



**Magiczny
Kraków**

Światowy Dzień zdrowia w Dworku

2016-04-11

Z okazji przypadającego w kwietniu Światowego Dnia Zdrowia zapraszamy na spotkanie ze specjalistami w dziedzinie zapobiegania i leczenia cukrzycy oraz nadwagi. W programie m.in. bezpłatne badanie składu ciała, pomiar indeksu glikemicznego, pokaz zabiegu drenującego ciało oraz zdrowy poczęstunek. Wydarzenie odbędzie się 13 kwietnia o godz. 18.00, ul. Papiernicza 2 (Sala Kominkowa).

W programie:

Gerhard Mikolaiczik - fizjolog

Cukrzyca – przyczyny i prewencja. Jakie organy potrzebują wsparcia w cukrzycy – właściwa suplementacja diety

Magdalena Strojniak - dietetyk

Genodieta, alergie pokarmowe i choroby dietozależne a nadwaga

Agnieszka Badura fizjoterapeuta

Żyjesz „w biegu” a ruszasz się mało? – fizjoterapia i profilaktyka nadwagi i cukrzycy w praktyce

Bezpłatne badania i konsultacje:

1. Darmowe badanie składu ciała Tanita
2. Kontrola indeksu glikemicznego
3. Prezentacja zabiegu drenującego ciało i sprzyjającego pozbywaniu się toksyn i cellulitu – celluTite + możliwość wylosowania 1 darmowego pakietu zabiegów odchudzających (każdy kto chce wziąć udział w losowaniu zostawia nam namiar do siebie)
4. Poczęstunek i degustacja zielonych szejków doskonałych dla zdrowia i figury.

Informacje o ekspertach:

dr Gerhard Mikolaiczik

Fizjolog

Fizjolog i fizyk. Autor wielu książek i publikacji naukowych. Ekspert w dziedzinie substancji mikroodżywczych. Aktywny Członek Międzynarodowego Stowarzyszenia Prewencji w Medycynie z siedzibą w Wiedniu. Jest także członkiem międzynarodowego, interdyscyplinarnego zespołu ekspertów



**Magiczny
Kraków**

zajmujących się badaniem mózgu. Propagator idei optymalizacji i prewencji zdrowia. Inspirator nowych trendów i wprowadzania na Polski rynek innowacyjnych rozwiązań w zakresie suplementacji i wyrobów medycznych.

Magdalena Strojniak

dietetyk

Bardzo doświadczona i wszechstronnie wykształcona. Cały czas się rozwija i zgłębia wiedzę min. na temat psychodietetyki i genodietetyki. Ukończyła Krakowski Uniwersytet Rolniczy, studia podyplomowe z zakresu dietetyki Krakowskiej Wyższej Szkoły Promocji Zdrowia, studia podyplomowe „Żywienie w zdrowiu i chorobie” na wydziale lekarskim Uniwersytetu Jagiellońskiego. A także podyplomowe studia z zakresu mediacji i coachingu.

Ma wiedzę w zakresie żywienia w chorobach tarczycy, żywienia osób starszych, żywienia kobiet w ciąży i dzieci, żywienia w cukrzycy i w sporcie.

Wspiera pacjentów na każdym etapie procesu leczenia nadwagi i pracy z dietą.

Agnieszka Badura

fizjoterapeutka

Pasjonatka fizjoterapii i aktywnej, wielopłaszczyznowej pracy z pacjentem. Ukończyła studia z zakresu fizjoterapii I i II stopnia, na Śląskim Uniwersytecie Medycznym w Katowicach i Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie.

Instruktorka różnych form fitness min.: step, dance, TBC, aerobox, elementy jogi i pilatesu, tabata, a także Nordic Walking, treningów dla kobiet w ciąży i po ciąży oraz zajęć fit mom. Masażystka. Specjalizuje się także w zaburzeniach funkcjonalnych dna miednicy i inkontynencji AG GGUP i problemach nietrzymania moczu. Z pasją wspiera i znakomicie motywuje pacjentów do aktywności i pracy z ciałem.