

GLA:D[®] ARTHROSE



Was ist das GLA:D[®] SCHWEIZ ARTHROSE Programm?

GLA:D[®] besteht aus den drei Bereichen «Beratung und Instruktion», «Übungen» und «Qualitätskontrolle mittels Datenerhebung». Ziel von GLA:D[®] ist, Menschen mit Knie- und/oder Hüftarthrose eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Wie läuft GLA:D[®] ab?

Die Patientinnen und Patienten durchlaufen folgendes Programm:

- **3 Einzelsitzungen** mit Eintrittsuntersuchung, Tests und praktischer Einführung in die Übungen
- **2 Gruppensitzungen** mit Beratung und Instruktion
- **12 Gruppensitzungen** mit neuromuskulärem Übungsprogramm
- **1 Einzelsitzung** mit Austrittsuntersuchung, inkl. Bericht an den zuweisenden Arzt

Kursdaten 2025

Kurs 1: 18. Februar bis 3. April

Kurs 2: 20. Mai bis 8. Juli

Kurs 3: 23. September - 6. November

Zeit

Dienstag und Donnerstag von 13:00 bis 14:00

Kosten

Das Programm wird bei ärztlicher Verordnung von der Krankenkasse bezahlt

Kursleitung

Dipl. Physiotherapeut:innen mit der Zertifizierung GLA:D[®] Arthrose

Anmeldung

Sekretariat Physio Plus

info@physioplus-dielsdorf.ch oder Telefon 044 854 64 66

