

## **FYSIOTERAPIAN RYHMÄT, syksy 2022**

### **Tasapainoryhmä I (kävelyn apuvälineellä liikkuvat)**

Tarkoitettu henkilöille, joilla on tasapainovaikeuksia. Esim. kohonnut kaatumisriski tai neurologinen sairaus (MS-tauti, Parkinsonin tauti, aivohalvaus). Alkaa tiistaina 4.10. klo 12.

### **Tasapainoryhmä II (ilman apuvälinettä liikkuvat)**

Alkaa tiistaina 4.10. klo 10.

### **Tekonivel-ryhmä**

Ryhmä on tarkoitettu lonkan ja polven tekonivelleikatuille, kun leikkauksesta on kulunut yli 3 kk, mutta alle vuosi. Alkaa keskiviikkona 5.10. klo 13.

### **Nivelrikkoryhmä**

Tarkoitettu henkilöille, joilla on diagnosoitu lonkan tai polven nivelrikko. Alkaa torstaina 6.10. klo 13.

### **Selkä-/ niskahartiaryhmä**

Tarkoitettu henkilöille, joilla on selkä ja niska-hartiavaivoja. Alkaa keskiviikkona 5.10. klo 14.15.

Ryhmät kokoontuvat 10 kertaa.

Ryhmän hinta: 3,5€/kerta.

Ryhmäkerran kesto n. 45 min. Mukaan sisäliikuntavarusteet.

Ilmoittautumiset ma 30.9. mennessä: soittamalla (ark. klo 11-11.30), tekstiviestillä p. 050 305 8476 tai sähköpostilla:  
fysioterapia@sakyla.fi

**HUOM! Mikäli teillä on lieviäkin hengitystieoireita, älä tule!**