|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| *Organizator:* |
|  |
| Centrum Kompetencji Biznesowych |
|  |

|  |
| --- |
| *Patronat:* |
| [logologo](https://maileforum.pl/uploads/action/copyMail/2019/35/41207_86f708c21e/#?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ) |
|  |

 |

 |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |
| --- |
|  |
| Ogólnopolskie Certyfikowane Warsztaty |
|  |
| **Fizjoterapia w nietrzymaniu moczui obniżeniu narządów miednicy** |
|  |
| Intensywne warsztaty praktyczne poprowadzi mgr Katarzyna Kucab-Klich |
|  |
| **Warszawa, 28 września 2019 r.** |
|  |
|

|  |
| --- |
| [**Zobacz więcej**](https://centrumkompetencji.pl/ginekologia-i-poloznictwo%2Cfizjoterapia-i-rehabilitacja/fizjoterapia-w-nietrzymaniu-moczu-i-obnizeniu-narzadow-miednicy/222?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ) |

 |
|  |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **JEŻELI CHCESZ:** |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | poszerzyć swoją praktykę terapeutyczną o skuteczne **techniki profilaktyki i leczenia nietrzymania moczu**, które stało się istotnym schorzeniem cywilizacyjnym, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **wzbogacić swój warsztat** pracy o metody oceny funkcjonalnej postawy, techniki autoterapii mięśniowo-powięziowej, techniki pracy w łańcuchach mięśniowo-powięziowych oraz metodę Pilates, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | podpatrzeć**metody pracy z pacjentem** wykorzystywane przez Certyfikowanego Terapeutę Bebo® Trening Dna Miednicy, |

 |
|  |
|

|  |
| --- |
| Nie może zabraknąć Cię na tych praktycznych i kompleksowych warsztatach. |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |
| **DLACZEGO NASZ KURS JEST WYJĄTKOWY?** |
|  |
|

|  |
| --- |
| Warsztaty integrują **różne techniki profilaktyki i leczenia nietrzymania moczu** w celu uzyskania najlepszego efektu klinicznego: |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **koncepcję BeBo® Trening Dna Miednicy** - metodę mającą na celu prewencję, terapię oraz przeciwdziałanie konsekwencjom zbyt słabych mięśni dna miednicy, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **metodę Pilates**, która łączy jogę, balet i ćwiczenia izometryczne, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **techniki reedukacji oddechowej** – nauki prawidłowego sposobu oddychania, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **techniki relaksacyjne**, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **elementy treningu funkcjonalnego**. |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **PLAN WARSZTATÓW** |
|  |

 |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |
| --- |
|  |
| Część 1 |
|  |

|  |
| --- |
|  |

 |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Przygotowanie do warsztatów praktycznych** |
|  |

 |
|  |

 |

 |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Moduł teoretyczny stanowi wstęp do części praktycznej warsztatów. Podczas jego trwania zostaną omówione zagadnienia pozwalające zrozumieć istotę funkcji dna miednicy.*** **Anatomia dna miednicy**
* **Anatomia pęcherza moczowego**
* **Fizjologiczne zależności** dna miednicy od:- biomechaniki oddechu- pęcherza moczowego- statyki narządu rodnego- balansu w obrębie układu mięśniowo-powięziowego
* **Wpływ zaburzeń w wyżej wymienionych obszarach na powstanie dysfunkcji dna miednicy**:- wysiłkowego nietrzymania moczu- parć naglących- mieszanej formy nietrzymania moczu
* **Teoretyczne podstawy stosowania oraz metodyka prowadzenia treningu funkcjonalnego oraz technik relaksacyjnych**
 |

 |

 |
|  |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |
| --- |
|  |
| Część 2 |
|  |

|  |
| --- |
|  |

 |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Intensywne warsztaty praktyczne** |
|  |

 |
|  |

 |

 |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Warsztaty praktyczne poprowadzone zostaną w oparciu o wybrane elementy koncepcji BeBo® Trening Dna Miednicy, metodę Pilates, techniki reedukacji oddechowej, techniki relaksacyjne oraz elementy treningu funkcjonalnego.*** **Reedukacja oddechowa** – czy konieczna i w jakim zakresie?
* Ćwiczenia kształtujące czucie kinestetyczne rejonów ciała kluczowych dla odpowiedniego tonusu dna miednicy
* **Ćwiczenia koordynacji ruchowo-oddechowej** ukierunkowane na przywrócenie reaktywności włókien ST i FT mięśni dna miednicy
* **Techniki przywracające równowagę pomiędzy układem współczulnym a przywspółczulnym**, wpływające na funkcjonowanie pęcherza moczowego i dna miednicy
 |

