



SEMINARAS KŪNO KULTŪROS MOKYTOJAMS

ŠIUOLAIKINIAI NUGAROS SKAUSMO VALDYMO BŪDAI

Data: 2018 m. spalio 3 d. 10.00 val.

Vieta: Bendruomenės namai, Debreceno g. 48, Klaipėda

PROGRAMA

| | |
|-------------------------------|---|
| 10.00 – 10.30 | Dalyvių registracija |
| 10.30 – 10.45 | Sveikinimo žodis <i>Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro direktorė Jūratė Grubliauskienė</i> |
| 10.45– 13.00 (3 ak. val.) | Teorinė paskaita – diskusija. <i>„ Vaikų nugaros skausmai. Vaikų augimo, vystymosi ir brendimo dėsninumai. Vaikų nugaros skausmų priežastys“</i> <i>„Netaisyklinga vaikų laikysena. Netaisyklingos laikysenos priežastys ir korekcija. Liemens raumenų ištvermės testavimas. Funkcinis stabilumas ir nestabilumas.</i> <i>Dr. Vilma Dudonienė</i> |
| 13.00 – 13.30 | Kavos pertrauka |
| 13.30 – 15.00 (2 ak. val.) | Teorinė paskaita – diskusija. <i>„ Suaugusiųjų nugaros skausmai. Skausmų priežastys ir paplitimas. Rizikos veiksniai. Tarpslankstelinio disko išvarža. Segmentinis nestabilumas ir jo priežastys.</i> <i>Dr. Vilma Dudonienė</i> |
| 15.00 – 15.45 (1 ak. val.) | Teorinė ir praktinė galimų judesių/pratimų analizė <i>„Stuburo stabilizavimo pratimai – saugūs pratimai“</i> <i>Dr. Vilma Dudonienė</i> |

P.S. Norintys dalyvauti seminare registruojasi tik per www.semiplus.lt sistemą. Dalyvių apranga – sportinė.