

KORONA DELIKATESY
Zapraszamy do Delikatesów Korona

DZICZYŻNA WYROBY Z DZICZYŻNY
KRÓLIK GĘŚ SERY PRZYPRAWY

ul. Koźmińska 38, 63-700 Korotyszyn
tel. 601 391 100 www.delikatesykorona.pl

ODŻYWIENIE
DLACZEGO WARTO JEŚĆ DZICZYŻNĘ?

Dziczyżnę warto wprowadzić do swojego jadłospisu przede wszystkim ze względu na korzyści zdrowotne.

Dziczyżna jest znacznie chudsza od mięs zwierząt rzeźnych – 100 g to zaledwie 120 kcal. Zawiera więcej białka bogatego w aminokwasy egzogenne, których nasz organizm nie potrafi sam wytworzyć. Dodatkowo posiada wiele witamin oraz minerałów. W dzisiejszych czasach dziczyżna jest najpewniejszym mięsem.

Nie bez znaczenia jest fakt, że dzikie zwierzę żyło wolno, poruszało się bez ograniczeń. Walory zdrowotne dzikiego mięsa wynikają również z diety tych zwierząt. Żyją na wolności, jedzą, co chcą, to, co oferuje im natura, bez sztucznych pasz z chemią. Dodatkowo mięso to pozbawione jest antybiotyków czy hormonów wzrostu. Są to po prostu szczęśliwe zwierzęta.

Warto wspomnieć jeszcze o króliku, którego mięso jest bardzo delikatne i również, jak wspomniana wcześniej dziczyżna, bardzo chude. Królicze mięso jest smaczne i lekkostrawne. Doskonale dla dzieci, osób starszych lub przewlekle chorych. Jest dobrą alternatywą dla ludzi uczulonych na drób lub wieprzowinę.

Reasumując, jedzenie dziczyżny czy królika wpłynie pozytywnie na nasz organizm oraz zdrowie. Zachęcamy do wprowadzenia tych mięs do jadłospisu. Zjemy tutaj, w Polsce, w której dawniej jadano tylko dziczyżnę, króliki, gęsi, zające i dzikie ptactwo. Warto więc wrócić do naszych, POLSKICH smaków.

(LK)

PROFILAKTYKA
MIEJ SERCE DLA SERCA!

W ostatnią sobotę września odbyła się kolejna edycja „Spaceru dla serca”. Uczestnikom tego wydarzenia przyświecało hasło „Miej serce dla serca”. W zorganizowanej przez Stowarzyszenie POMÓŻMY SOBIE, przy współudziale Centrum Wolontariatu Ziemi Krotoszyńskiej, akcji prozdrowotnej uczestniczyło 100 osób – nie tylko mieszkańców Krotoszyna, ale również okolicznych miejscowości.

Po krótkiej rozgrzewce, przeprowadzonej przez rehabilitantkę Agnieszkę Karbownik na krotoszyńskim rynku, ubezpieczani przez Straż Miejską, w dobrych humorach i sprzyjającej pogodzie, uczestnicy „Spaceru dla serca” ruszyli na 2-kilometrową trasę. Kolumna zatrzymała się przy siłowni zewnętrznej, gdzie wszyscy poznali zasady bezpiecznego korzystania ze znajdujących się w tym punkcie urządzeń. Na krotoszyńskim Błoniu natomiast spacerowicze dowiedzieli się, jakie ćwiczenia rehabilitacyjne zaleca się do utrzymania właściwej kondycji zdrowotnej.

Punktem docelowym była Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi im. Jana Pawła II, gdzie przybyłych powitała Mariola Kaźmierczak, dyrektor placówki. Na uczestników czekał posiłek złożony ze zdrowych potraw, wzmacnia-

jący regenerację po wysiłku. Osoby potrzebujące specjalistycznych porad z dziedziny chorób serca i układu krążenia mogły skorzystać z konsultacji kardiologicznych, prowadzonych przez profesora dra hab. Macieja Lesiaka. Wszyscy zainteresowani otrzymali stosowne porady i zalecenia. Można było także skorzystać z pomiaru ciśnienia krwi. Tę usługę na rzecz 82 osób wykonały członkinie Stowarzyszenia POMÓŻMY SOBIE.

