



Physiotherapie Ergotherapie USZ

Energiemanagement-Schulung für Patient*innen mit Fatigue

Wissenschaftlich gestütztes Gruppenangebot zur Verbesserung des Energiehaushaltes im Alltag für Menschen mit Chronischem Fatigue Syndrom (CFS).

Wir wissen weiter.

Gemeinsam wirksam für mehr Lebensqualität

Die ergotherapeutische Energie-
management-Schulung (EMS) ist ein
Gruppenangebot bestehend aus acht
Lektionen.

Sie erfahren wissenschaftliche Fakten
zum Chronischen Fatigue Syndrom (CFS),
wie Sie Ihre Energie im Alltag ideal ein-
teilen und liebsame Tätigkeiten nicht zu
kurz kommen. Ausserdem erhalten Sie
Tipps zur Gestaltung Ihres Tages und
Ihrer Umgebung.

Ein Arbeitsbuch regt zum Austausch,
Überdenken und Vertiefen der gewon-
nen Erkenntnisse an und ist auch nach
Abschluss der Gruppe ein wertvolles
Nachschlagewerk.

Bitte senden Sie Ihre Ergotherapie-
Verordnung an die nebenstehende
Adresse.

Zeit

Jeweils montags, mittwochs oder
donnerstags von 14.00 bis 15.00 Uhr
(acht Termine pro Schulung)

Ort

Universitätsspital Zürich
Gloriastrasse 25
8091 Zürich

Die Gruppe besteht aus maximal fünf
Personen und bleibt über acht Termine
geschlossen.

Starttermine und weitere Details
erhalten Sie unter fatigue-peu@usz.ch

Kontakt

Universitätsspital Zürich
Physiotherapie Ergotherapie USZ
Gloriastrasse 25
8091 Zürich

+41 43 253 25 59
(Montag & Donnerstag, 8.00 – 17.00 Uhr)
www.usz.ch

Folgen Sie dem USZ unter

