

Tekonivelvalmennus

Tekonivelvalmennukseen tulee osallistua ennen tekonivelleikkausta. Varaa aika valmennukseen etukäteen. Huomioi, että osallistujamäärä on rajallinen.

Jos sinulle ei varattu valmennusaikaa poliklinikkakäynnin yhteydessä, varaa aika valmennukseen soittamalla numeroon 014 269 1427 arkisin klo 9-11 ja 12-14 Esteen tullessa muista perua osallistumisesi puhelimitse. Käyttämättä ja peruuttamatta jääneestä ajasta joudumme perimään erikseen määrätyn maksun.

Aika: Keskiviikkoisin, parillisilla viikoilla lonkkaryhmä klo 14:00-15:30 ja polviryhmä klo 15:30-17:00. Parittomilla viikoilla polviryhmä klo 14:00-15:30 ja lonkkaryhmä klo 15:30-17:00

Paikka: Keski-Suomen Sairaala Nova, 1 kerros. Opasteet NOVA 1 ovelta.

Ota mukaan valmennukseen tukihenkilösi ja kyynärsauvat tai rollaattori. Osallistuthan tekonivelvalmennukseen vain täysin terveenä. TERVETULOA!

Tekonivelvalmennus: Keskiiviikkona _____ Klo _____