Uczestnikom spaceru przekazano ważne informacje na temat najczęściej występujących chorób serca i układu krążenia, niepokojących objawów, jakie wysyła nasz organizm, czy podstawowych zasad profilaktyki, które można wprowadzić w codziennym życiu. Każdy otrzymał także ulotkę edukacyjną.

Była to kolejna udana akcja profilaktyczna, zrealizowana przez Stowarzyszenie POMÓŻMY SOBIE, przy finansowym wsparciu powiatu krotoszyńskiego. W organizacji tego wydarzenia zaangażowały się również stowarzyszenia RAZEM i Uniwersytet III Wieku.

(NOVUS)

FOTOGALERIA I FILM na www.glokalna.pl i www.facebook.com/glokalna



GINEKOLOGIA
WZRASTA ZAINTERESOWANIE BADANIEM KTG

Jak informuje Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Krotoszynie, od połowy maja w Poradni Położniczo-Ginekologicznej przeprowadzono ponad 350 badań KTG.

Możliwość wykonania KTG w poradni (oraz testu GBS) w ramach finansowania przez Narodowy Fundusz Zdrowia w trybie ambulatoryjnym cieszy się dużym zainteresowaniem pacjentek. Badanie KTG przeprowadzane są w osobnym pomieszczeniu poradni, w miłej i spokojnej atmosferze. Pacjentki mogą rejestrować się na wykonanie badania KTG telefonicznie (52 582 13 291) i przychodzić do poradni na umówiony dzień i godzinę. Badania wykonywane są w godzinach pracy poradni. Skorzystać z nich mogą zarówno pacjentki poradni, jak i kobiety ciężarne z innych gabinetów (również spoza powiatu krotoszyńskiego), posiadające ważne ubezpieczenie społeczne, uprawniające do korzystania z procedur medycznych, refundowanych w ramach NFZ. KTG to badanie monitorujące czynność serca dziecka przed porodem oraz częstotliwość skurczy mięśni macicy. GBS to przesiewowy mikrobiologiczny test na obecność paciorkowców grupy B, określający ryzyko przeniesienia tej infekcji na dziecko w trakcie porodu.

OPRAC. (NOVUS)

ZDROWIE
JAK PORADZIĆ SOBIE Z BÓLEM GŁOWY BEZ LEKÓW?

Polacy są w czołówce krajów europejskich, w których zażywa się najwięcej leków bez recepty, w tym leków przeciwbólowych. Warto się zastanowić, czy zamiast słołka po kolejnej tabletki, nie lepiej wybrać alternatywny sposób radzenia sobie z bólem głowy.

Częstą przyczyną takich dolegliwości jest nieodpowiednie nawodnienie. Jeżeli pojawia się ból głowy, warto zastanowić się, czy przyjęliśmy odpowiednio dużo płynów. Tej dolegliwości może zapobiec również masaż. Migreny i zwykłe bóle głowy są efektem napięcia mięśniowego, szczególnie w karku. Regularne rozluźnianie spiętych mięśni zapobiegnie występowaniu dolegliwości w przyszłości.

U wielu osób ból głowy wywołany jest przez konkretne produkty spożywcze, takie jak chociażby kawa, alkohol czy produkty zawierające aspartam.

Badania pokazują, że bóle głowy mogą być również skutkiem niedoborów witamin i minerałów, zwłaszcza B2 i magnezu. Lekarze potwierdzili również, że ćwiczenia cardio, wykonywane 3 razy w tygodniu po 40 minut, dają taki sam efekt w redukcji bólu głowy jak przyjmowanie leków.

OPRAC. (LENA)

Mobilne Pogotowie Rehabilitacyjne

- Masaże
 - leczniczy • klasyczny
 - segmentarny • limfatyczny
 - sportowy • relaksacyjny
- Kinezyterapia
- Gimnastyka korekcyjna

Kompleksowa praca nad mięśniami i stawami!

Doświadczenie w pracy z osobami starszymi i w ciężkim stanie!

