



TREFFPUNKT GESUNDHEIT

Schulter und Nacken: Schmerzfrei durchstarten

Schulter- und Nackenbeschwerden können viele Ursachen haben – sei es ein Sturz, langes Sitzen, ungünstige Haltung oder Stress. Diese Beschwerden beeinträchtigen nicht nur den Alltag, sondern können auch zu langanhaltenden Schmerzen führen. Fachpersonen erklären die Ursachen und zeigen Ihnen, wie Sie aktiv gegen die Beschwerden vorgehen können – mit gezielten Übungen bis hin zu operativen Möglichkeiten, falls nötig.



Übersetzung
in Gebärdensprache

Donnerstag, 19. Februar 2026, 19.00 Uhr
Meetingpoint, Herrenacker 15, Schaffhausen

Eintritt frei, anschliessend Apéro mit Möglichkeit zum Gespräch

Weitere Informationen & Anmeldung:
www.spitaeler-sh.ch/schulter
oder per Telefon 052 634 34 34

