

Schwarzes Brett

Scannen Sie den QR-Code, registrieren Sie sich kostenlos und greifen Sie auf über 21 Übungsprogramme zu.



Abb.: vivat/fotolia.com

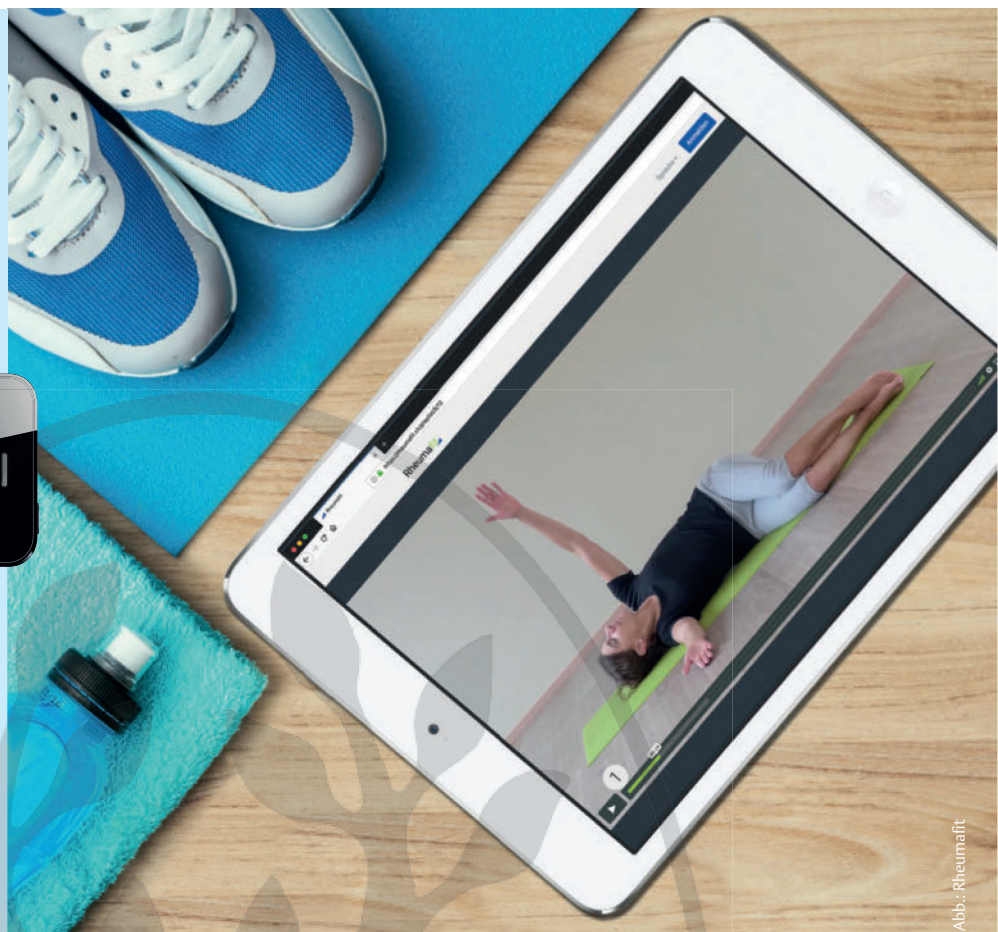


Abb.: Rheumafit

21 Übungsprogramme gegen Morbus Bechterew

Übungsvideoplattform „Rheumafit“ → Bewegung ist bei Morbus Bechterew das A und O. Doch nicht immer können Patienten aus zeitlichen und geografischen Gründen an entsprechenden Therapiekursen teilnehmen. Abhilfe schafft die Online-Plattform „Rheumafit“. Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew (SVMB) hat das einmalige Angebot zusammen mit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) Ende 2018 ins Leben gerufen. Die Übungsprogramme richten sich speziell an Menschen mit Morbus Bechterew und anderen rheumatischen Erkrankungen.

Interessierte Nutzer registrieren sich kostenlos auf www.rheumafit.ch. Mittels eines kurzen Fragebogens stellt die Plattform das passende Programm für jeden Patienten zusammen. Insgesamt stehen dabei mehr als 21 Übungsprogramme und zahlreiche einzelne Videos zu Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination zur Verfügung. Die zusammengestellten Programme sind zwischen sechs und 32 Minuten lang und werden von speziell geschulten Physiotherapeuten vorgemacht. Bislang nutzen rund 1.100 Personen das digitale Angebot. *boi*

 **Gewinnen**

Praxishandbuch funktionelles Training II

Weitere zahlreiche Übungen bietet das Buch „Praxishandbuch funktionelles Training II“. Wer eines von zwei Exemplaren gewinnen möchte, klickt bis 19.11.2019 unter www.thieme.de/physiopraxis > „Gewinnspiel“ auf das Stichwort „funktionelles Training“. Viel Glück!

