

Neu im Angebot!

Start: 12.2.2024

  
medfit

Zentrum für Physiotherapie  
und Komplementärmedizin

# GLA:D Schweiz Arthrose Programm



## Was ist GLA:D?

GLA:D ist die Abkürzung für Good Life with osteoArthritis in Denmark und wurde 2019 in der Schweiz erfolgreich eingeführt.

Das Ziel von GLA:D ist es, den Menschen mit Knie und Hüft-Arthrose eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Weitere Informationen auf  
[www.gladschweiz.ch](http://www.gladschweiz.ch)

## Wie geht das?

Es ist ein Gesamtkonzept und wird von dafür zertifizierten und geschulten Physiotherapeut:innen durchgeführt. Ein standardisiertes, evidenzbasiertes und alltagsnahes Edukations- und Übungsprogramm wird eingesetzt mit individuellen Dosierungs- und Steigerungsmöglichkeiten.

Das Training findet in Kleingruppen statt und das GLA:D Gruppentraining dauert 6 Wochen.

Das Programm wird bei ärztlicher Verordnung von der Krankenkasse bezahlt.

Müller-Friedberg-Strasse 6 • 9000 St.Gallen  
Auerstrasse 9 • 9435 Heerbrugg

Tel. 071 450 03 03 • [info@medfit.ch](mailto:info@medfit.ch) • [www.medfit.ch](http://www.medfit.ch)