

Rücken

& gesundheit

4125

Zeitschrift der Patientenorganisation
Pro Chiropraktik



Studie zu Ischiasschmerzen
Neue digitale Kanäle
Wertschätzung der Chiropraktik



Praxisöffnungen:

Chirovita – studio chiropratico
Dr.ssa Gaja Bonfiglio
Via Pian Scairolo 11
6915 Pambio-Noranco, Lugano
Telefon: +41 91 960 90 40
E-Mail: info@chirovita.ch

«Pulse and Balance»
Medical Performance Center
Rorschacherstrasse 286
9016 St. Gallen
Telefon: +41 71 774 10 10
E-Mail: praxis-pulseandbalance@hin.ch

Centre médical du Chablais SA
Z. A. Entre Deux Fossaux 14
1868 Collombey
Téléphone: +41 24 473 23 30
Email: info@cmc-sa.ch

Impressum

Herausgeberschaft

Pro Chiropraktik Schweiz (PCS)

Auflage

deutsch: 6900 / französisch: 1900 / italienisch 270

Redaktion

Rosmarie Borle, Journalistin BR, rosmarie.borle@bluewin.ch

Internet

www.pro-chiropraktik.ch

Realisation / Druck

Stämpfli Kommunikation, www.staempfli.com

Gender

In sämtlichen Texten unserer Zeitschrift sind immer beide Geschlechter gleichberechtigt mitgemeint, auch wenn dies aus Gründen der sprachlichen Verständlichkeit nicht immer aufgeführt ist.

Rücken & Gesundheit: ISSN 1661-4313

gedruckt in der
schweiz



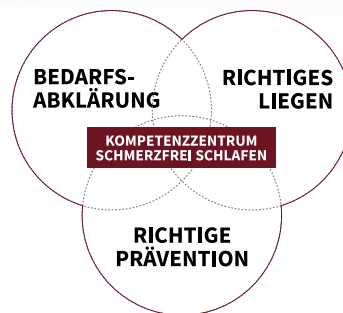
Leiden Sie unter Rückenschmerzen oder Nackenverspannungen und wachen nicht erholt auf?

Schmerzen und Verspannungen können auf falsches Liegen hinweisen: aber es gibt eine Lösung!

Besuchen Sie ein **KOMPETENZZENTRUM SCHMERZFREI SCHLAFEN**. Unsere zertifizierten Liege- und Schlaftherapeuten bieten individuelle Lösungen für Ihre Schlafprobleme.

Bei einer Beratung klären wir Ihre Bedürfnisse, erkennen Ursachen und helfen Ihnen zum idealen Liegesystem. **Verbessern Sie Ihre Schlafqualität und schlafen Sie schmerzfrei.**

Scannen Sie den QR-Code und vereinbaren Sie Ihren Termin!
Für mehr Wohlbefinden!



Interessengemeinschaft - Richtig liegen und Schlafen
Gümligentalsstr. 22 | 3073 Gümligen | T +41 (0)44 821 90 89
info@ig-rls.ch | kompetenzzentrumschmerzfreischlafen.ch
facebook.com/kompetenzzentrumschmerzfreischlafen



Netzwerk schmerzfrei schlafen
info@nss.schweiz.ch
www.nss-schweiz.ch



SAIuBRITY-Studie	
Forschung zu verbesserten Behandlungsmethoden für Ischiasschmerzen	4
<i>PD Dr. Cesar Hincapié Rosmarie Borle</i>	
ChiroSuisse	
Problem Fachkräftemangel.....	7
<i>Valentin Schneuwly</i>	
Pro Chiropraktik Schweiz	
PCS goes digital!.....	8
<i>Vorstand PCS</i>	
Jean-Pierre Cordey	
Gewinn oder Verlust durch Digitalisierung?	9
Nadia & Eric Faigaux	
Ein Lob auf die Chiropraktik.....	10
PCS	
Herbstreise ins Toggenburg.....	11
<i>Rainer Lüscher</i>	
Bilderrätsel	12
Speakers' Corner	13
Patientenorganisation	14
Varia	16

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser

Abschied von Papier, Aufbruch in die digitale Zukunft – Ihr Verein Pro Chiropraktik Schweiz ist im Wandel. Mit dieser Ausgabe verabschieden wir uns von der gedruckten Ausgabe unseres Magazins «Rücken & Gesundheit» in dieser Form. Um den aktuellen Entwicklungen und den Bedürfnissen einer zunehmend digital vernetzten Gesellschaft gerecht zu werden, wurde anlässlich der Delegiertenversammlung entschieden, das physische Magazin einzustellen. Informationen über unser Vereinsleben und nützliche Artikel über den Bewegungsapparat publizieren wir künftig über die digitalen Kanäle Website, Social Media, Newsletter, per E-Mail oder WhatsApp.

Damit wir Sie auch in Zukunft einfach erreichen können, bitten wir Sie, Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Handynummer bei uns zu hinterlegen. Nur so erhalten Sie alle relevanten Informationen direkt und unkompliziert. Bitte melden Sie Ihre E-Mail-Adresse Ihrem kantonalen Verein oder direkt dem schweizerischen Verein. Die Digitalisierung bietet uns die Chance, noch mehr Menschen für die Anliegen der Chiropraktik zu gewinnen. Wir ermutigen Sie, sich weiterhin aktiv auf allen Ebenen einzubringen. Ihre Stimme und Ihr Engagement sind entscheidend, um die Interessen der Chiropraktik und unserer Patientinnen und Patienten nachhaltig zu vertreten.

Vielen Dank für Ihr Vertrauen, Ihre Treue und Ihren Einsatz. Lassen Sie uns gemeinsam den Digitalisierungsschub nutzen, die Zukunft der Patientenvereinigung Pro Chiropraktik aktiv gestalten und die Chiropraktik in der Schweiz weiter fördern.

Rainer Lüscher
Zentralpräsident Pro Chiropraktik Schweiz

Forschung zu verbesserten Behandlungsmethoden für Ischiasschmerzen

Cesar Hincapié Rosmarie Borle Eine gemeindebasierte randomisierte klinische Studie der Universität Zürich und der Universitätsklinik Balgrist vergleicht zwei häufig angewendete Behandlungsmethoden für Ischiasschmerzen. Das sind die chiropraktische manuelle Therapie der Wirbelsäule und die Kortikosteroid-Nervenwurzelinjektion. Man will erforschen, inwieweit sie Schmerzen, Funktion und Lebensqualität bei Patienten mit Ischiasschmerzen verbessern.

