



ARTROSESKOLE

AktivA er et tilbud til deg med artrose i hofta eller kne.

Hensikten med kurset er å gi deltagerne informasjon og trening, etter de siste internasjonale retningslinjer for behandling av hofta og kneartrose i samarbeid med Oslo Universitetssykehus, Ortopedisk avdeling.

Vi starter nytt kurs:

Ons. 14.september 2016, kl. 17.00 – 20.00 (undervisning)

Trening: Man. 09.00/15.00 og Tor. 09.00/16.00 (start 19.09.16)

Innhold:

Artroseskolen inkluderer undervisning (3-timer) og veiledet trening hos Drammen fysioterapi / Activ helse i gruppe, 2 ganger i uken. Det blir ukentlig oppfølging av fysioterapeut med spesial kompetanse (AktivA). Deltager svarer på spørreskjema og gjennomfører individuelle funksjonstester før og etter avsluttet artroseskole. Vi er en AktivA klinikk, som betyr at vi følger de siste internasjonale retningslinjer for behandling av artrose. For mer informasjon se www.aktivmedartrose.no

Påmelding, varighet og pris:

Deltagerne må ha henvisning fra lege / manuellterapeut / kiropraktor. Varighet 12 uker og koster totalt kr. 1290,- inkludert foredrag, testing, veiledet trening og oppfølging av fysioterapeut med spesial kompetanse. Medlemmer av Activ helse treningssenter betaler kr.650,-

Påmelding på liste i resepsjonen Activ helse, eller hos AktivA fysioterapeut MSc **Tor Arne Kalstad** SMS 93210910 eller torarne@drammenfysioterapi.no

Sted: Drammen fysioterapi / Activ helse, Vårveien 25, 3024 Drammen