Katarzyna Matyla

600 282 205

TRANS MED www.transmed24.pl

Świadczymy usługi z zakresu **TRANSPORTU MEDYCZNEGO**

- zarówno dla szpitali jak i osób prywatnych. Dodatkowo zajmujemy się zabezpieczeniami medycznymi.

e-mail: biuro@transmed24.pl / transmedsc@onet.pl
telefon: +48 605 730 272 / +48 531 566 255

Dla CIEBIE i Twoich BLISKICH!

RATOWNICTWO
NIE BÓJMY SIĘ ZACZAĆ DZIAŁAĆ!

Według wytycznych resuscytacji krążeniowo-oddechowych z 2015 roku zalecane jest, aby świadek zdarzenia, który jest odpowiednio wyszkolony i potrafi to wykonać, jak najszybciej ocenić stan poszkodowanego, określić, czy jest nieprzytomny i czy oddycha prawidłowo, aby bezzwłocznie wezwać zespół ratownictwa medycznego, starając się nie pozostawiać poszkodowanego bez opieki.

Poszkodowany, który jest nieprzytomny i nie oddycha prawidłowo, ma zatrzymane krążenie i wymaga resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO). Prawidłowo prowadzona RKO jest najistotniejszym elementem wpływającym na poprawę przeżywalności. Osoby prowadzące RKO powinny uciskać klatkę piersiową na odpowiednią głębokość (przynajmniej 5 cm) z częstością uciśnięć między 100-120/min. Po każdym uciśnięciu klatki należy pozwolić jej się rozkurczyć i wrócić do wyjściowego kształtu. Ważne jest także to, aby minimalizować przerwy w uciśnięciach. Wykonując oddechy ratownicze, należy przez 1 sekundę dostarczyć ratowanemu objętość powietrza, która widocznie uniesie jego klatkę piersiową. Stosunek uciśnięć klatki piersiowej do wentylacji wynosi 30:2. W wykonaniu oddechów należy poświęcić nie więcej niż 10 sekund i niezwłocznie wrócić do uciskania klatki piersiowej.

Aby doskonalić umiejętność prowadzenia RKO, warto brać udział w szkoleniach z tego zakresu. Takie kursy oferuje firma TRANS-MED. Osoby zainteresowane zachęcamy do kontaktu – tel. 605 730 272 lub 531 566 255.

(T-M)

Krotoszyn ul. Benicka 2B

mańkowsky
STOMATOLOGIA-PROTETYKA

GABINET STOMATOLOGICZNY
lek. stom. Wioletta Mańkowska

- leczenie zachowawcze • estetyczne odbudowy
- leczenie kanałowe pod mikroskopem • chirurgia stomatologiczna
- protetyka, pełen zakres uzupełnień protetycznych
 - wybielanie gabinetowe w 1 godzinę
 - radiowizjografia - RTG zębów

Rejestracja: pon. - pt. 8.00 - 18.00
tel. 62 722 61 03, 602 665 818

PRACOWNIA PROTETYCZNA

- uzupełnienia stałe korony i mosty pełnoceramiczne na cyrkonie
 - prace na implantach
- komputerowe projektowanie uzębienia
- protezy natychmiastowe po usunięciu zębów
- protezy termoplastyczne: acetal, nylon, acron
 - ekspresowe naprawy protez
 - mikroszpawanie metali laserowe

Kontakt: tel. 604 281 560

PANTOMOGRAF CYFROWY
zdjęcia zębów: panoramiczne, przedantenne
zdjęcia zatok i stawów skroniowo - żuchwowych

5 min.

tel. 602 665 818
tel. 62 722 61 03

Cyfrowe: poniedziałek 8.00 - 17.00
wtorek, czwartek i piątek 8.00 - 20.00
sobota 8.00 - 14.00

Krotoszyn ul. Benicka 2B

BADANIA
DARMOWA MAMMOGRAFIA DO KOŃCA ROKU

Jeszcze do końca 2019 z bezpłatnych badań mammograficznych, przeprowadzanych w ramach programu profilaktycznego, mogą skorzystać panie urodzone w 1950 r.