Die SALuBRITY-Studie unter der Leitung von Cesar Hincapié, DC PhD, ist die erste randomisierte klinische Studie zur chiropraktischen Behandlung, die vom Schweizerischen Nationalfonds (SNF) finanziert wird. Die Studie wird auch teilweise vom European Centre for Chiropractic Research Excellence (ECCRE) unterstützt. Das Rekrutierungsziel liegt bei 280 Teilnehmern, bisher wurden 120 Patienten und Patientinnen aufgenommen und randomisiert.

Worum geht es in der SALuBRITY-Studie?

Lumbosakrale radikuläre Schmerzen – auch bekannt als Ischias – sind Schmerzen im unteren Rückenbereich, die aufgrund einer Reizung der Nerven im unteren Rückenbereich in das Bein ausstrahlen. Sie können sehr schmerzhaft und behindernd sein und das tägliche Leben beeinträchtigen. Rückenschmerzen gekoppelt mit Beinschmerzen sind sehr häufig und betreffen weltweit etwa 200 Millionen Menschen. Sie sind eine der Hauptursachen für Einschränkungen im Alltag oder bei der Arbeit – in der Schweiz und weltweit.

Was sind die Vorteile einer Teilnahme?

Die Teilnehmenden erhalten kostenlose Behandlungen (bis zu zwölf chiropraktische Behandlungen und bis zu zwei Nervenwurzelinjektionen). Die Teilnehmenden werden in einem multidisziplinären Team betreut, wobei die Interventionen individuell auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Sie helfen

indirekt zukünftigen Ischiaspatienten und tragen zu einer hochwertigen chiropraktischen klinischen Forschung in der Schweiz bei.

Gibt es Risiken bei der Teilnahme?

Alle in der Studie untersuchten Behandlungen sind sicher und gehören zur medizinischen Standardversorgung bei Ischias in der Schweiz. Die Patientinnen werden über die Risiken aufgeklärt, damit sie vor der Teilnahme eine fundierte Entscheidung treffen können. Teilnehmende und Chiropraktoren und Chiropraktorinnen entscheiden über die genaue Anzahl der erforderlichen Behandlungen, die variieren kann. Alle gesammelten Daten werden streng vertraulich behandelt und ausschliesslich für wissenschaftliche Zwecke in Übereinstimmung mit den geltenden Schweizer Datenschutzbestimmungen verwendet.

Was beinhaltet die Teilnahme an der Studie?

Die erste Konsultation dauert etwa 60 bis 90 Minuten, Folge Termine dauern etwa 20 bis 30 Minuten. Die Gesamtdauer der Behandlung beträgt ungefähr zwölf Wochen und wird gemeinsam von den Teilnehmenden und den Chiropraktoren oder Chiropraktorinnen festgelegt. Die Behandlungen werden im Universitätsspital Balgrist und in einer nahe gelegenen Chiropraktikpraxis in Zürich (Seefeld, Kreuzplatz, Schaffhauserplatz, Uster) durchgeführt.

Warum ist die SALuBRITY-Studie wichtig?

Menschen mit Ischiasschmerzen suchen in der Regel zuerst ihren Hausarzt auf und erhalten zur Schmerzbehandlung meist Steroide, Opioide oder Nervenwurzelinjektionen. Obwohl Ischiasschmerzen weitverbreitet sind, ist nur wenig über die Wirksamkeit gängiger nicht medikamentöser konservativer Behandlungsoptionen, wie der chiropraktischen manuellen Wirbelsäulentherapie, bekannt. Die Ergebnisse der Studie werden zur Entwicklung von Leitlinien für die klinische Praxis beitragen und evidenzbasierte Empfehlungen für den Einsatz der manuellen Wirbelsäulentherapie und der Kortikosteroid-Nervenwurzelinjektion als Teil der routinemässigen klinischen Versorgung liefern.

Resultate der SALuBRITY-Studie werden Patienten, Klinikern, Forschern und politischen Entscheidungsträgern auf wichtigen nationalen und internationalen Konferenzen, durch Veröffentlichungen in Fachzeitschriften und durch die Zusammenarbeit mit relevanten Patientenverbänden vorgestellt. Es bedarf hochwertiger Forschung, um die pragmatische Frage nach der Wirkung der manuellen Wirbelsäulentherapie auf rüchenspezifische Beinschmerzen zu untersuchen. Sie wird der Patientenschaft, Ärzten und Ärztinnen sowie politischen Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern bessere Informationen für Behandlungsentscheidungen und die Verbesserung der Gesundheitsversorgung liefern.

SALuBRITY-Studie



SALuBRITY
Studie



Universität
Zürich

Balgrist
Universitätsklinik



Schweizerischer
Nationalfonds



ECCRE
European Centre for
Chiropractic Research Excellence

Wir forschen zur Behandlung von Ischiasschmerzen

Für unsere Studie suchen wir erwachsene Personen mit Schmerzen im unteren Rücken, die ins Bein ausstrahlen – auch Ischiasschmerzen genannt.



Ziel der Studie

Ischiasschmerzen können sehr beeinträchtigend sein. In dieser Studie werden zwei häufige Behandlungen (chiropraktische manuelle Therapie und Kortisonspritze) untersucht, um deren Auswirkungen auf Schmerzen, Funktion und Lebensqualität bei Patientinnen und Patienten mit Ischiasschmerzen besser zu verstehen.



Haben Sie Rückenschmerzen, die ins Bein ausstrahlen?



Sind Sie offen für Chiropraktik und Kortisonspritze als mögliche Behandlungen?



Sind Sie bereit für eine Behandlung von bis zu 12 Wochen?

Eine wissenschaftliche Studie der Universitätsklinik Balgrist und der Universität Zürich, finanziert durch den Schweizerischen Nationalfonds und das European Centre for Chiropractic Research Excellence

Was die Studie beinhaltet

- Als Studienteilnehmer/in werden Sie sowohl einen Chiropraktor/in für die chiropraktische Behandlung als auch eine/n Radiologen/in für die Nervenwurzelinjektion sehen.
- Die Studientermine finden in der Universitätsklinik Balgrist und in einer nahegelegenen chiropraktischen Praxis über einen Zeitraum von maximal 12 Wochen statt.
- Sie werden in den ersten 3 Monaten monatlich und anschliessend nach 6 und 12 Monaten eine einfache webbasierte Umfrage zu Hause ausfüllen.
- In der Umfrage werden Fragen zu Ihrem Gesundheitszustand und Ihren Arztbesuchen gestellt.
- Sie können Ihren behandelnden Arzt während der Studie weiterhin nach Bedarf aufsuchen.

Ihr Nutzen

- Sie erhalten kostenlose Behandlungen für Ihre Ischiasschmerzen (bis zu 12 Behandlungen).
- Sie leisten einen wichtigen Beitrag zu weltweit führender, hochwertiger klinischer Forschung zu Rücken- und Ischiasschmerzen.

Sind Sie interessiert?

