



TURNUSY PROFILAKTYCZNO ZDROWOTNE - ODCHUDZAJĄCE

Wojewódzki Szpital Rehabilitacyjny w Górowie Iławeckim



Szpital położony jest w woj. warmińsko-mazurskim w powiecie bartoszyckim. W mieście krzyżują się drogi wojewódzkie: 511- Lidzbark Warmiński-granica państwa 512- Bartoszyce-Górowo Ił.-Pieniężno Dogodny dojazd zapewnia także **komunikacja autobusowa** (PKS i autobusy prywatne), która łączy Górowo Iławeckie z *Bartoszycami(25km), Lidzbarkiem Warmińskim(20km) i Olsztynem(70km)* z przystankiem bezpośrednio pod Szpitalem.

organizuje turnusy **profilaktyczno-zdrowotne** dla pacjentów z zaburzeniami metabolicznymi (tzw. **odchudzające**) mające na celu wskazać Państwu metody postępowania z otyłością i niezdrowym trybem życia. Cieszymy się, że wspólnie będziemy podążać w stronę zdrowego stylu życia.

Organizujemy turnusy:

- 7 dniowe
- 14 dniowe

Turnus rozpoczyna się i kończy w piątek. **Rejestracja** uczestników turnusu rozpoczyna się w godz. 11:00-12:00, wypis godz. 9:00. Pierwsze zajęcia odbywają się popołudniu w dniu przyjęcia.

W trakcie pobytu zapewniemy:

- pobyt w komfortowych pokojach z pełnym węzłem sanitarnym i TV
- całodzienne wyżywienie, program dietetyczny - dieta metaboliczna opracowana przez dietetyka,
- opiekę lekarską, pielęgniarską, fizjoterapeutyczną,
- wykłady na temat diety metabolicznej,
- pomiary (waga, wzrost, ciśnienie, wyliczenie BMI – przy przyjęciu i przed wypisem),
- 7 x gimnastyka poranna,
- 6 x zajęcia na sali gimnastycznej (aerobic, pilates, , gimnastyka, ćwiczenia z ciężarkami itp) – codziennie jeden rodzaj zajęć,
- 6 x aqua aerobik (ćwiczenia w basenie),
- 6 x nordic walking,
- korzystanie ze sprzętu fitness ,
- korzystanie z herbaciarni przy muzykoterapii,
- możliwość korzystania z terapii zajęciowej np. nauka decoupage,

Dodatkowo zapewniemy:

bezpłatny całodobowy parking przyszpitalny
internet wi-fi
możliwość korzystania z pralki, żelazka

Po zakończonym turnusie otrzymacie Państwo certyfikat, który zagwarantuje zniżkę na następny pobyt w wys. 10%.

W przypadku nie zebrania odpowiedniej ilości osób zastrzegamy, iż termin turnusu może ulec zmianie.



Informacje i zapisy

tel. 89 762 70 64, 89 762 70 66
w dni powszednie
w godz. 8:30-14:30
turnusy@szpitalgorowo.pl



Wojewódzki Szpital
Rehabilitacyjny w
Górowie Iławeckim

11-220 Górowo Iławeckie
ul. Armii Czerwonej 24
tel. 89 762 70 66

www.szpitalgorowo.pl