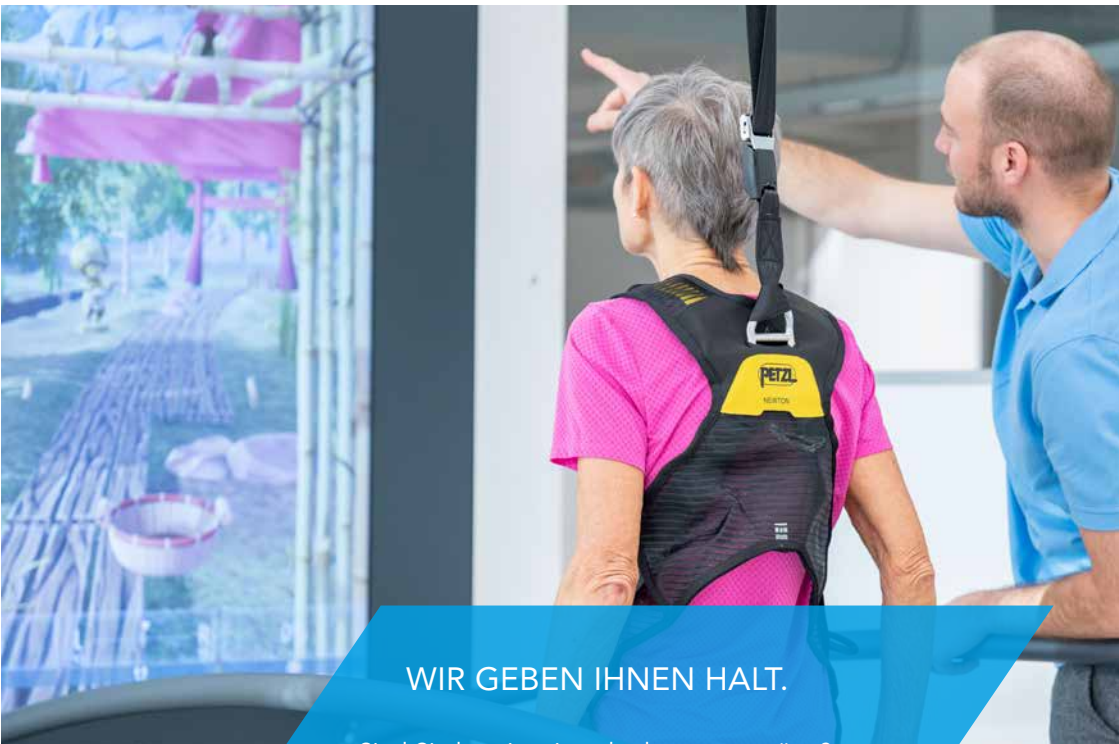


STURZPRÄVENTION



WIR GEBEN IHNEN HALT.

Sind Sie bereits einmal schwerer gestürzt?
Konnten Sie einen Sturz nur beinahe vermeiden?
Fühlen Sie sich generell unsicher, in einem hektischen Umfeld zu gehen?



Laut dem Bundesamt für Statistik (BfS, 2016) stürzten 14,9% der über 65-Jährigen mindestens einmal im Jahr. Stürze können zu Verletzungen und langfristigen Einschränkungen der Lebensqualität führen.

Um Stürze zu verhindern hat VAMED ein Programm zur Sturzprävention entwickelt. Das Präventionsprogramm dauert 3 Monate und setzt sich aus verschiedenen Therapieinhalten zusammen:
Zu Beginn werden im Gespräch und durch spezifische Testmessungen Ihre Problematiken erfasst, anhand deren die Trainingsziele gemeinsam formuliert und das Trainingsprogramm angepasst wird.

Das Trainingsprogramm beinhaltet verschiedene Therapieformen:

- Einzel- und Gruppentherapie
- Robotik Therapie
- Laufgruppe
- Edukative Elemente (Ernährung, Risikofaktoren, Postfallsyndrom)

Zum Abschluss des Programms überprüfen wir Ihren Trainingserfolg und geben Ihnen Empfehlungen für das weiterführende Training ab. Denn die Gewährleistung des langfristigen Erfolgs ist uns wichtig!

Kontaktieren Sie uns – wir sind für Sie da

VAMED Rehasentrum Zürich Flughafen

The Circle 69, 8058 Zürich

Telefon +41 58 206 08 42

info@vamed-rehasentrum.ch



Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Webseite.