



WYKŁADY

KONSULTACJE
Z DIETETYKIEM/
TRENEREM
PERSONALNYM/
PSYCHOLOGIEM



RUCH

RELAKS



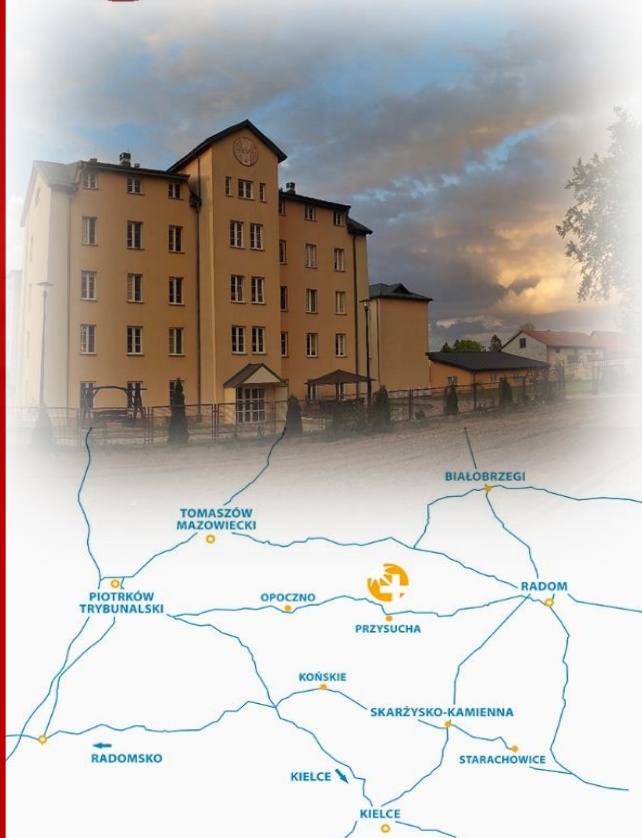
WARSZTATY
PRZYGOTOWYWANIA
POSIĘKÓW

ZABIEGI
FIZJOTERAPEUTYCZNE



MARIÓWKA

OŚRODEK
EDUKACYJNO-PROFILAKTYCZNY



Ośrodek Edukacyjno-Profilaktyczny
Mariówka 1, 26- 400 Przysucha
Tel. 48 675- 01 -37
E-mail: sekretariat@mariowka.net
www.promien.mariowka.net

Nr konta:
17 1240 5732 1111 0010 7033 9997

Możesz pomóc- przekaż 1% podatku
na NZOZ PROMIEŃ:
KRS nr 0000223111
cel szczegółowy- DZIEŁO PROMIEŃ

TURNUS
DIETETYCZNO
-REHABILITACYJNY



ZDROWE ODŻYWIENIE
SZANSĄ NA DŁUGIE ŻYCIE





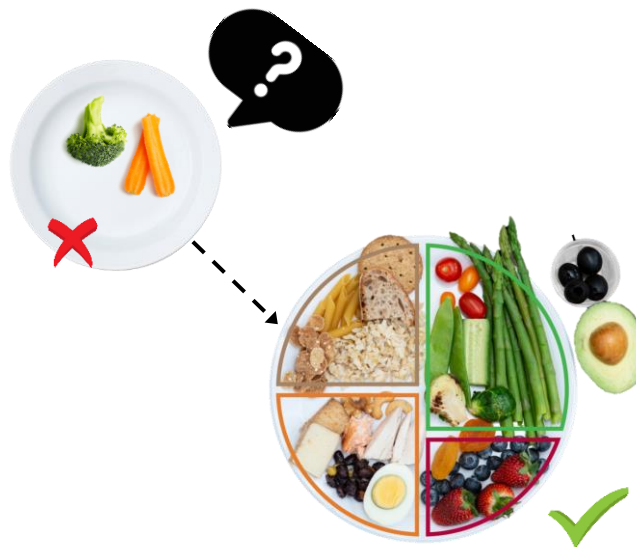
Zdrowe odżywianie w połączeniu z odpowiednim trybem życia są najskuteczniejszą, a zarazem najprostszą metodą zapobiegania i leczenia chorób cywilizacyjnych (nadwagi/ otyłości, cukrzycy, nadciśnienia tętniczego, chorób układu krążenia, przewodu pokarmowego, chorób nowotworowych).

Zapraszamy na turnusy dietetyczno-rehabilitacyjne, które pomogą w ustaleniu indywidualnej diety dla każdego uczestnika bez liczenia kalorii.

Uczestnicy będą między innymi uczyć się samodzielnie przygotowywać posiłki zgodnie z własnymi potrzebami zdrowotnymi, gustami i smakami.



ZAPOTRZEBOWANIE ENERGETYCZNE CZŁOWIEKA



Zdrowe odżywianie to talerz pełen w odpowiednie dla Twoich potrzeb ilości pochodzących z dobrych źródeł:

**WĘGLOWODANÓW
BIAŁKA
TŁUSZCZÓW**

bogaty w:

**WITAMINY
SKŁADNIKI MINERALNE
BŁONNIK**



NASZA OFERTA OBEJMUJE:

- **ŻYWIENIE PODSTAWOWE**
- **ŻYWIENIE W CHOROBAH:**
 - CUKRZYCA
 - NADCIŚNIENIE TĘTNICZE
 - CHOROBA REFLUKSOWA PRZELYKU
 - CHOROBA WRZODOWA ŻOŁADKA
 - ZESPÓŁ JELITA DRAŻLIWEGO
 - PRZEWLEKŁE ZAPALENIE TRZUSTKI
 - ZABURZENIA FUNKCJI WĄTROBY
 - MIAŻDŻYCA
 - HIPERURIKEMIA I DNA MOCZANOWA
 - PRZEWLEKŁA CHOROBA NEREK
 - KAMICA UKŁADU MOCZOWEGO
 - NIEDOKRWISTOŚĆ
 - ALERGIE
 - CELIAKIA