

ZACHOWAĆ ZDROWIE – JAK MEDYCYNA KOMPLEMENTARNA MOŻE NAM POMÓC?



Terapie dostępne w Wellspring pomagają okolicznym mieszkańcom utrzymać dobry stan zdrowia, a także mają pozytywny wpływ na samopoczucie. Z terapii można skorzystać na dwa sposoby.

Skierowanie od lekarza GP, obejmujące fizjoterapię, osteopatię i chiropraktykę, zapewnia bezpłatną terapię w celu zaleczeni urazów i szybszego powrotu do zdrowia.

Nasza Low Cost Clinic (Niedroga Klinika) udziela zabiegów terapeutycznych dla osób o niskich dochodach. Zabiegi te pomagają utrzymać dobre zdrowie i samopoczucie.

Regularne zabiegi obniżają ciśnienie krwi, redukują napięcie i stres, usprawniają i uelastyczniają mięśnie. W rezultacie zabiegi zmniejszają ryzyko poważnych urazów, a także pomagają zwalczyć bezsenność.

Dodatkowo, medycyna komplementarna może pomóc w powrocie do zdrowia w przypadku przewlekłych dolegliwości—**WARTO SPRÓBOWAĆ!**

DALSZE INFORMACJE:

Informacje znajdujące się na tej ulotce ogólnie opisują dostępne terapie z zakresu medycyny komplementarnej. Szczegółowe informacje można uzyskać pod niżej podanymi numerami telefonu.

TWÓJ ZABIEG:

Niektóre zabiegi odbywają się na całym ciele, z tego powodu terapeuci proszą o pozostanie w bieliźnie. Wszyscy nasi terapeuci to wysoko wykwalifikowani specjaliści z bogatym doświadczeniem zawodowym; są oni również sprawdzeni przez Policję. Nigdy nie jest się całkowicie obnażonym podczas zabiegu. Jeśli chcesz dopytać o dalsze szczegóły—zadzwoń!

JAK UMÓWIĆ SIĘ NA ZABIEG:

Jeśli potrzebujesz skierowania do fizjoterapeuty, chiropraktyka lub osteopaty, poproś o nie swojego lekarza GP (możesz pokazać tą ulotkę). W razie trudności możesz zgłosić się do CHC lub Polskiego Projektu przy Wellspring. Możemy zapewnić tłumacza na czas konsultacji.

Jeśli chcesz się umówić na niedrogi zabieg w naszej Low Cost Clinic, zadzwoń na recepcję Wellspring pod numer telefonu: 0117 304 14 00.

Jeśli nie możesz porozumieć się po angielsku, zadzwoń pod numer: 0117 304 14 26.

Complementary Health Clinic

Tel: 0117 3041414

Rezerwacje—Recepcja: 0117 3041400

The Polish Health Engagement Project

Tel: 0117 3041426



*Witamy w Kilince Medycyny
Komplementarnej
Wellspring*



Complementary Health Clinic



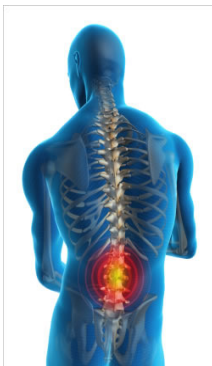
Supported by

The National Lottery®

through the Big Lottery Fund



*Klinika Medycyny Komplementarnej
za skierowaniem od lekarza GP
Fizjoterapia, Osteopatia,
Chiropraktyka metodą McTimoney*



Klinika Medycyny Komplementarnej (Complementary Health Clinic, CHC) przy Wellspring finansowana jest przez lokalne przychodnie aby udostępnić mieszkańcom śródmieścia i wschodniego Bristolu

zabiegi fizjoterapeutyczne u lokalnych specjalistów.

Zabiegi te przysługują osobom, które ucierpiały z powodu ostrego urazu w przeciągu ostatnich 6 miesięcy do roku. Skierowanie nie przysługuje w przypadku przewlekłych dolegliwości.

Jeśli jesteś zarejestrowany w jednej z niżej wymienionych przychodni, możesz poprosić GP o skierowanie.

**Easton Family Practice
Eastville Health Centre-Parrot
Lawrence Hill Health Centre
Maytrees Practice
Montpelier Health Centre
Seymour Medical Practice
Sussex Place Surgery
Wellspring Surgery**

Z jakich zabiegów można skorzystać?

Na skierowanie od lekarza GP

Fizjoterapia: polega na manipulacji mięśni oraz na ćwiczeniach w celu zalecenia urazu. W Wielkiej Brytanii fizjoterapia nie obejmuje naświetlań.

Osteopatia: polega na nastawianiu układu kostnego; nastawianie może być bardzo delikatne lub nieco mocniejsze w zależności od potrzeb.

Chiropraktyka metodą McTimoney: podobna osteopatii. Nastawianie może być bardzo delikatne, czasem nawet bez potrzeby dotykania ciała.

Low Cost Clinic, czyli Niedroga Klinika

Masaż Holistyczny, Sportowy i Szwedzki: masaż całego ciała z użyciem olejków zapewnia głęboki relaks, przywraca równowagę oraz wspomaga powrót do pełnego zdrowia.

Masaż Aromaterapeutyczny: masaż całego ciała; naturalne olejki z kwiatów lub ziół polepszają nasze zdrowie i są źródłem wspaniałego aromatu.

Masaż Shiatsu i Tajski: zabiegi przeprowadza się w pełnym ubraniu, na materacu leżącym na podłodze. Masaż reguluje ustawienia kręgosłupa i mięśni oraz przywraca naturalny przepływ energii.

Akupunktura: nakłuwanie ciała w punktach przepływu energii w organizmie. Stosuje się przy leczeniu określonych dolegliwości.

Masaż receptorów refleksologicznych: zabieg przeprowadza się na stopach, ale wpływ odczuwalny jest na całym ciele.

***Low Cost Clinic
Niedroga Klinika
Masaż Holistyczny,
Sportowy i Szwedzki
Masaż Aromaterapeutyczny,
Shiatsu i Tajski
Akupunktura
Refleksologia***

Low Cost Clinic (LCC) czyli Niedroga Klinika dostępna jest dla mieszkańców śródmieścia i wschodniego Bristolu. Nasi wykwalifikowani terapeuci pracują dla dobra lokalnej społeczności oferując w Wellspring swoje umiejętności w niewygórowanych cenach.

Cena za zabiegi komplementarne w prywatnych gabinetach zazwyczaj wynosi pomiędzy £40 a £70 za godzinę. W Wellspring zapłacisz £15 jeśli pobierasz zasiłki, lub £30 jeśli pracujesz na pełen etat.

Często oferujemy nowe zabiegi, więc zawsze warto sprawdzić jakie rodzaje terapii są dostępne. Zapraszamy!

