

TŘÍDENNÍ INTENZIVNÍ SKOLIOPROGRAM

Kde: Rehabilitace a pediatrie, v objektu Dům s pečovatelskou službou "Lukáš"
Trávníčkova 1746/37, Praha 5 (blízko metra B – stanice Luka)

Cena: 3 500 Kč – cena je snižena o částku, která je hrazena ze zdravotního pojištění

V ceně je zahrnuta přítomnost a zácvik eventuelního doprovodu klienta. V ceně není ubytování a stravování. Lze využít finančního příspěvku na preventivní a regenerační programy, pokud takový program vaše pojišťovna poskytuje.

Specifikace programu:

Jedná se o intenzivní individuální kinezioterapii zvolenou na základě kineziologického rozboru, která využívá speciální korekční techniky a metody podle Schrothové, Klappa, Karského, Gochta a Gessnerové, Niederhöfferové, Vojty a jiné. V rámci programu se klient naučí zvládat korekce držení těla i během každodenních běžných aktivit jako jsou stoj, chůze nebo sed. Součástí programu jsou masáže s aromaterapií, nácvik automasáží, relaxace, skupinové korekční cvičení, přednášky o výživě a životosprávě a poradenství v rámci „života se skoliózou“.

Jak se přihlásit:

- Informace a objednání u vedoucí programu: **PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.**
mobil: 604 33 86 98, e-mail: Iveta.Pallova@seznam.cz
- Při rezervaci prosím zadejte věk a své kontaktní údaje.
- Pro částečné hrazení ceny programu pojišťovnou je nutné absolvovat vyšetření u MUDr. Misiaczkové, CSc. Objednat se můžete na telefonu: **605 874 575**. Vyšetření, které je hrazeno zdravotní pojišťovnou, musí být nejpozději měsíc před začátkem programu.
- Před začátkem programu je také možnost konzultace u vedoucí programu Dr. Pallové, která je nepovinná (1,5 hod/900 Kč). U klientů, kteří absolvovali konzultaci, může být vyšetření u MUDr. Misiaczkové před začátkem, ale i v průběhu skolioprogramu.

Způsob platby:

- Platbu proveďte nejpozději tři týdny před začátkem programu buď v hotovosti na rehabilitaci v „Lukáši“ nebo převodem na bankovní účet: **1924433329/0800**, var.sym.= datum započetí

programu, v poznámce uveďte: skolioprogram a jméno účastníka programu.

Pokud nebude částka v termínu zaplacená, bude místo podstoupeno dalšímu zájemci.

- Pokud jste poplatek již zaplatili a nemůžete se programu zúčastnit: **a)** pokud se omluvíte 3-2 týdny před začátkem programu, bude vám vrácena celá částka nebo máte možnost absolvovat program v jiném termínu **b)** pokud se omluvíte později, bude vám vrácena polovina zaplacené částky

Program zahrnuje:

Pátek

dopoledne

- cílená hodinová masáž s aromaterapií (Lenka Kubíková)
- přednáška o výživě, u dětských klientů vhodná přítomnost rodičů (MUDr. Lenka Misiaczková, CSc.)

odpoledne

- informace o skolióze, jak s ní zacházet, čeho se vyvarovat, změny dýchání u skoliotiků, vhodná přítomnost rodičů (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)
- individuální kinezioterapie (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)

večer

- skupinové korekční cvičení (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)

Sobota

dopoledne

- cílená hodinová masáž s aromaterapií, (Lenka Kubíková)
- individuální kinezioterapie (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)

odpoledne

- přednáška o životosprávě u skoliotiků, vhodná přítomnost rodičů (MUDr. Lenka Misiaczková, CSc.)
- individuální kinezioterapie (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)

večer

- skupinové korekční cvičení (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)

Neděle

dopoledne

- individuální kinezioterapie (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D.)
- společná relaxace s aromaterapií (Lenka Kubíková)
- společné shrnutí, dojmy (PhDr. Iveta Pallová, Ph.D., Lenka Kubíková)

V rámci kinezioterapie bude vytvořen domácí cvičení program pro každého klienta.

Detailní harmonogram rozpisu terapie bude zaslán e-mailem nejpozději týden před začátkem programu. Klient má možnost fotodokumentace cviků a výsledků terapie.

Tipy na ubytování:

<http://www.tophostel.cz/ubytovny/stodulky/>

Jeremiášova 1493/18a, dvoulůžkový pokoj 205,-Kč

<http://www.pensionzuzana.cz/index.html>

Na dolnici 41/965, jednolůžkový pokoj 750,-Kč, děti do 6 let zdarma, děti 6-10 let 50% sleva

<http://www.pension-karel.com/cs>

Mutěňínská 1119/23, 2 lůžkový pokoj 500,-Kč (na osobu), ceny včetně snídaně, dětské slevy

<http://www.vilabohemia.cz>

K Vidouli 831/15, jednolůžkový pokoj: 550,-Kč osoba/noc, ceny zahrnují snídaně