Bitte scannen Sie den QR-Code, oder kontaktieren Sie das SALuBRITY-Studenteam von PD Dr. Cesar Hincapié, um zu erfahren, ob Sie für unsere Studie geeignet sind.



SALuBRITY
Studie

SALuBRITY-Studenteam
Universität Zürich
Universitätsklinik Balgrist



SALuBRITY Informationsvideo



salubrity@ebpi.uzh.ch



+41 79 693 17 62



Sich registrieren und
Interesse zeigen



salubrity@ebpi.uzh.ch



+41 79 693 17 62

Interview mit Cesar Hincapié, Projektleiter

Wie kam die Studie zu diesem Namen, und was bedeutet er?

Cesar Hincapié: Der Name «SALuBRITY» ist ein sorgfältig gewähltes Akronym, das sowohl den Schwerpunkt als auch die Zielsetzung der Studie widerspiegelt. Es steht für *Spinal mAnnual therapy versus nerve root injection for the management of patients with LumBosacral RadIculopaThY*. Die Idee dahinter war, unser Engagement für die Verbesserung evidenzbasierter Behandlungsmöglichkeiten bei rügenspezifischem Beinschmerz (auch bekannt als Ischias) in der täglichen klinischen Praxis auszudrücken. Diese Arbeit soll sowohl für behandelnde Klinikerninnen und Kliniker als auch für Patientinnen und Patienten relevant sein. Ferner bedeutet das englische Wort «salubrity» so viel wie «Gesundheitlichkeit, Fördern von Gesundheit und Wohlbefinden», was hervorragend zu unserer Mission passt, bessere Behandlungsergebnisse für Menschen mit Ischiasbeschwerden zu ermöglichen.

Gibt es Krankheitsbilder, bei denen nur die Injektionstherapie oder ausschliesslich die Chiropraktik die richtige Behandlung darstellt?

Im Allgemeinen lautet die Antwort: nicht eindeutig – zumindest nach aktueller Evidenzlage. Viele Patientinnen und Patienten mit Rückenschmerzen oder Ischias können von einem breiten Spektrum an Optionen profitieren – von konservativen Massnahmen (einschliesslich Chiropraktik) bis zu invasiveren Therapien (wie Injektionen), abhängig von Schweregrad, zugrunde liegender Pathologie, Begleiterkrankungen und individuellen Präferenzen. Es gibt seltene akute Fälle (z. B. schwere neurologische Ausfälle, Cauda-equina-Syndrom), bei denen eine sofortige Injektion oder Operation angezeigt ist; ebenso gibt es weniger schwere Fälle, bei denen Chiropraktik oder andere konservative Ansätze allein ausreichen können. Die eigentliche Frage lautet jedoch: Welche Behandlung ist für die grosse Mehrheit der Patienten, die im mittleren Bereich liegen, als Erste am sinnvollsten, wie vermeiden wir Über- oder Unterbehandlung, und wie personalisieren wir die Therapie? Genau diese Lücke will unsere Studie untersuchen.

Wie lassen sich die Studienresultate in der Praxis umsetzen, und in welchem Jahr werden sie vorliegen?

Wir haben die Studie so konzipiert, dass die Ergebnisse direkt in die klinische Praxis übertragbar sind. Unser Ziel ist, dass sowohl Chiropraktorinnen und Chiropraktoren als auch Ärztinnen und Ärzte die Resultate nutzen können, um fundierte Entscheidungen zu treffen: Wann sollte man eher mit Chiropraktik beginnen, wann eine Injektion erwägen oder wie soll man beide Ansätze sinnvoll kombinieren? Wir hoffen, dass die Ergebnisse zur Entwicklung von Leitlinien und zu gemeinsamen Entscheidungswerkzeugen für Schweizer Patientinnen und Patienten beitragen. Nach heutigem Stand erwarten wir, dass die primären Ergebnisdaten im Jahr 2027 vorliegen, nachdem die Rekrutierung und die Nachbeobachtung abgeschlos-

sen worden sind. Im Jahr 2028 planen wir die Publikation der vollständigen Resultate.

Gibt es Ischiasprobleme, die nicht mit Chiropraktik behandelt werden können und zwingend Kortisoninjektionen benötigen? Oder beabsichtigt man, das mit der Studie herauszufinden?

Das ist eine der Schlüsselfragen, die wir untersuchen. Aus der klinischen Erfahrung wissen wir, dass einige Patientinnen und Patienten mit Ischias eine komplexere Pathologie aufweisen (z. B. grosse Bandscheibenvorfälle, Nervenwurzelkompression mit deutlicher Muskelschwäche oder entzündliche Prozesse), bei denen eine Kortisoninjektion frühzeitig in Betracht gezogen wird. Aber die genauen Grenzen – wer zuerst eine Injektion benötigt, wer sicher ausschliesslich chiropraktisch behandelt werden kann und wer am meisten von einer Kombination profitiert – sind nicht geklärt. Die SALuBRITY-Studie ist darauf ausgelegt, genau dies zu erforschen: die vergleichende Wirksamkeit von chiropraktisch geführter Behandlung versus Injektionsbehandlung bei Patientinnen und Patienten mit rügensschmerzbedingtem Beinschmerz und Ischias – und unter welchen Umständen welcher Ansatz am sinnvollsten ist.

Es ist eine randomisierte Studie. Wie muss man sich das vorstellen? Gibt es Placeboinjektionen und Placebochiropraktik, damit eine Vergleichsgruppe besteht?

Gute Frage. Wir wollen zwei gängige Behandlungsmethoden für Ischiasbeschwerden – Chiropraktik und Kortisoninjektionen – untersuchen, um herauszufinden, inwieweit sie Schmerzen, Funktion und Lebensqualität von Ischiaspatienten verbessern. Es handelt sich um eine randomisierte, doppelt placebokontrollierte Studie. Das bedeutet, dass die Teilnehmenden nach dem Zufallsprinzip (wie beim Werfen einer Münze) einer von zwei Behandlungsgruppen zugewiesen werden. Die eine Gruppe erhält eine aktive respektive echte chiropraktische Behandlung plus eine Placebo – (d. h. inaktive) Nervenwurzelinjektion. Die andere Gruppe erhält eine aktive respektive echte Kortisoninjektion, plus eine chiropraktische Placebobehandlung. Ein Vorteil dieses Ansatzes ist, dass beide Gruppen eine aktive respektive echte Behandlung gegen Ischiasschmerzen erhalten. Die Einbeziehung eines Placebos in beide Behandlungsgruppen ist ebenfalls wichtig. Dies stärkt den wissenschaftlichen Forschungsansatz und die Qualität der Studie. ■



PD Dr. Cesar Hincapié, DC PhD

Principal Investigator, SALuBRITY Study
Universität Zürich, Institut für
Epidemiologie, Biostatistik und
Prävention (EBPI)
Hirschengraben 84, 8001 Zürich
cesar.hincapie@uzh.ch
www.salubrity-studie.com

Problem Fachkräftemangel

Valentin Schneuwly Erstmals zeigt eine Studie, wie stark der Fachkräftemangel die freien Berufe trifft.

