



SELBSTHILFE GRUPPE  
**„SCHMERZ – FREIE – BEWEGUNG“**

ANTIESENHOFEN

---

Für Menschen mit  
**Bewegungseinschränkungen**  
im Bereich des Skeletts oder der Muskulatur sowie  
nach Operationen (z.B. künstliches Gelenk) ist

**systematische Bewegung**

die wichtigste Grundlage für eine körperliche  
Mobilität.

Wir laden Sie ein  
in unserer Selbsthilfegruppe

**„SCHMERZ – FREIE – BEWEGUNG“**

bei der Gymnastik mit therapeutischer Anleitung aktiv  
mitzumachen.

Kontaktaufnahme: Huber Danuta – Tel.:07759 5137

---

Die Selbsthilfegruppe ist Mitglied der  
**S e l b s t h i l f e O Ö** –  
Dachverband der Selbsthilfegruppen

[www.selbsthilfe-ooe.at](http://www.selbsthilfe-ooe.at)

