Heilsan

Fysioterapeut toymið

Heilsuhúsið telefon: 302000

Við avboð ring:

Jákup Petur 793145

Bára 793139

Heilsu- og
umsorganartænastan

Open Gym

Virkin og vakin – alt lívið

Um venjingarnar:

Open Gym er til tín, sum er eldri enn 67 ár, og vil gerast kropsliga betur fyri.

Endamálið er at menna, halda við líka ella endurvinna mest møguliga rørslu og virkni, og harvið stuðla undir kjarnuuppgávuni hjá Heilsu – og umsorgarnartænastuni, sum er at eggja borgaran soleiðis, at hann gerst virkin og vakin alt lívið.

Starvsfólk frá fysioterapeuttoyminum standa fyri venjingunum, so at øll kunnu føla seg trygg og koma gott í gongd við at venja. Aftaná at borgarin er upplærdur, er ætlanin at hann kann halda fram sjálvur, tó við uppfylgjan av toyminum.

Í venjingarmiðstøðini er møguleiki fyri at venja við alskyns útgerð, og tí er møguligt at leggja dent á bæði styrki og konditónsvenjing, v.m.

Kostnaður:

Kostnaðurin er 199 kr um mánaðin. Eitt eingangs stovningargjald á 99 kr verður lagt afturat fyrsta gjaldinum. Hetta er fyri armbandið sum gevur atgongd til at venja í sentrinum, tá tað er opið, umframt at læsa skápið í skiftirúminum.

Um tú vil steðga haldinum, skalt tú siga frá innan tann 15. í mánaðanum fyri. Tvs. um tú vilt steðga frá 1.desembur, skalt tú siga frá innan 15. november.

Venjingin fer fram í venjingarmiðstøðini Burn, sum er gamli Handilskjarnin.

Fysioterapeutar frá Heilsu og umsorgarnartænastuni eru í venjingarmiðstøðini:

Týsdag frá kl. 9-11.30

Hósdag frá kl. 9-11.30