

Postawa to podstawa



[1]

Toruń rozpoczyna realizację pilotażowego programu profilaktyki i leczenia wad postawy „Postawa to podstawa”. Liczba miejsc ograniczona. Obowiązują wcześniejsze zapisy.

Program skierowany jest do ok. tysiąca uczniów klas II i III toruńskich gimnazjów. Ze względu na ograniczoną ilość miejsc pierwszeństwo ma młodzież, u której została przeprowadzona diagnoza wad postawy w ramach realizowanego w IV kwartale 2015 r. programu promocji zdrowia wśród toruńskiej młodzieży.

Realizatorem programu jest Centrum Medyczne MEDICOR S.C. Małgorzata Kasperczak, Piotr Kordas mieszczące się przy ul. Olsztyńska 18b w Toruniu.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc obowiązują **wcześniejsze zgłoszenia pod nr telefonu: 56 645 41 65 lub 792 615 055.**

- W ramach programu zostanie przebadanych około tysiąca dzieci. Ortopeda bądź lekarz rehabilitacji medycznej w trakcie badania może skierować dziecko na zajęcia w formie indywidualnych bądź grupowych ćwiczeń korekcyjnych - mówi dyrektor Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia Izabela Miłoszewska.

Grupowe ćwiczenia korekcyjne prowadzone przez rehabilitantów będą się odbywały na terenie szkoły, do której uczęszczają dzieci lub na terenie placówki, która jest realizatorem programu bądź w innym użyczonym do tego celu pomieszczeniu. Zajęcia odbywać się będą co najmniej raz w tygodniu po 45 minut w grupach 10 - 12 osobowych (seria 10 spotkań).

Dodatkowo opracowane zostaną indywidualne zestawy ćwiczeń domowych po zakończeniu całego cyklu (10 spotkań) oraz przekazane wskazówki i zalecenia do kontynuowania terapii w domu. Rodzice zapraszani na zajęcia będą mogli obserwować sposób wykonywania poszczególnych ćwiczeń, ponadto będą mieli możliwość wspólnie z terapeutą prowadzić i kontrolować ćwiczenia swojego dziecka, ponadto rehabilitant prowadzący zajęcia omówi z rodzicami wyniki badań, uświadomi zagrożenia i konsekwencje rozpoznanych wad.

Zajęcia w formie indywidualnych ćwiczeń korekcyjnych (5-10 spotkań) odbywać się będą co najmniej jeden raz w tygodniu przez 45 minut. Ćwiczenia odbywać się będą na terenie szkoły, do której uczęszczają dzieci lub na terenie placówki, która jest realizatorem programu lub w innym użyczonym do tego celu pomieszczeniu. Istnieje możliwość, aby dzieci z różnych szkół uczęszczały na zajęcia w

Postawa to podstawa

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

wybranej przez rodziców placówce. Dziecko otrzyma także zalecenie wykonywania ćwiczeń przygotowanych indywidualnie dla niego w domu (przez 20-30 minut) pod kontrolą rodzica.

Odnosiniki:

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