite ankylosante, sur son expérience avec la vaccination contre le Covid

[Portrait](#) de Michael Jaeggi, membre de la SSSA

Une nouvelle série du cours en ligne débute [débute dans l'espace membres](#) de bechterew.ch

Il est important pour nous d'être en contact avec nos membres et personnes intéressées par e-mail. Notre objectif est de vous aider à mieux faire face à la maladie grâce à nos informations et à nos offres. Si vous souhaitez recevoir moins d'e-mails, veuillez écrire un e-mail à [mail@bechterew.ch](mailto:mail@bechterew.ch). Si vous ne souhaitez plus recevoir d'e-mails du tout, vous pouvez vous désabonner de la liste [ici](#).

Si cette infolettre vous a été transmise et qu'elle vous plaît, vous pouvez vous y [abonner ici](#).

Société suisse de la spondylarthrite ankylosante  
Leutschenbachstrasse 45  
8050 Zurich

[mail@bechterew.ch](mailto:mail@bechterew.ch)

[Homepage](#)