



STATIONÄRE
UND AMBULANTE
PROGRAMME ZUR
STURZPRÄVENTION

BREISGAU-KLINIK BAD KROZINGEN



BREISGAU-KLINIK

*Rehabilitations- und AHB-Klinik
für Orthopädie und Rheumatologie
Innere Medizin / Gastroenterologie
und fachspezifische Onkologie
Ambulantes Therapiezentrum*

*Herbert-Hellmann-Allee 37
79189 Bad Krozingen
Telefon: 0049 76 33 / 401 - 0
Telefax: 0049 76 33 / 401 - 554
www.breisgau-klinik.de*

09|11 Fotos: Breisgau-Klinik/forolia

**SIND SIE
UNSICHER
BEIM
GEHEN?**



STATIONÄRES PROGRAMM ZUR STURZPRÄVENTION

Statistische Untersuchungen zeigen, dass 30% der über 65-jährigen mindestens einmal im Jahr stürzen. Hier hilft ein **intensives, präventives Training im Rahmen eines stationären Aufenthaltes in der Breisgau-Klinik.**

Nutzen Sie unsere langjährige medizinische Kompetenz und vermindern Ihr Sturzrisiko in einem freundlichen Umfeld.



Ansprechpartnerin ist für Sie Frau **Ute Hofmann**, unsere Mitarbeiterin in der Belegung. Sie erreichen Frau Hofmann Montag bis Freitag von 08:00 bis 16:00 Uhr telefonisch unter 076 33 / 401 - 600.

Leistungen:

- Unterkunft, im EZ mit Vollpension
- Ärztliche/pflegerische Betreuung
- 3 x Einzelgymnastik / Woche
- 2 x Isokinetisches Krafttraining / Woche
- 3 x Medizinische Trainingstherapie/Woche
- 3 x Gruppengymnastik oder Nordic Walking
- 3 x Wassergymnastik im eigenen Bewegungsbad (31° Wassertemperatur)
- 2 x Fango oder medizinische Bäder
- Vortrag Osteoporose u. Sturzprävention
- Teilnahme am Ergometertraining
- Schwimmen und Sauna im Hause (am Abend)
- pro Woche 1 Eintrittskarte Thermalbad
- Freizeitprogramm
- Kunstgestaltungsabende

14 Tage: 1.390,- € pro Person

21 Tage: 1.890,- € pro Person

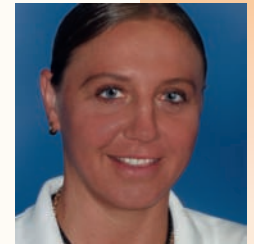


AMBULANTES PROGRAMM ZUR STURZPRÄVENTION

Ein Training zur Reduzierung des Sturzrisikos ist auch ambulant möglich. In einer einführenden und abschließenden Einzeltherapie wird das individuelle Sturzrisiko mit verschiedenen Tests erfasst bzw. ausgewertet, um Fortschritte erkennen zu können. In 8 Gruppenstunden werden wichtige Übungen zur Verbesserung der Kraft, des Gleichgewichtes (Balance), der Reaktionsfähigkeit sowie der Ausdauer einstudiert. Das Training findet in der Gymnastikhalle und im Gehparcours im Park der Breisgau-Klinik statt.

Unsere Expertin für Sturzprävention:

Frau Rusch ist ausgebildete Physiotherapeutin und hat im Rahmen ihres Bachelor Studiums eine Hausarbeit über das Thema Sturzprävention verfasst. Für Fragen erreichen Sie Frau Rusch unter 076 33 / 401 - 650.



Leistungen:

- 10 Trainingseinheiten:
 - 2 Einzeltherapien à 30 Minuten
 - 8 Gruppentherapien à 60 Minuten (Gruppengröße bis 8 Teilnehmer)
- Prüfung des Sturzrisikos

89,- € pro Person

