

Beboertræning for Plejehjemmet Egely

Beboertræningen foregår som følgende:



Fredage 10.30-11.15 - Stolegymnastik i Atriumgården

Stolegymnastik – 45 min. træning en gang om ugen, som foregår [https://plejehjemsoversigten.dk/da/Hovedstaden/BALLERUP-KOMMUNE/Plejecenter-Kirstinehavensiddende i stol/kørestol](https://plejehjemsoversigten.dk/da/Hovedstaden/BALLERUP-KOMMUNE/Plejecenter-Kirstinehavensiddende%20i%20stol/k%C3%B8restol). Der er fokus på at træne hele kroppen. Vi træner bevægelighed, muskelstyrke og kredsløbet. Der bruges småredskaber og musik i træningen.

Derudover er der mulighed for individuel træning om fredagen

Med venlig hilsen

Fysioterapeut Kristina (20747388)