Mobilitätstraining aus der Sicht der Teilnehmenden

Autor(en): **Röhl, Wolfgang**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2007-2008)**

Heft 99

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-789856

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Mobilitätstraining aus der Sicht der Teilnehmenden

aufgenommen von Wolfgang Röhl

Frau X., Jg 1934
Für mich ist es wichtig, dass durch das regelmässige Training meine Muskeln gestärkt werden. Dank dem Training habe ich Kraft bekommen. Das Training hat mir geholfen, **selbständiger** zu werden. Ich begrüsse das Programm und bin sehr froh, dass es ein solches gibt. Dadurch bleibe ich beweglich und bewahre meine Autonomie. Stillstand wäre für mich Rückschritt, denn ich möchte auch in Zukunft beweglich bleiben.

Frau Y., Jg 1907
Ich bin sehr zufrieden mit dem Training. Es stärkt meine Muskeln und hilft mir beweglicher zu bleiben. Ich möchte, dass meine vorhandene Beweglichkeit möglichst lange erhalten bleibt.

Herr Z., Jg 1910
Ich gehe gerne zum Turnen, denn ich war lange Mitglied im Altstetter Turnverein. Es hilft mir, meine Muskeln zu stärken. Nach dem Training bin ich meistens müde. Ich begrüsse das Training sehr.