

"GLA:D"

*Good Life with
osteoArthritis
in Denmark*



Problematiche al ginocchio e anca?! Artrosi?!

Le nuove linee guide fisioterapiche rispondono con la parola **GLA:D!**
In Danimarca é stato introdotto dal 2013 con risultati sorprendenti e dal 2019 viene presentato anche in Svizzera da fisioterapisti appositamente formati.

- Per chi:** programma riabilitativo rivolto a persone che soffrono di artrosi a ginocchia e/o anche di qualsiasi età
- Prevede:** 3 sedute individuali, seguite da 2 sedute di gruppo di consulenza e istruzione e 12 di allenamento in palestra nell'arco di sei settimane. Al termine 1 seduta di rivalutazione
- Date:** inizio da stabilire con i/le partecipanti
- Relatrici:** Aline De Bolla, fisioterapista Bsc PT
Dragana Stojceva, fisioterapista Bsc PT
- Luogo:** Fisioterapia Erni
Via Sergio Mordasini 7
6500 Bellinzona
- Costo:** riconosciuto dall'assicurazione malattia se in possesso di 2 prescrizioni da 9 con indicazione "programma GLA:D"
- Iscrizione:** fisio.erni@bluewin.ch oppure allo 091/826.45.65
max 6 partecipanti