



**NEMOCNICE**  
JABLONEC NAD NISOU, p. o.

**Oddělení rehabilitace a fyzikální medicíny Nemocnice Jablonec nad Nisou, p. o.  
ve spolupráci s chatou Rozhled v Krkonoších**

**zve všechny zájemce na tradiční seminář, tentokrát na téma**

## **DECH ŽIVOTA**

**Dýchání je pro většinu z nás tak samozřejmé, že ho ani nevnímáme.**

**27. – 30. 9. 2018**

**Mnoho zajímavého o funkci plic a dýchacího ústrojí,  
jak souvisí se zažíváním, pohybovým systémem a emocemi,  
a hlavně co udělat pro to, abychom nebyli jenom tělem bez ducha**

Máme pro vás připravené přednášky, společná cvičení, diskuze, hry, relaxace a další, to vše v krásném prostředí Krkonošského národního parku v místě klidu s neuvěřitelným rozhledem, možností vycházek či krátkých výletů včetně instruktáže chůze s trekovými holemi.

Čeká vás prodloužený víkend plný nových poznatků a informací o vašem těle fyzickém i psychickém, propojení tzv. západní a alternativní medicíny, společně si zacvičíme, zazpíváme, zažijete meditaci a třeba navážete nová přátelství...

Umožníme vám pohlédnout na problém z různých úhlů a je na vás, jak s tím vším naložíte..

**Přednášky, diskuze a cvičení:**

*primářka rehabilitace MUDr. Alena Svárovská*

*léčitelka Zdenka Štroblová*

*fyzioterapeutka Mgr. Zuzana Koutová*

**Chata Rozhled Strážné v Krkonoších** – místo klidu, 1207 m n. m.

**Cena: 3.000,- Kč** zahrnuje plnou penzi, ubytování ve 2–3 lůžkových pokojích (sociální zařízení na patře), program Lze zajistit dopravu z Jablonce n. N. za příplatek 250,- Kč (tam i zpátky)



*Bližší info a přihlášky: tel. 483 345 811 – rhb. odd. nemocnice pí Hana Kuchová*

*e-mail: svarovska@nemjbc.cz tel. 721 554 728 – chata Rozhled Z. Štroblová*