Badania takie, refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia, prowadzone są w ramach programu profilaktyki wczesnego wykrywania raka piersi. W tym roku mogą z nich korzystać kobiety urodzone pomiędzy 1950 a 1969 r. W 2020 r. program obejmie pacjentki z roczników 1951-1970.

Dla pań urodzonych w 1950 r. jest to więc ostatnia szansa na wykonanie takiego badania w ramach programu, bezpłatnie i bez skierowania. Później będą mogły skorzystać z mammografii tylko na podstawie skierowania, bez względu na to, czy wystawi je lekarz przyjmujący w ramach NFZ, czy też w ramach praktyki prywatnej.

Bezpłatne badania mammograficzne poza programem profilaktycznym pracownia wykonuje na podstawie skierowania od placówek realizujących kontakt z NFZ-em, które mają podpisane umowy na wykonanie tego badania z SP ZOZ-em. Każda z pań, którą wiek kwalifikuje do udziału w programie profilaktycznym, może skorzystać z badania mammograficznego raz na dwa lata.

Pracownia mammograficzna SP ZOZ w Krotoszynie znajduje się na I piętrze budynku przychodni przy ul. Bolewskiego 4-8.

OPRAC. (NOVUS)

INDYWIDUALNA PRAKTYKA PIELĘGNIARSKA

Ewa Jarmużek
PIELĘGNIARKA ŚRODOWISKOWO - RODZINNA

ŚWIADCZENIA PIELĘGNIARSKIE
WSZYSTKIE ZLECENIA PROSZĘ ZGŁASZAĆ POD NR TELEFONU:

605 573 677

NOWA LOKALIZACJA!
KROTOSZYN, UL. TARTACZNA 7

LABORATORIUM ANALIZ LEKARSKICH
"AS-TECH-LAB"

ŚWIADCZYMY USŁUGI:

- Analizy ogólna
- Hematologia
- Chemia kliniczna
- Koagulologia
- Diagnostyka chorób tarczycy
- Hormony płciowe
- Markery nowotworowe
- Alergologia
- Immunologia

Pobieranie materiału do badań:
pn - pt. 7:00 - 10:00

ul. Benicka 9, Krotoszyn tel. 696 176 735, 62 722 71 47



CO JEST ZAPISANE W TWOICH OCZACH?

Irydolog wykrywa wrodzone lub nabyte skłonności do pewnych chorób w trakcie bezbolesnego badania, bardzo podobnego do badania okulistycznego. Określa stan poszczególnych narządów oraz całego organizmu, a także pozwala odkryć, co leży u źródła choroby i na podstawie tego podjąć odpowiednie działania.

Na tęczęwce oka, tak samo jak na stopach oraz dłoniach, znajdują się tzw. mapy narządów. Konkretnie miejsce odpowiada danemu narządowi. Dzięki połączeniu nerwowym pomiędzy narządami i poszczególnymi miejscami na tęczęwce, można określić stan tych organów i wskazać obraz choroby. Wszelkie zaburzenia w pracy narządów uwidaczniają się w tęczęwce oka. Jest to fenomen, który znany był już w czasach starożytności. Twórcami współczesnej irydologii są węgierski lekarz I. Peczely oraz szwedzki duchowny N. Lijequist, którzy stworzyli podstawowe mapy irydologiczne. Wieloletnie doświadczenia i badania kliniczne udowodniły wysoką trafność irydodiagnostyki.

W zdrowym organizmie tęczęwka jest gładka, bez zniekształceń. Gdy zaczyna dziać się coś niedobrego, pojawiają się tzw. objawy tęczęwkowe, czyli np. przebarwienia, rozjaśnienia czy zagłębienia powierzchni.

Plamka, kropka czy linia w określonym miejscu to informacja, że odpowiadająca mu część ciała choruje. Zmiany na tęczęwce są również objawami zaburzeń ogólnoustrojowych, np. miażdżycy, zatruc, niedoborów żywieniowych czy przeciążenia układu nerwowego. Badanie z tęczęwki oka pozwala odkryć, co leży u źródła choroby i na podstawie tego podjąć odpowiednie działania:

- można określić predyspozycje genetyczne do osłabienia określonych narządów wewnętrznych i zachorowania na poszczególne choroby

- można zobaczyć zmiany świadczące o rozwijającej się chorobie, której fizycznych oznak jeszcze się nie odczuwa (jak np. w przypadku miażdżycy i wysokiego cholesterolu)

- można zlokalizować narząd w którym toczy się stan zapalny.