Rund 70 Prozent der erwerbstätigen Ärzte, Chiropraktorinnen, Architekten, Physiotherapeutinnen, Notare, Ingenieurinnen und Laufbahnberater sehen fehlende personelle Ressourcen als zentrales Problem in ihrem Berufsfeld. Beim Tag der freien Berufe in Bern zum Thema Fachkräftemangel traten die Vertreterinnen und Vertreter der verschiedenen freien Berufe mit der Politik in Kontakt. Mit Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider, den Ständerätinnen und Ständeräten Flavia Wasserfallen (SP), Damian Müller (FDP) und Fabio Regazzi (Mitte) sowie Nationalrat Lars Guggisberg (SVP) wurden verschiedene mögliche Lösungen gegen den Fachkräftemangel diskutiert. In seinem Plädoyer machte sich Vizepräsident Alexandre Emery für ChiroSuisse dafür stark, dass in der Schweiz mehr Ausbildungsplätze für Chiropraktorinnen und Chiropraktoren geschaffen werden, insbesondere in der Westschweiz. Derzeit werden Ausbildungsplätze nur in Zürich angeboten, was für Personen aus der Westschweiz ein grosses sprachliches Hindernis darstellt. Des Weiteren machte er darauf aufmerksam, dass der Numerus clausus die Zahl der zugelassenen Studierenden der Chiropraktik begrenzt und somit eine Zugangsbarriere für potenzielle Interessierte schafft. Ein weiteres Problem sei, dass viele junge Menschen freie Berufe als risikoreich ansähen und deshalb stabile, sichere Arbeitsbedingungen bevorzugten. Alexandre Emery bilanziert, dass der Fachkräftemangel bei den Chiropraktoren erheblich ist und zunehmend zu einem Problem wird.

Die in der Einleitung erwähnte wissenschaftliche Fachstudie kommt ebenfalls zum Schluss, dass der Fachkräftemangel bei den freien Berufen gross ist. Für diese Studie wurden Berufsangehörige aus diversen Berufsgruppen befragt. So sehen 70 Prozent von ihnen den Fachkräftemangel als grosses Problem an. Gemäss den Erwartungen wird die Nachfrage nicht abnehmen, sondern bestenfalls auf hohem Niveau stagnieren.



Valentin Schneuwly
Mitarbeiter ChiroSuisse

Die an der Studie teilnehmenden Chiropraktorinnen geben an, dass der Fachkräftemangel insbesondere dazu führt, dass sie eine hohe Arbeitsbelastung haben, Patientinnen und Patienten abweisen müssen und die Wartezeiten für Patientinnen und Patienten sehr hoch sind. Weiter führt der Fachkräftemangel dazu, dass es schwierig wird, Nachfolgelösungen zu finden, und offene Fachstellen häufig mehr als ein halbes Jahr unbesetzt bleiben. Ein weiteres Problem ist, dass mehr Personen in Pension gehen, als junge Nachwuchskräfte nachrücken.

Um dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken, schlagen die Chiropraktorinnen und Chiropraktoren vor, bei diesen drei Punkten anzusetzen:

1. Die inländischen Ausbildungskapazitäten sollen gesteigert werden.
2. Die administrative Belastung soll gesenkt werden.
3. Das Berufsimago und das Berufsmarketing sollen gestärkt werden.

Basierend auf diesen Erkenntnissen ergreifen ChiroSuisse und der Schweizerische Verband freier Berufe folgende Massnahmen, um die Bedingungen zu verbessern:

1. Es müssen mehr Ausbildungsplätze in der Westschweiz geschaffen werden. So hat das Waadtländer Kantonsparlament im Jahr 2024 einem Postulat von Blaise Vionnet zugestimmt, mit dem Ziel, Ausbildungsplätze für Chiropraktorinnen und Chiropraktoren an der Universität Lausanne anzubieten.
2. Um den administrativen Aufwand zu verringern, werden eine rasche Umsetzung des 2023 vom Parlament beschlossenen Unternehmensentlastungsgesetzes und ein rasches Vorantreiben der Digitalisierung gefordert.
3. ChiroSuisse bemüht sich mittels gezielter Massnahmen, den Beruf der Chiropraktorinnen und Chiropraktoren in der Öffentlichkeit präsenter und die Ausbildungsplätze besser bekannt zu machen.

Der Tag der freien Berufe und die dazugehörige Studie haben gezeigt, dass es noch ein langer Prozess sein wird, bis der Fachkräftemangel bei den Chiropraktorinnen und Chiropraktoren endlich erfolgreich bekämpft werden kann. Die nötigen Massnahmen für eine Verbesserung der Situation sind bekannt. Nun gilt es, diese Massnahmen in Zusammenarbeit mit der Politik rasch anzugehen, um den Fachkräftemangel schon bald zu entschärfen. ■

PCS goes digital!

Vorstand PCS Das ist die letzte Ausgabe des Magazins «Rücken & Gesundheit». Aber Sie wissen es: «In jedem Ende liegt ein neuer Anfang verborgen», und das gilt auch für Pro Chiropraktik Schweiz (PCS). Wir wollen Sie auch weiterhin erreichen, und zwar in digitaler Form.

Als Patientenorganisation lautet unser Credo: Als Mitglied bin ich gut informiert, ich profitiere für meine Gesundheit, und ich unterstütze einen attraktiven Beruf und dessen Forschung und Weiterentwicklung zugunsten der chiropraktischen Medizin.

Auf politischen Wegen und mit parlamentarischen Vorstössen kämpfen wir dafür, dass die Chiropraktikerinnen und Chiropraktiker als erste Anlaufstellen ohne Auflagen konsultiert werden können.

Der elektronische Weg mittels E-Mail ist zeitgemäss, kostensparend und für die Empfängerinnen und Empfänger sicher. Um Sie zu erreichen, benötigen wir Ihre E-Mail-Adresse. Bitte teilen Sie uns diese via Kantonalverein oder direkt beim PCS mit.



Weitere Informationen finden Sie über diesen QR-Code oder unter diesem Link: www.pro-chiropraktik.ch/index.php/de/dabei-sein

Ihre Daten sind bei uns sicher aufgehoben. Die Bearbeitung der Mitgliederdaten erfolgt immer nach den aktuellsten Bestimmungen der schweizerischen Datenschutzgesetzgebung und der Datenschutzerklärung auf der Website des Vereins.

