

Autor:

Adres: [https://www.nfz-zielonagora.pl/PL/1049/9069/Spotkaj\\_sie\\_z\\_Fizjoterapeuta\\_\\_Kolejna\\_odslona\\_bezplatnych\\_konsultacji\\_ze\\_specjalistami\\_w\\_Sali\\_Obslugi\\_Klienta\\_w\\_Lubuskim\\_Oddziale\\_NFZ/](https://www.nfz-zielonagora.pl/PL/1049/9069/Spotkaj_sie_z_Fizjoterapeuta__Kolejna_odslona_bezplatnych_konsultacji_ze_specjalistami_w_Sali_Obslugi_Klienta_w_Lubuskim_Oddziale_NFZ/)

---

## **Spotkaj się z Fizjoterapeutą. Kolejna odsłona bezpłatnych konsultacji ze specjalistami w Sali Obsługi Klienta w Lubuskim Oddziale NFZ.**

Z bólami oraz dyskomfortem samopoczucia fizycznego spotykamy się coraz częściej. Nie zawsze dotyczy to osób z niepełnosprawnościami lub po wypadkach ale także osób które ze względu np. na siedzący, stresujący tryb życia zmagają się z różnymi bólami, przeciążeniami i napięciami w ciele. Nasze konsultacje z fizjoterapeutami to przede wszystkim edukacja w tym zakresie oraz sposoby radzenia sobie na co dzień. Podczas indywidualnych spotkań specjalistki będą mogły określić pacjentowi potencjalne przyczyny problemu i omówić z nim, skąd one się biorą a co najważniejsze jak je niwelować czy im zapobiegać. Pamiętajmy, że nasze zaangażowanie ma również bardzo duży wpływ na to jak sprawne jest nasze ciało dzisiaj i jakie będzie w przyszłości. Odpowiedni zestaw ćwiczeń do samodzielnego wykonywania np. w domu czy w pracy jest idealnym rozwiązaniem. I w tym zakresie również będziemy mogli liczyć na profesjonalne sugestie fizjoterapeutów, bo ważne jest to, by każdy ćwiczył adekwatnie do swoich możliwości. Konsultacje odbędą 22 maja, w godzinach 13.30-15.30. Partnerem akcji jest KIF Oddział Lubuski.