Warto pamiętać, że łatwiej zapobiegać niż leczyć. Mając wiedzę o swoim stanie zdrowia, możemy zawczasu zastosować odpowiednie działania profilaktyczne i uniknąć późniejszych problemów. Dobry irydolog często ma również wykształcenie medyczne i w żadnym przypadku nie zniechęca pacjenta do leczenia się u lekarzy medycyny konwencjonalnej.

Dom Zdrowia

ul. Słodowa 14, 63-700 Krotoszyn

- WITAMINY I MINERAŁY
- OLEJE, SOKI, MIODY, ZIOŁA
- PREPARATY FIRMY SOLGAR
- ZDROWA ŻYWNOŚĆ
- KOSMETYKI NATURALNE
- PRODUKTY BEZGLUTENOWE
- ODŻYWKI DLA SPORTOWCÓW
- OLEJKI KONOPNE CBD



BADANIA IRYDOLOGICZNE

fb.com/domzdrowiakrotoszyn
ziolakrotoszyn@gmail.com
62 725 40 95

Terminy przyjęć irydologa:
9. października (środa) Rejestracja: 62 725 40 95
23. października (środa) Dom Zdrowia, ul. Słodowa 14

GABINET LEKARSKI Elżbieta Mikołajczyk-Spychaj Lekarz Chorób Wewnętrznych Specjalista Medycyny Przemysłowej

Rejestracja czynna 08.00 - 21.00
ul. Orzeszkowej 10, Krotoszyn
Tel. 62 725 28 95, 662 576 047

WYKONUJE:

- » badania pracownicze wstępne, okresowe, kontrolne
- » badania kierowców, studentów, uczniów
- » badania na certyfikaty rolnicze
- » badania lekarskie osób ubiegających się lub posiadających pozwolenie na broń
- » USG tarczycy
- » jamy brzusznej
- » EKG
- » spirometria



Zakład Optyczny OPTYMAR

Romualda i Maciej Błażejewscy

63-700 Krotoszyn,
Floriańska 8

BEZPŁATNE KOMPUTEROWE BADANIE WZROKU

tel. 62 722 02 83 fax. 62 722 02 83

Podejmij z nami wyzwanie, Bądź FIT ;)



Krotoszyn, ul. Kobylińska 10a, tel. 510 495 720

www.fitnessk10.pl FitnessK10

PRZYCHODNIA „NA PARCELKACH”

63-700 Krotoszyn, ul. Grudzielskiego 25A.
Rejestracja pacjentów: 62 722 75 80

Pracownia USG, USG DOPPLER
Biopsje
Gabinet flebologii
Punkt pobrania krwi

63-700 Krotoszyn, ul. Bolewskiego 8A.
Rejestracja Pacjentów: 696-899-390

GABINET FLEBOLOGII ORAZ MEDYCYNY I KOSMETOLOGII ESTETYCZNEJ,
PRACOWNIA USG:
Lekarz Włodzimierz Hoffmann
Kosmetolog mgr Weronika Ciermiewska-Grabowska
Pracownia USG, USG DOPPLER

Biopsje

Gabinet flebologii

Medycyna lecznicza
OSOCZE BOGATOPŁYTKOWE:
- regeneracja ścięgien
- regeneracja stawów i mięśni
- regeneracja włosów

BOTOKS:

- leczenie nadpotliwości
- leczenie migren
- leczenie bruzdek

Medycyna Estetyczna
i Kosmetologiczna
BOTOKS:
- likwidacja zmarszczek
- zuchwa „Instagramowa”

OSOCZE BOGATOPŁYTKOWE:
- likwidacja drobnych zmarszczek
- nawilżenie i napięcie twarzy

