



## ČESKÁ LÉKAŘSKÁ KOMORA, ODD. VZDĚLÁVÁNÍ,

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

# POZVÁNKA NA VZDĚLÁVACÍ KURZ

---

### 6/19 Lékař sám sobě aneb jak pečovat (nejen) o svoje záda

Datum konání:	12. 1. 2019
Místo konání:	IQ pohybové centrum, Nádražní 740/56, 150 00 Praha 5
Lektor:	Mgr. Daniel Müller
Koordinátor:	MUDr. Marcela Černá
Délka odborného programu:	6 hodin
Počet kreditů:	6

Účastnický poplatek: 800,- Kč, na místě 900,- Kč

---

8:30 Registrace

9:00 Zahájení

Seminář nelékaře, pohybového terapeuta Mgr. Daniela Müllera se zabývá praktickými radami pro každodenní práci lékaře jak v profesním, tak v soukromém životě z hlediska pohybového aparátu. Zahrnuje rady pro správné sezení, stání, úpravu pracovního prostoru a nabízí řešení nesprávných pohybových stereotypů. Seminář je doplněn cvičební hodinou s praktickými ukázkami, jak předcházet bolestem hlavy či zad, jak řešit např. haluxy či předcházet inkontinenci. Součástí semináře je i doporučení vhodných pomůcek pro cvičení.

#### **CVIČEBNÍ ÚBOR A PŘEZŮVKY S SEBOU**

14.15 Předpokládaný závěr

---

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

Účastnický poplatek: 800,- Kč; číslo účtu: 19-1083620217/0100; variabilní symbol – 0619

**Potvrzení o úhradě je nutné předložit při registraci.**

**Dopravní spojení:** Metro: Smíchovské nádraží, (dále pěšky cca 100m, směr Anděl)  
Tram: Plzeňka, (zastávka přímo před vchodem)