

Zadbaj o kręgosłup



[1]

Od września 2017 r. kontynuowany będzie program skierowany do osób dorosłych, zamieszkałych w Toruniu, aktywnych zawodowo, mających problemy z kręgosłupem pn. „Postawa to podstawa”.

Każdy uczestnik będzie mógł skorzystać z zajęć na basenie bądź pilates prowadzonych przez wykwalifikowanych rehabilitantów. Zajęcia będą się odbywały raz w tygodniu po 1 godzinie w okresie wrzesień-grudzień 2017 r. w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 2 przy ul. Kosynierów Kościuszkowskich 6 i Zespole Szkół nr 24 przy ul. Ogrodowej 3/5 w Toruniu.

Ponadto w ramach programu odbywać się będzie edukacja dot. umiejętności niwelowania bólów kręgosłupa poprzez higieniczny styl życia.

Mamy nadzieję, że program spełni oczekiwania jego uczestników oraz autorów. Program uzyskał pozytywną opinię Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji w Warszawie.

W związku z ograniczoną liczbą miejsc - **120** - o udziale w programie decyduje kolejność zgłoszeń. Zapisy już trwają.

Realizatorem zajęć jest Centrum Medyczne MEDICOR s.c. Warunkiem niezbędnym udziału w zajęciach jest złożenie formularza (zał.) wraz z zaświadczeniem potwierdzającym schorzenia kręgosłupa, a także zaświadczeniem od lekarza (np. podstawowej opieki zdrowotnej) o braku przeciwwskazań do udziału w programie na adres:

Centrum Medyczne MEDICOR ul. Olsztyńska 18 B 87 -100 Toruń z dopiskiem „Postawa to podstawa”. Zgłoszenia będą przyjmowane do wyczerpania miejsc.

Koordynatorem programu jest Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej ul. Fałata 39, tel.: 56 611 84 54, e-mail: wzips@um.torun.pl [2]

Do pobrania:

[Formularz zgłoszeniowy w DOC](#) [3]

Zadbaj o kręgosłup

Opublikowano na www.um.torun.pl (<https://www.um.torun.pl>)

Odnosiniki:

[1] https://www.um.torun.pl/sites/default/files/postawa_podstawa_1_0.jpg

[2] <mailto:wzips@um.torun.pl>

[3] https://www.um.torun.pl/sites/default/files/pliki/formularz_zgloszeniowy_kregoslup.doc