AUTOLOGICZNY WYPEŁNIACZ:
- wypełnianie zmarszczek
- wolumetria twarzy
- zuchwa „Instagramowa”

KWAS HIALURONOWY:
- wypełnianie zmarszczek
- wolumetria twarzy
- powiększanie ust
- zuchwa „Instagramowa”

NICI:
- wolumetria twarzy
- likwidacja zmarszczek
- zuchwa „Instagramowa”

GINEKOLOGIA POŁOŻNICTWO Tomasz Wojno

Specjalista w położnictwie i ginekologii
ul. Grudzielskiego 25a, Krotoszyn

Certyfikat FMF 155060 USG PTG

GINEKOLOGIA:

- ultrasonografia piersi
- endokrynologia ginekologiczna
- schorzenia okresu okołopomenopauzalnego
- profilaktyka onkologiczna
- krioterapia
- antykoncepcja
- ginekologia plastyczna i estetyczna
- leczenie operacyjne

USG piersi
(przy wizycie)
-30%

POŁOŻNICTWO:

- ultrasonografia 4D z opcją 5D Realistic Vue
- ultrasonografia prenatalna (rekomendacje FMF i USG PTG)
- przepływy naczyniowe (badanie Dopplera)
- cięża fizjologiczna i patologiczna

www.ginekolog-wojno.pl

604 772 637

63-700 Krotoszyn, ul. Bolewskiego 8A.
Rejestracja Pacjentów: 696-899-390

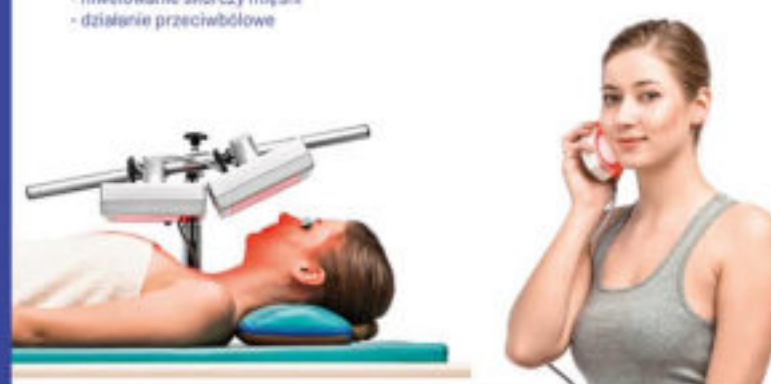
GABINET FLEBOLOGII ORAZ MEDYCYNY I KOSMETOLOGII ESTETYCZNEJ,
PRACOWNIA USG:
Lekarz Włodzimierz Hoffmann
Kosmetolog mgr Weronika Ciermiewska-Grabowska

Nowoczesny sprzęt VIOFOR JPS
MAGNETOTERAPIA
MAGNETOSTYMULACJA
MAGNETODETERAPIA
- wspomaga leczenie i rehabilitację
- leczenie bólu
- leczenie nieogłębionych ran
- regeneracja urazów i mikrourazów
- leczenie powikłań cukrzycy

w SPORCIE:
- budowanie formy sportowej
- leczenie urazów i kontuzji
- poprawa koncentracji
- szybsza regeneracja
- niwelowanie skurczy mięśni
- działanie przeciwbólowe

w STOMATOLOGII:
- likwidacja stanów zapalnych
- w powikłaniach po usunięciu zębów
- w leczeniu protetycznym

w MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ:
- terapia trądziku oraz zamykanie porów
- gojenie ran
- fotoregeneracja skóry
- ustąpienie plam i przebarwień
- ujędrnianie skóry
- oraz poprawa elastyczności
- zwalczanie cellulitu
- terapia łuszczycy
- zmniejszenie zmarszczek



WIELKOPOLSKA GAZETA LOKALNA KROTOSZYN

Poradnik zdrowie i uroda

październik 2019

JESIEŃ ZADBAJ O SWOJE ZDROWIE

Rozpoczyna się trudny okres dla naszych organizmów. Niedostatek słońca, a w konsekwencji również witaminy D powoduje spadek energii, a chłodne i deszczowe dni sprzyjają przeziębieniom. Jak więc przygotować się na jesienno-zimową aurę i odpowiednio zadbać o swoje zdrowie?

