



## ČESKÁ LÉKAŘSKÁ KOMORA, ODD. VZDĚLÁVÁNÍ,

Lékařská 2, 150 30 Praha 5, tel.: 234 760 710, e – mail: vzdělavani@clkcr.cz, www.lkcr.cz

si Vás dovoluje pozvat na vzdělávací kurz č. 18/16

# ŠKOLA ZAD

---

<b>Datum konání:</b>	<b>sobota 23. dubna 2016</b>
<b>Místo konání:</b>	<b>Praha, Klub ČLK, Lékařská 2, Praha 5</b>
<b>Odborný garant:</b>	<b>doc. MUDr. Vlasta Tošnerová, CSc.</b>
<b>Koordinátor:</b>	<b>MUDr. Sylva Gilbertová, CSc.</b>
<b>Délka odborného programu:</b>	<b>4 hodiny</b>
<b>Počet kreditů:</b>	<b>4</b>

---

### Odborný program:

8:30 Registrace

9:00 Zahájení

12:30 Předpokládaný závěr

MUDr. Sylva Gilbertová, CSc., MUDr. Dagmar Smilková

- Definice a cíle školy zad (ŠZ).
- Typy ŠZ – základní, speciální, průmyslová ŠZ.
- Organizace ŠZ.
- Program ŠZ:
  - Témata praktická – nácvik správného držení těla, kompenzační cvičení, rozcvička, výuka správných pohybových stereotypů v rámci pracovních a mimopracovních činností, úlevové a relaxační polohy, pomůcky.
  - Témata teoretická – příčiny bolestí zad, základy anatomie a funkce páteře, svalová dysbalance, životospráva a léčba bolestí zad, psychologické aspekty bolestí zad, základy ergonomie.

---

**Odborná vzdělávací akce je pořádána v rámci celoživotního vzdělávání lékařů dle SP č. 16.**

**Účastnický poplatek: 660,- Kč; číslo účtu: 19 - 1083620217/0100; variabilní symbol - 1816 (číslo kurzu).**

**Útržek složenky, kopii výpisu z bankovního účtu nebo příkaz k úhradě prostřednictvím e-Banking je nutné předložit při registraci.**

### Účastnický poplatek:

pro členy ČLK a platbě předem 660 Kč

pro členy ČLK a platbě na místě 750 Kč

**Spojení:** metro trasa B, stanice Anděl – Na Knížecí, autobusem č. 167 do stanice Weberova, naproti ZŠ