 |

 |
|  |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Warsztaty poprowadzą:** |
|  |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| mgr Katarzyna Kucab-Klich |
|  |

|  |
| --- |
| mgr Katarzyna Kucab-Klich |
|  |
| Fizjoterapeuta, certyfikowany terapeuta BeBo® Trening Dna Miednicy, instruktor metody Pilates, prelegentka podczas IV Międzynarodowego Kongresu Polskiego Towarzystwa Uroginekologicznego 2018, a także autorka warsztatu „Zajęcia praktyczne treningu dna miednicy wg koncepcji BeBo®” podczas Ogólnopolskie Sympozjum „Rehabilitacja w chorobach Nerek i Układu Moczowego” w 2015 roku w Krakowie. Na co dzień pracuje z pacjentami wykorzystując metodę BeBo® Trening Dna Miednicy, która obejmuje elementy praktyczne oraz teoretyczne pomagające chronić dno miednicy przed przeciążeniem. Międzynarodowe kwalifikacje metody Pilates zdobyła w Open Mind Pilates School, kontynuującej program Instytutu Michaela Kinga w Londynie. Uzyskała Dyplom Instruktora Pilates OM, który świadczy o najwyższym stopniu kwalifikacji możliwych do zdobycia w Polsce. Posiada uprawnienia do pracy metodą Pilates z kobietami ciężarnymi i seniorami. |
|  |

 |

 |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **DZIĘKI UDZIAŁOWI W WARSZTATACH:** |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | włączysz do swojej praktyki wieloaspektowe spojrzenie na profilaktykę i leczenie nietrzymania moczu, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **przećwiczysz wszystkie techniki i metody pracy** pod okiem eksperta, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **wyróżnisz się na tle konkurencji kompleksowym** podejściem do terapii jednego z najczęstszych schorzeń cywilizacyjnych, z jakimi stykają się fizjoterapeuci w swoich gabinetach, |

 |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| ✔ | **otrzymasz certyfikat** będący potwierdzeniem nabytej wiedzy i umiejętności. |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Termin i miejsce** |
|  |
| Warszawa, 28 września 2019 r.Warsztaty odbywają się w godz. 9.00-17.00. |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Koszt uczestnictwa:** |
|  |
| Koszt uczestnictwa w warsztatach wynosi **1299 zł netto**. W ramach szkolenia każdy uczestnik otrzyma:* Gwarancję uczestnictwa w praktycznych warsztatach prowadzonych przez doświadczonego i cenionego specjalistę,
* Drukowany certyfikat potwierdzający uczestnictwo w warsztatach,
* Prezentację szkoleniową w wersji elektronicznej.
 |
|  |

 |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |
| --- |
|  |
| Ostatnie dni przedsprzedaży! |
|  |

|  |
| --- |
|  |

 |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Przy zgłoszeniu do 30 sierpnia 2019 r. koszt uczestnictwa wynosi tylko 999 zł netto (~~zamiast 1299 zł netto~~)!** |
|  |
|

|  |
| --- |
| [**Zgłoś się**](https://centrumkompetencji.pl/ginekologia-i-poloznictwo%2Cfizjoterapia-i-rehabilitacja/fizjoterapia-w-nietrzymaniu-moczu-i-obnizeniu-narzadow-miednicy/222?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ#box-prices) |

 |
|  |

 |
|  |

 |

 |
|  |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
| **Kontakt** |
|  |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| Potrzebujesz informacji? Skontaktuj się z nami! |
|  |
| **Forum Media Polska Sp. z o.o.**Tel. 61 66 83 156oferty-szkolenia@forum-media.pl[centrumkompetencji.pl](https://centrumkompetencji.pl/?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ) |
|  |
| Centrum Kompetencji |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
| Sprawdź naszą bogatą ofertę szkoleń, kursów i akademii: |
|  |
| [Biznes](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/biznes?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Medycyna](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/medycyna?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Dietetyka i zdrowie](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/zdrowie-dietetyka?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Psychologia i psychoterapia](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/psychologia-i-psychoterapia?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Edukacja](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/edukacja?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Produkcja i SUR](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/przemysl?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ)[Budownictwo i nieruchomości](https://centrumkompetencji.pl/szkolenia/nieruchomosci-budownictwo?a=90469/1&promo=90469/1&f=email&utm_medium=email&utm_campaign=90469/1&utm_source=email&c=null&chc=null&smclient=&g=CK_FZ) |

 |

 |

 |
|  |

 |

 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |
|

|  |
| --- |
|  |

 |
|

|  |
| --- |
|  |

 |
|  |

 |

CK\_FZ