Andere Social-Media-Plattformen wie Instagram, Facebook oder LinkedIn werden in Zukunft ebenfalls nützliche Informationen für Sie bereithalten.

Bleiben Sie weiterhin als Mitglied bei der Patientenvereinigung Pro Chiropraktik Schweiz oder bei Ihrem Kantonalverein Pro Chiropraktik mit dabei. Wir zählen auf Ihre wertvolle Unterstützung und freuen uns auf die künftigen Kontakte mit Ihnen. **Danke!** ■



*Jean-Pierre Cordey im Gespräch mit einem Patienten.
(Bild: Orthopädie Sonnenhof Bern)*

Gewinn oder Verlust durch Digitalisierung?

Jean-Pierre Cordey Die Publikationen von Pro Chiropraktik Schweiz haben mich bisher bei meiner ganzen beruflichen Laufbahn begleitet. Mit etwas Wehmut geht die Printära zu Ende, aber auch digital setzen wir uns für die Chiropraktik ein.

Als ich vor 35 Jahren meine Praxistätigkeit begann, war das schwarz-weiss gedruckte, kleine Heftchen im A5-Format unserer Patientenorganisation Pro Chiropraktik Schweiz ein stets präsenter Begleiter in meinem Wartezimmer. Dieses kleine Vereinsorgan unterstützte unseren Informationsfluss zu unseren Patienten in diskreter und stetiger Art und Weise. Immer mit kleinen, nützlichen Informationen aus dem Patientenalltag, der Praxis oder der Politik. Ebenfalls sehr beliebt war das kleine Format bei Patienten damals als nützliche Referenz, wenn sie auf Reisen waren, denn am Ende des Heftchens befand sich eine Adressliste aller Berufskollegen der Schweiz.

Die Zeiten änderten sich, die Adressliste wuchs und wuchs, hatte bald keinen Platz mehr im A5-Heft, verlangte einen Schritt nach vorn, eine farbige, grössere Ausgabe. Es entstand das Magazin «Chiropraktik und Gesundheit». Anschliessend, um ein breiteres Publikum und mehr Inserenten anzusprechen, wurde der Name auf «Rücken & Gesundheit» geändert.

Ohne Suchmaschinen im Internet waren damals Informationsabende für Patienten die einzige Möglichkeit, sich intensiver in ein Thema zu vertiefen. Oft stellte dann der Patient auch fest, dass er nicht der einzige mit diesen Problemen sei, was wiederum eine verbindende Funktion hatte und damit auch die Basis für ein Vereinsleben darstellte.

Der Inhalt blieb interessant und informativ, jedoch entsprach die Art und Weise nicht mehr unserer Zeit, nicht mehr der fortschreitenden Digitalisierung. Es genügt nicht mehr, wie vor 35 Jahren mit Zeitungsartikeln, Flyern oder sogar Vortragsabenden zu informieren. Patienten wie auch Inserenten sind nicht mehr an gedrucktem Informationsmaterial interessiert, alles muss heutzutage schnell und audiovisuell erscheinen. Man informiert sich auf Instagram, TikTok oder in WhatsApp-Chatgruppen. Die Aufrechterhaltung eines Vereinslebens wird dadurch immer schwieriger.

Einerseits schmerzt es mich, nach 35 Jahren unser Patientenheft letztmals in den Händen zu halten, andererseits ist es an der Zeit, mit der Zeit zu gehen, in die Zukunft zu blicken und neue Informationskanäle zu suchen und zu finden.

Es bleibt mir nun im Namen all meiner Berufskolleginnen und Berufskollegen, all denjenigen zu danken, die für die Herausgabe dieses Patientinnen- und Patientenorgans verantwortlich waren. Von den Präsidenten und Vorstandsmitgliedern Pro Chiropraktik Schweiz, den Redaktorinnen und Redaktoren, den Autorinnen und Autoren, dem Korrektorat wie den Inserenten: Herzlichen Dank all jenen Menschen, die sich voller Tatkraft und uneigennützig für die Belange der Chiropraktik eingesetzt haben! ■



Jean-Pierre Cordey

Chiropraktor SCG
Leiter Chiropraktische Medizin
Orthopädie Sonnenhof Bern
Präsident Stiftung Ausbildung
Chiropraktorinnen und Chiropraktoren
Co-Präsident
Weiterbildungsprüfungskommission
Diverse Funktionen bei ChiroSuisse,
Sportchiropraktik, Neuraltherapie

Ein Lob auf die Chiropraktik

Nadia und Eric Faigaux Seit 1974 und 1986 selbstständig arbeitend, blicken wir auf eine lange, glückliche und erfolgreiche Praxistätigkeit zurück. Was hat sich in dieser Zeit bis heute geändert? Natürlich vieles, aber nicht die Essenz der Chiropraktik.



Dass es unseren Beruf in dieser Form heute noch gibt, wäre ohne Leidenschaft und unzählige unbezahlte Arbeitsstunden, einer grossen Anzahl Kollegen und Kolleginnen und, last, but not least, ohne die Unterstützung der Vereinigung Pro Chiropraktik nicht möglich gewesen.

Dank hellseherischem Engagement auf vielen Ebenen geniessen wir in der Schweiz seit 2008 eine universitäre Ausbildung. An Forschungsthemen mangelt es nicht, und wir können heutzutage dank der Forschung zum Beispiel auch erklären, was beim Adjustieren im Körper geschieht.

Der Beruf muss eigenständig bleiben

Der Fortschritt birgt auch gewisse Gefahren, und so hoffen wir ganz fest, dass das bestehende Leitbild der Chiropraktik nicht aus den Augen verloren wird und der Beruf somit eigenständig bleiben kann – ein Beruf, mit ansteckender Freude und Leidenschaft ausgeübt werden kann.

Hoffentlich ansteckend auch deshalb, da es leider an Studierenden mangelt. Hier gilt es unser Engagement weiterzugeben. Seien wir zuversichtlich, dass alles unternommen wird, um dieses Problem, das ja das ganze Gesundheitssystem betrifft, zu lösen.

Beruf als Chance und Privileg

In der Zwischenzeit arbeiten wir weiter und hoffen, dass in Zukunft die Patienten nicht nur diagnostiziert, sondern auch chiropraktisch behandelt werden, also Hand angelegt wird. Wir haben nämlich die Chance und das Privileg, Patienten und Patientinnen zu berühren, warum auch nicht im übertragenen Sinne. ■

Nadia und Eric Faigaux Chiropraktorin und Chiropraktor, Zimmerwald

Herbstreise ins Toggenburg

Rainer Lüscher Einen unvergesslichen Tag voller Genuss, Gemeinschaft und Eindrücke erlebten die Mitglieder von Pro Chiropraktik Aargau West.

