

Zaproszenie żołnierzy na Turnusy Profilaktyczno-Lecznicze

Szanowni Żołnierze,

Serdecznie zapraszamy do skorzystania z naszej oferty turnusów profilaktyczno-leczniczych w **23 Wojskowym Szpitalu Uzdrowskowo-Rehabilitacyjnym SP ZOZ w Łądku-Zdroju**. Po wrześniowej powodzi nasz ośrodek został w pełni przygotowany, aby zapewnić Państwu komfortowe warunki pobytu oraz szeroki wachlarz usług zdrowotnych, rekreacyjnych i relaksacyjnych.

Nasze turnusy to doskonała okazja, aby zadbać o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne w otoczeniu pięknej przyrody oraz korzystać z profesjonalnej opieki specjalistów.

Co obejmuje nasza oferta?

1. 14-dniowy program „Trening antystresowy”

Program stworzony specjalnie dla osób narażonych na wysoki poziom stresu, w tym żołnierzy, pozwalający na:

- Poprawę zdolności radzenia sobie w trudnych sytuacjach,
- Relaksację i regenerację sił psychofizycznych,
- Wzmocnienie odporności psychicznej i poprawę samopoczucia.

2. Zabiegi przyrodolecznicze

- Kąpiele solankowe, borowinowe i siarkowe,
- Masaże lecznicze i relaksacyjne,
- Terapie wodne i inhalacje,
- Fizjoterapia i ćwiczenia wzmacniające.

3. Zakwaterowanie oraz pełne wyżywienie

- Komfortowe pokoje,
- Całodzienne wyżywienie (śniadanie, obiad, kolacja)

4. Atrakcje i zajęcia dodatkowe

- Wycieczki po okolicy (m.in. zwiedzanie Łądku - Zdroju i okolicznych atrakcji),
- Wieczory tematyczne, spotkania kulturalne,
- Dwie uroczyste kolacje integracyjne.

5. Wsparcie psychologiczne

- Obowiązkowe konsultacje indywidualne z psychologiem,
- Zajęcia grupowe ukierunkowane na budowanie odporności psychicznej i redukcję stresu.

6. Dostęp do obiektów rekreacyjnych

- Nielimitowany dostęp do basenu,
- Kartę do strefy SPA (sauny, jacuzzi, strefa relaksu) na 2,5 godziny.

7. Dla osób towarzyszących

Osoby towarzyszące żołnierzom mogą uczestniczyć w turnusie za dodatkową opłatą, korzystając z pełnego programu rekreacyjno-uzdrowskiego.

Dlaczego warto wybrać nasz ośrodek?

- Wieloletnie doświadczenie w organizacji turnusów dla żołnierzy i ich rodzin,
- Wykwalifikowany personel medyczny, fizjoterapeutyczny i psychologiczny,
- Malownicze położenie w sercu uzdrowskiego Łądku - Zdroju, sprzyjające wypoczynkowi i regeneracji,
- Możliwość spędzenia czasu w towarzystwie osób o podobnych doświadczeniach i nawiązania nowych znajomości.

Jak się zapisać?

Aby zarezerwować miejsce, prosimy o kontakt z Biurem Obsługi Kuracjusza w 23 Wojskowym Szpitalu Uzdrowskowo-Rehabilitacyjnym:

- Telefon: kom.+48 501 948 131, +48 501 957 694, +48 501 957 430
- E-mail: bok@23wszur.pl

**23 Wojskowy Szpital Uzdrawiskowo-Rehabilitacyjny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Łądku-
Zdroju**

Liczba miejsc jest ograniczona, dlatego zachęcamy do szybkiej rezerwacji!

Zadbaj o swoje zdrowie i samopoczucie już dziś - czekamy na Ciebie!

**Z poważaniem,
Zespół 23 Wojskowego Szpitala Uzdrawiskowo-Rehabilitacyjnego**