



Eläkeliiton Järvenpään yhdistys ry

NaistenKlubi JÄRJESTÄÄ:

Fysioterapeutti Tea Geitel - Tellu - tulee meille vieraaksi tiistaina 13.2.24 klo 14.00 - NaistenKlubin kokoontumiseen Bar & Nightclub Omegaan, Mannilantie 43

Tellu on tanssiva fysioterapeutti. Hän kertoo meille tasapainon saloista, lihasten ja liikkumisen merkityksestä mielenterveyteen, aivoterveysteen ja aineenvaihduntaan sekä teettää meillä monipuolisia neurologisia harjoitteita aivosolujen iloksi.

Tellu on vahva osaaja erilaisissa selkävaivoissa. Selän toimintahäiriöt ovat yleisiä ja vaativat laaja-alaista osaamista ja ymmärrystä niin anatomiasta kuin neurodynamikastakin. Haastavienkin selkäleikkausten jälkeiset kuntoutukset ovat hänen osaamisensa ydintä.

Tellun toinen vahvuusalue on erilaiset reumaattiset sairaudet. Hänen oma keskivaikea selkärankareuma yhdistettynä tanssivaan uraan on ollut haaste. Selkärankareumassa lääkeshoidon lisäksi arjessa liikkuminen ja liikunta on tärkeää. On myös tärkeää vaihdella liikuntamuotoja ja kuormittavuutta sairauden eri vaiheiden mukaan.

ILMOITTAUDU MUKAAN ke 7.2.24 MENNESSÄ, ja tule paikalle!
Mervi puh 044 3511222 tai s-posti mervielakeliitto@gmail.com



Mannilantie 43, 04400 Järvenpää