Mitte Oktober begab sich der Verein auf seine traditionelle Herbstreise. Am frühen Morgen starteten wir mit einem komfortablen Reisecar ab Zofingen und Aarau Rohr Richtung Osten. Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite: Goldene Herbstfarben säumten unseren Weg und sorgten für eine stimmungsvolle Kulisse.

Unser erster Halt führte uns nach Weesen am idyllischen Walensee. Im Hotel wurden wir herzlich empfangen und stärkten uns mit Kaffee und Gipfeli. Die entspannte Atmosphäre und der Blick auf den ruhigen See luden zum Verweilen und Geniessen ein. Dabei wurden erste Erinnerungsfotos gemacht. Nach dieser erholsamen Pause setzten wir unsere Reise fort. Die Route führte uns durch die malerische Bündner Herrschaft, vorbei an Buchs SG im Rheintal und weiter in Richtung Toggenburg. In Wildhaus erwartete uns ein köstliches Mittagessen in geselliger Runde. Die ausgelassene Stimmung zeigte, wie sehr alle die Vereinsgemeinschaft schätzen. Gestärkt und voller Tatendrang besichtigten wir das neue Klanghaus in Wildhaus.

Die moderne Architektur des neuen Klanghauses in Wildhaus und die spannenden Einblicke beeindruckten alle Teilnehmenden. Die Umgebung war ein weiteres Highlight: Mit Blick auf den Säntis und die Churfürsten präsentierte sich das Toggenburg von seiner schönsten Seite. Viele nutzten die Gelegenheit für schöne Aufnahmen, die sich bestens als Sujets für Postkar-



Die muntere Ausflugsgruppe.

(Bild: zvg)

ten eignen würden. Die Rückreise führte uns durch das herbstliche Toggenburg via Wattwil nach Lichtensteig. Ein besonderer Höhepunkt war der Besuch im Fabrikladen der Firma Kägi.

Wir blicken auf einen rundum gelungenen Tag zurück, der geprägt war von wunderbarem Wetter, eindrucksvollen Landschaften, kulinarischen Höhepunkten und bester Vereinsgesellschaft. Ein herzliches Dankeschön an alle, die zum Gelingen dieser Herbstreise beigetragen haben! Wir freuen uns schon auf das nächste gemeinsame Abenteuer. ■

Frohe
Weihnachten
&



ein glückliches
neues Jahr

Bilderrätsel – Finden Sie die zehn Unterschiede?



Die Lösung finden Sie auf der letzten Seite. (Bildbearbeitung: Luca Giustarini)

(Bild: AdobeStock)

DANKE! Das wars!

Die letzte Ausgabe von «Rücken & Gesundheit» und mein Abschied als Journalistin: 46 Berufsjahre sind in meinem Kopf verankert berührende, aufregende, lustige, mühsame, traurige, stressige und unvergessliche Momente. Zum Beispiel: die erzwungene Begegnung 1986 mit Saddam Hussein in Bagdad, der fröhliche Spaziergang mit Hans-Joachim Kulenkampff an Weihnachten, das Interview mit Edoardo Bennato beim Katerfrühstück nach einem Konzert und ein wunderbares Gespräch mit Heidi Abel. Aber am prägendsten waren meine Treffen mit Anny Klawa-Morf (1894–1993), einer aus Basel stammenden sozialistischen Frauenrechtlerin. Ihr habe ich stundenlang zugehört und dabei mehr aus der Weltgeschichte gelernt als in allen Schuljahren. Ich zitierte sie damals in der «Berner Zeitung»: «Am Mittag habe ich meistens im Ristorante Cooperativo in Zürich gegessen. Dort diskutierten oft auch Wladimir Iljitsch Lenin und Mussolini beim Pastaessen. Damals war Benito noch Sozialist, Faschist wurde er erst später.» Auf meine Frage, ob es damals schon klar gewesen sei, dass Lenin mal Weltgeschichte schreiben würde, lachte sie: «Nein, sicher nicht. Es gab damals viele kluge russische Studenten, Lenin war nicht gescheiter als die.»

Aber vor allem wichtig waren all die Begegnungen mit den Menschen, die weder prominent noch sonst sozial auffällig waren. Die ein normales Leben führten und aus verschiedenen Gründen ein Thema für die Zeitung wurden. Ein grosses Unglück, oder viel unverhofftes Glück, ein plötzlicher Erfolg oder ein zufälliges Ereignis führten dazu, dass sich die Presse für sie interessierte. Die Gespräche mit diesen Menschen dauerten oft lange und verlangten viel Geduld, aber die Zeit gab es damals. Im Gegensatz zur Prominenz gab es keine Worthülsen oder auswendig gelernten Stellungnahmen. Mit Glück und Einfühlungsvermögen gelang es gelegentlich, schöne Geschichten zu schreiben. Es waren immer persönliche Treffen und Begegnungen, keine Videocalls oder Mailinterviews. Maria Schell hat mir nach der Buchvernissage ihrer Biografie beim Interview erklärt, dass sie diese Situation liebe und hasse.



Auf glückliche Tage!

(Bild: AdobeStock)

Man müsse in einer Stunde Persönliches und Privates erzählen, für das man in Freundschaften oft Jahre benötige. Das sei schön und schlimm zugleich. Wie das richtige, echte Leben.

Ich wünsche Ihnen frohe Festtage und bedanke mich bei Ihnen für Ihre Treue zur Zeitschrift «Rücken & Gesundheit». Alles Gute! ■

Rosmarie Borle

RICHTIG LIEGEN UND SCHLAFEN

Professionelle Liegeberatung IG RLS

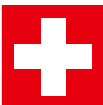
Ihre Liege- und Schlaftherapeuten
Telefon 044 821 90 89
www.ig-rls.ch

THERAPIE & TRAINING



med. Rücken-Center

Therapie und Training



Pro Chiropraktik Schweiz PCS

www.pro-chiropraktik.ch
www.pro-chiropatique.ch
www.pro-chiropatica.ch

Bitte richten Sie Ihre Anfrage oder Mitteilung schriftlich an uns. Pour toute demande ou message veuillez nous contacter par écrit. Vi chiediamo ad indicare vostra domanda o messaggio per iscritto.

