

## Konsultacja, edukacja i rady fizjoterapeuty

- Konsultacja, edukacja i rady fizjoterapeuty to: konsultacja i wywiad, planowanie procesu usprawniania i terapii, prowadzenie warsztatów i zajęć, wystawienie opinii i udzielenie wskazówek do pracy.
- Zajęcia skierowane są do różnych wiekowo grup odbiorców (młodzież licealna, studiująca, ucząca się, dorośli) z firm i placówek oświatowych.
- Zajęcia odbywają się indywidualnie lub w kilkuosobowych grupach z wykorzystaniem różnego rodzaju sprzętów i przyrządów.

**1. Konsultacja, wywiad i rady fizjoterapeuty** (oferta dostępna w gabinecie i w domu pacjenta; skierowana także do placówek oświatowych i firm z dojazdem) obejmuje badanie czynnościowe i funkcjonalne osoby, ocenę ryzyka urazów i kontuzji, ocenę przygotowania przed sezonem narciarskim:

- **Wykonanie odpowiednich badań czynnościowych - ocena wad postawy, np:**
  - ❖ skolioza,
  - ❖ plecy okrągłe (kifoza, hiperkifoza),
  - ❖ plecy wklęsłe (lordoza, hiperlordoza),
  - ❖ plecy płaskie,
  - ❖ plecy okrągło-wklęsłe,
  - ❖ stopę szpotawą,
  - ❖ stopę koślawą,
  - ❖ stopę końsko-szpotawą,
  - ❖ płaskostopie,
  - ❖ kolana szpotawe,
  - ❖ kolana koślawe.

- **Badanie stanu funkcjonalnego pleców, m.in.:** zespoły przeciążeniowe, zespoły korzeniowe,
- **Ocena ruchomości poszczególnych stawów i mięśni,**
- **Ocena ryzyka urazów/kontuzji,**
- **Badanie stanu funkcjonalnego** przed wyjazdem na narty, w góry; przed rozpoczęciem uprawiania sportu i rekreacji,
- **Planowanie procesu usprawniania i terapii:** trening siłowy, wzmacniający mięśnie osłabione, poizometryczna relaksacja mięśni.

**2. Kinezyterapia, terapia metodą SI, sensomotoryka** (oferta dostępna w gabinecie).

**3. Fizjoterapia domowa** (oferta niedostępna w gabinecie; dotyczy prowadzenia terapii w domu pacjenta; skierowana także do placówek oświatowych i firm z dojazdem): **masaż** klasyczny, relaksacyjny, izometryczny; **usprawnianie po udarach**, urazach ortopedycznych, zabiegach kardiologicznych, **kinezyterapia, rehabilitacja dziecięca, terapia metodą SI, sensomotoryka.**

**4. Warsztaty** (oferta dostępna w gabinecie; skierowana także do placówek oświatowych i firm z dojazdem): **gimnastyka korekcyjna, zdrowe plecy, ergonomia pracy.**

**5. Opinia fizjoterapeuty + omówienie i wskazówki.**

#### **Prowadzenie:**

**Łukasz Żynda**, Fizjoterapeuta, Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Pile, Zdrowie Publiczne - Studia magisterskie Uniwersytet Medyczny w Poznaniu, Fizjoterapia w kardiologii - studia podyplomowe Uniwersytet Medyczny w Szczecinie. Instruktor Ultimate Frisbee, Terapeuta BFB, Terapeuta SI  
**796 337 052**

**Koszt spotkania:** zgodnie z cennikiem ustalonym na dany rok szkolny (od września 2014r. do września 2015r.; od października 2015r. nowy cennik).

**Miejsce spotkań:** Synergia. Gabinet EEG-Biofeedback. Diagnoza, Terapia, Konsultacje, Szkolenia. Iwona Garcarz, 44-100 Gliwice, ul. Bednarska 6a/1 (zajęcia prowadzone indywidualnie lub grupowo w gabinecie Synergia), w domu (z dojazdem) lub na terenie placówki oświatowej, firmy (z dojazdem).

Osoby zainteresowane proszę o kontakt: Iwona Garcarz, nr telefonu: **698-851-751**