



GLA:D

(Godt Liv med Artrose (slidgigt) i Danmark)



Vores fire engagerede instruktører glæder sig til at byde dig velkommen

Nina Foldberg

Dan Jakobsen

Mette Pedersen

James Taylor



Web: www.nryg.dk

E-mail: mail@nryg.dk

Telefon: 5573 8844

GLA:D og GLA:D+ er for patienter med:

- Slidgigt i hofte og/eller knæ.

Når GLA:D deltagere efter endt forløb evaluerer, fortæller de om:

- Færre smerter
- Mere livskvalitet
- Mere bevægelighed.

85% af deltagerne opnår gode resultater. Derfor er **GLA:D** et landsdækkende tilbud, til alle patienter med slidgigt i hofte og/eller knæ.

Næstved Rygcenter tilbyder GLA:D og GLA:D+ forløb. Ved GLA:D+ får du lidt mere med i forløbet.**GLA:D** (hverdage mellem kl. 08:00 og kl. 16:00) indeholder følgende:

- Forundersøgelse med diverse test
- Grundig gennemgang af dine udfordringer
- 2 gange undervisning om at leve med slidgigt
- 12 holdtræninger (2 x om ugen i seks uger)
- 3 måneders opfølgning og retest.

GLA:D+ (før kl. 08:00 og efter kl. 16:00) tilbyder desuden:

- Kropsanalyse med efterfølgende gennemgang
- Adgang til vores træningsmiljø i tre måneder.

Vi tilbyder patienten:

- Max 6-8 deltagere
- Top motiverende **GLA:D** instruktører, som er aut. fysioterapeuter og osteopati studerende.

Pris og nærmere information:**GLA:D med henvisning fra lægen:**

- Ca. 2.030 kr. pr deltager.

GLA:D+ uden henvisning fra lægen:

- 3.300 kr. pr deltager.

Hvis du er medlem af Sygeforsikringen Danmark, er der mulighed for tilskud både til **GLA:D** og **GLA:D+**.

Vil du vide mere – kontakt os:

- www.nryg.dk – fysioterapi – hold/træning – GLA:D eller telefon 5573 8844.

Afholdelsessted:

- Eskadronsvej 4, 4700 Næstved
- Købmagergade 4, 4700 Næstved

Hvem er Næstved Rygcenter:

Det er visionen hos Næstved Rygcenter at hjælpe mennesker til et bedre liv uden smerter. Det gør vi ved at samle ekspertisen inden for osteopati, fysioterapi, massage og træning.

Som patient vil du opleve, at vi tager dit forløb gennem Næstved Rygcenter meget seriøst. Vi har 18 dygtige behandlere, som er lokaliseret på to afdelinger i Næstved og en i Glumsø.

Hvor finder du Næstved Rygcenter:

- Eskadronsvej 4, 4700 Næstved
- Købmagergade 4, 4700 Næstved
- Storegade 10, 4171 Glumsø.

Web: www.nryg.dk – E-mail: mail@nryg.dk – Telefon: 5573 8844

Telefontider: Mandag til torsdag: 08:00-11:00 + 12:00-16:00
Fredag: 08:00-11:00 + 12:00-14:00.