Zentralpräsident

Rainer Friedrich Lüscher, Buchserstrasse 61,
5000 Aarau
praesident@pro-chiropraktik.ch

Zentralesekretariat

sekretariat@pro-chiropaktik.ch

Adressänderungen

Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss
mutationen@prochiropraktik.ch



Pro Chiropraktik Aargau West

aargau-west@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Rheinfelden: Reha-Klinik, Donnerstag, 17.45–18.45
Uhr, Susanne Cebulla, 061 641 31 31

Suhr: Tramstrasse 38, 5034 Suhr
(Kath. Kirche Heilig Geist)
Montag, 18.15–19.05 Uhr, Esther Kilchherr,
078 876 98 62
Schnupperlektionen jederzeit möglich.
Auskunft: Claudia Iberg, 062 825 10 88

Günstiger für Mitglieder

15% Mitgliederrabatt auf alle Artikel von EMPFI
med. AG, Fachgeschäft für Wohlfühl-, Entspannungs-
und Lagerungskissen: 5105 Auenstein,
062 777 32 57, www.empfi.ch



Pro Chiropraktik Aargau Ost

aargau-ost@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Die Chiro-Gymnastik in Brugg wird bis auf weiteres
nicht mehr durchgeführt.

Vergünstigung für Mitglieder

gutschlafen.ch AG bietet Ihnen individuelle Beratung
für den guten Schlaf und schenkt allen Pro-Chiro-
praktik-Mitgliedern ein Kopfkissen beim Kauf von
Matratze und Lattenrost. Weitere Informationen:
gutschlafen.ch AG, Bruggerstrasse 7, 5103 Wildegg.
info@gutschlafen.ch



Vereinigung Pro Chiropraktik – Region Basel

basel@pro-chiropraktik.ch
www.vereinprochiro.ch

Chiro-Gymnastik

Es werden keine Kurse angeboten, Kontakte für
Rückengymnastik von erfahrenen Leiterinnen sind:

Liestal und Lausen: Regula Diener,
aquaregula@bluewin.ch

Liestal und Basel: Sabine Iseli, siseli53@gmail.com

Basel: Nicole Wälchi, nicole.waelchli@gmx.ch

Basel: Romana Ramer, romana.ramer@gmail.com

Sekretariat: B.Mayr, vpc.sekretariat@gmail.com,
079.274.90.79



Pro Chiropraktik Bern

info@prochirobern.ch
www.chiropraktikbern.ch

Chiro-Gymnastik

Biel: Turnhalle Peuplier, Aegertenstrasse,
jeweils Dienstag, 20.00–21.00 Uhr
Leiterin: Gabriella Zurbriggen, 076 583 33 16
oder gabi@zurbriggen.tv
Probelektion und definitive Anmeldung bei
der Kursleiterin. PCB-Mitglieder bezahlen den
vergünstigten Tarif!

Vergünstigungen für unsere Mitglieder

Sie profitieren bei folgenden aufgeführten Anbietern
von Preisreduktionen. Über die aktuellen Angebote
für PCB-Mitglieder geben die Anbieter direkt oder
über www.chiropraktikbern.ch Auskunft.

Neu: Pilates Biel

Pilates Biel/Bienne gewährt PCB-Mitgliedern 10%
auf ein 10er-Abo «Pilates Matclass». Der Kurs
«Be balanced» richtet sich speziell an Menschen mit
Rücken- und anderen körperlichen Beschwerden.
www.pilates-biel.ch

Neu: Pilates Bern 2

PCB-Mitglieder trainieren mit 10% Rabatt auf das
gesamte Angebot von Pilates-Gruppen- und
Personal-Training. Probelektion 50% Rabatt. Ganzes
Angebot und Lektionen für Menschen mit Rücken-
und/oder Nackenschmerzen: www.pilates-bern.ch.
Telefonische Beratung: 078 864 88 04.

Rückenzentrum, Rodtmattstrasse 90, Bern

Infos unter Tel. 031 331 44 88 oder
www.rueckenzentrum.ch

Jazzercise Center Thun

Strength Training – Montag und Donnerstag:
18.45 Uhr

Unser Ganzkörper-Krafttraining (45 Minuten oder
60 Minuten) strafft und stärkt unsere Muskulatur
mit Squats, Curls, Liegestützen, Planks und vielen
weiteren Bewegungsabläufen. Die Übungen werden
mit Kurzhanteln, Therabändern oder mit dem
eigenen Körpergewicht ausgeführt. Die einzelnen
Einheiten sind zu Musik choreographiert und
sorgen dafür, dass wir mit Spass und Freude in
Bewegung bleiben. Unser Angebot:

- 2 Probetrainings
- CHF 20.00 Ermässigung auf das erste
10er-Abonnement (Preis: CHF 230.00)

Jazzercise Center Thun, Seestrasse 14, 3600 Thun,
033 336 67 02, jazzercise-thun@hispeed.ch,
www.jazzercise.ch



Pro Chiropatique Genève

geneve@pro-chiropatique.ch
www.pro-chiropatique.ch



Pro Chiropraktik Graubünden und St. Galler Oberland

graubuenden@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Ilanz: Fitnesscenter VitaFit, Info: 081 925 23 43.
Ermässigung für Vereinsmitglieder!



Pro Chiro Fribourg

fribourg@pro-chiropatique.ch
www.prochirofribourg.ch

Chirogym

Vous trouverez le programme détaillé et les
personnes à contacter pour la chirogym sous:
www.prochirofribourg.ch

Das detaillierte Programm und die Ansprech-
personen für die Lektionen Chirogym finden Sie
unter: www.prochirofribourg.ch



Pro Chiropraktik Luzern

luzern@pro-chiropraktik.ch
www.pro-chiropraktik-luzern.ch

Kurslokal PANGAS, Horwerstrasse 62 in Kriens

RückenGym: MO 16 Uhr + 17 Uhr/
DI 19 Uhr/MI 19 Uhr / DO 18 Uhr/
DO 8.45 Uhr + 9.45 Uhr (für Männer)
Pilates MO 18 Uhr +19 Uhr/DI 18 Uhr/MI 18 Uhr/
DO 19 Uhr/FR 9 Uhr

Wäsmeli Treff, Luzern RückenGym DI 8.30 Uhr +
9.30 Uhr

St. Karl, Luzern, RückenGym MI 8.30 Uhr/
17 Uhr + 18 Uhr/DO 8 Uhr + 9 Uhr

Fitplus, Willisau, RückenGym MI 13.30 Uhr/
17.30 Uhr

Der Maihof, Luzern, Pilates DI 9 Uhr + 10 Uhr

Wäsmeli Treff, Luzern, Pilates MI 18 Uhr + 19 Uhr*
*für Schwangere

Hallenbad Rodtegg, Luzern, AquaGym
MO 19 Uhr + 19.45 Uhr + 20.30 Uhr

Hallenbad Schmiedhof, Ebikon, AquaGym
MI 15.15 Uhr

Hallenbad Luzern, AquaGym MI 11.30 Uhr + DO 9 Uhr + 9.45 Uhr

Hallenbad Mooshüsli, Emmen, AquaGym
FR 8.45 Uhr + 9.35 Uhr

NEU! Line Dance für Anfänger DI 20.05 Uhr

Tu dir Gutes, melde Dich gleich für eine Schnupperstunde an. Wir freuen uns auf Dich!