Pierwszym krokiem w kierunku zwiększenia odporności jest zmiana diety. Wraz z przyjsciem jesieni powinniśmy wzbogacić nasz jadłospis o czosnek, który jest wykorzystywany w leczeniu różnych dolegliwości, oraz o soki z cytrusów. Zawarta w nich witamina C obroni organizm przed zarazkami. Niezbędna dla naszego zdrowia jest również aktywność fizyczna. Warto wyjść na spacer i zapać jak najwięcej słońca przed zimą. Jeżeli jednak aura za oknem zbyt mocno nas zniechęca, możemy wybrać się np. na basen. Wyśiłek fizyczny powoduje wzrost stężenia endorfin, nazywanych hormonami szczęścia, które skutecznie odstraszą jesienną depresję. Jesienną porą warto dostarczyć organizmowi odpowiedniej dawki witaminy D3. Dobrze jest ją łączyć z witaminą K2 (będzie wtedy lepiej transportowana do kości). Można również spożywać tran. Niezbędny dla odpowiedniego funkcjonowania organizmu o tej porze roku jest sen. Jego brak powoduje osłabienie koncentracji, wywołuje rozdrażnienie i sprawia, że czujemy się przewlekłe zmęczeni.

W ponure dni szczególnie warto sięgnąć po gorzką czekoladę. Nie tylko pomaga ona w myśleniu, ale też dodaje energii. Niezwykle ważne jest również odpowiednie nawodnienie. Zbyt mała ilość płynów w organizmie wpływa negatywnie na samopoczucie. W chłodniejsze dni często nie mamy ochoty na wodę, więc możemy zamienić ją np. na gorącą aromatyczną herbatę.

OPRAC. (LENA)

ul. Żwirowa 8A, 63-700 Krotoszyn
tel. 602-124-726
facebook.com/rehacomplex

PROFESJONALNA REHABILITACJA | GIMNASTYKA KOBIET W CIĄŻY | DOBÓR WKŁADEK

PRACOWNIA PSYCHOTERAPII POZNAWCZO-BEHAWIORALNEJ

dr n. med. Paulina Jaworska-Andryszewska
psycholog
psychoterapeuta i poznawczo-behawioralny
tel. 510 207 169

Z jakimi problemami m.in. pracuje?
Depresja
Zaburzenia dwukierowe
Zaburzenia lękowe, PTSD
Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne
Zaburzenia osobowości
Zaburzenia somatyczne
Zaburzenia odżywiania
Trudności zypiem, ewakuacyjne, problemy regulacyjne
Przewlekłe choroby somatyczne, onkologiczne

Czym się zajmuje?
- konsultacji psychologiczne
- profesjonalna diagnoza
- psychoterapia poznawczo-behawioralna
- leczenie zaburzeń psychicznych
- szkolenia, warsztaty, rozwój osobisty

Z kim pracuje?
- Doradca
- Dzieci
- Młodzież

www.psychoterapeutakrotoszyn.pl
www.facebook.com/psynetpawlynia

"Życie jest takie, jakim uczyniły je nasze myśli"

ul. Rawicka 1, 63-700 Krotoszyn
510 207 169
p.jaworska.andryszewska@gmail.com

pro21 OPTYK OPTOMETRYSTA

Parking przy zakładzie szklarskim



Oferujemy

- komputerowe badanie wzroku
- dobór okularów
- dobór soczewek kontaktowych sferycznych, torycznych i multifokalnych
- pomiar ciśnienia śródgałkowego
- kontrola dna oka
- japońskie soczewki okularowe firmy Nikon



JZO S.A. jest wyłącznym dystrybutorem soczewek okularowych Nikon w Polsce.

TERAPIA WZROKOWA

SZCZEGÓLNE INFORMACJE NA STRONIE INTERNETOWEJ I W SALONIE

ul. Rawicka 1, 63-700 Krotoszyn
798 421 221
www.pro21.pl

optyk@pro21.pl
optometrysta@pro21.pl