



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:

Tor. 21. september 2017, kl. 17.00 – 20.00 (undervisning)

**Trening: Mandager 16.00 – 17.00 og Torsdager. 15.00 – 16.00
(start 25.09.17)**

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.

Det betales en egenandel i henhold til henvisning frem til kr. 1990,- som utløser frikort.

Kostnader: Teori kurset kr. 300,- og et engangsbeløp til treningssenteret for bruk av utstyr og fasiliteter på kr. 600,- som ikke registreres på frikortet. Betalingen inkluderer foredrag, testing, veiledet trening 2 ganger i uken i 10 uker og oppfølging av fysioterapeut med spesial kompetanse.

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

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