Info und Anmeldung:

E. Imfeld, T 041 320 31 00

luzern@pro-chiropraktik.ch

www.pro-chiropraktik-luzern.ch



Pro Chiropratique Neuchâtel-Jura

neuchatel-jura@pro-chiropratique.ch

www.pro-chiropratique.ch

Cours de chiro-gymnastique

Cortailod: Cort'Agora, Ch. des Draizes,

lundi 18h00 à 19h00 et jeudi 17h00 à 18h00

Renseignements: Anne Chapuis, 076 398 12 55

Monruz, Neuchâtel: Fitness Maréchal,

Champréveyres 3, mardi 17h15 à 18h15

Renseignements: 032 724 38 53

La Chaux-de-Fonds: Collège des Gentianes,

Ormes 3, mardi 17h00 à 18h00

Renseignements: Patricia Hänni, 078 657 52 77.



Oberwalliser Vereinigung

Pro Chiropraktik

oberwallis@pro-chiropraktik.ch

Chiro Nordic Walking und Aqua Fit

Neu werden im Oberwallis Chiro-Nordic-Walking- und Chiro-Aqua-Fit-Kurse angeboten. Mitglieder des Oberwalliser Vereins Pro Chiropraktik profitieren von vergünstigten Kurskosten. Die Kurse werden von einem diplomierten Instruktor geleitet. Informationen: 027 923 22 03.



Schaffhauser Vereinigung

Pro Chiropraktik

schaffhausen@pro-chiropraktik.ch

www.prochiro-sh.ch

Chiro-Gymnastik

Chirogymnastik Montag, 19.00 Uhr St. Peter, Kirchengemeindsaal

Dieser Kurs ist vorläufig sistiert; wir suchen dringend eine neue Turnleiterin.

Montag, 18.30 Uhr, Turnhalle Emmersberg,

Schaffhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Dienstag, 10.00 Uhr, Ballettsaal, Rheinstrasse 23

(neben der Schulzahnklinik), Schaffhausen,

Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Mittwoch, 14.00 Uhr, Bewegungsraum Cardinal,

Schaffhausen, Ingrid Karsai, 052 533 18 35

Donnerstag, 18.30 Uhr, Turnhalle Gemeindegewiesen, Neuhausen, Heidi Scherer-Zubler, 052 624 71 02

Schnupperlektionen sind jederzeit möglich. Unsere Chiropraktoren empfehlen die Chiro-Gymnastik-Kurse und geben Ihnen gerne Auskunft.



Solothurner Vereinigung

Pro Chiropraktik

solothurn@pro-chiropraktik.ch

Chiro-Gymnastik

Bettlach, Gymnastiksaal Werkhof

Donnerstag, 8.45–9.35 Uhr; Donnerstag, 10.00–10.50 Uhr; Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

Grenchen, Turnhalle Kastels

Donnerstag, 18.00–18.50 Uhr; Donnerstag, 19.00–19.50 Uhr; Info: Ursula Bigler, 032 645 12 54

Solothurn, Turnhalle Fegetz

Montag, 19.30–20.20 Uhr;

Info: Daniela Kruppenacher, 076 724 82 29



Pro Chiropraktik-Verein SG/AR/AI

stgallen-appenzell@pro-chiropraktik.ch

Chirofit, Pilates und Faszientraining

Chirofit und Pilates machen beweglich und stark, geben Vertrauen und Sicherheit zurück. Persönlich individuell und professionell trainieren Sie Haltung, Kraft und Form.

Neu: Faszientraining und Bellicon-Trampolin

10% Ermässigung für Mitglieder des Pro Chiropraktik-Vereins.

Beratung und Auskunft: Eveline Kessler, Schreinerstrasse 7, 9000 St. Gallen, 078 671 90 40, www.fit.ch



Pro Chiropratica Ticino

ticino@pro-chiropratica.ch

www.pro-chiropratica.ch

Chiro-Gym Corsi in Ticino

Corsi di ginnastica Ticino sopraceneri: Palestra Centro Anapura a Tenero, ogni mercoledì dalle ore 16.30 alle ore 17.30. Monitore: sig. Rosa Ramelli 079 772 56 76, rosaramelli@hotmail.com.



Association vaudoise

Pro Chiropratique

vaud@pro-chiropratique.ch

www.pro-chiropratique.ch

Chiro-gymnastique

Les cours de gymnastique du dos sont donnés par des physiothérapeutes ou monitrices professionnelles reconnues par Qualitop.

Cours n° 1: Lundi 18h15, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

Cours n° 2: Lundi 19h, Collège de Béthusy, av. de Béthusy 7, Lausanne.

Cours n° 3: Jeudi 18h15, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

Cours n° 4: Jeudi 19h, Ecole primaire de Montriond, av. Dapples 58, Lausanne.

Cours n° 5: Mercredi 18h30, rue des Prés-du-Lac 30 B, salle Saolim, 1400 Yverdon.

Chaque séance dure ¾ d'heure, une fois par semaine. Pour tous renseignements, s'adresser à: Association vaudoise Pro Chiropratique, pl. du tunnel 13, 1005 Lausanne, tél. 021 323 44 08 ou fax 021 323 44 09. Dr Lawrence Cornelius, président, tél. 021 801 71 35.



Pro Chiropraktik Zug

zug@pro-chiropraktik.ch

www.chirozug.ch

Der Stundenplan der Turnlektionen ist auf www.chirozug.ch aufgeschaltet.



Zürcher Verein Pro Chiropraktik

zuerich@pro-chiropraktik.ch

www.zvpc.ch

Mitgliederbeiträge

Einzelmitglied: CHF 25.–, Ehepaare: CHF 50.–
Inbegriffen: 4 Hefte Rücken&Gesundheit und GV-Nachtesen

Merci für Ihre Treue!



Bilderrätsel – Auflösung



PRO CHIROPRAKTIK SCHWEIZ

Ich bin schon Mitglied, gebe aber den Talon gerne an Bekannte weiter.

- Ich werde Mitglied in einer der 18 Sektionen in der Schweiz. Beitragsgebühr je nach Kanton CHF 20.- bis 40.- im Jahr.
- Gerne unterstütze ich die Forschung für die Ausbildung der Chiropraktoren und leiste den Gönnerbeitrag in der Höhe von CHF an die Stiftung für die Ausbildung der Chiropraktoren, Sulgenauweg 38 in 3007 Bern, PC 60-325771-8.

Name, Vorname

Adresse

E-Mail

Unterschrift

Talon einsenden an Beat Uhlmann, Kappelenstrasse 43, 3250 Lyss