

Vďaka myšlienke Komunitného Centra GAUDEAUMUS



zriadiť hydrocentrum a podpore BSK



môžu aj naši klienti si vychutnávať hydroterapiu a integrované plávanie.

Hydrokinezioterapia priaznivo pôsobí na rozvoj srdcovo-cievneho a dýchacieho systému i nervového a pohybového aparátu. Je cvičenie vo vode, ktoré patrí medzi vodoliečebné procedúry. Využívajú ju klienti v ZKR Gaudeamus na Mokrohájskej ul. Pri terapii sa využívajú nadľahčujúce účinky vody, prostredníctvom ktorého sa všetky pohyby vykonávajú jednoduchšie a klient ich môže vykonávať vo všetkých smeroch do nebolestivého rozsahu. Pre našich klientov má významný vplyv po psychickej aj fyzickej stránke. Výrazne prispieva k úľave od bolesti chrbta a kĺbov. Zlepšuje celkovú pohyblivosť, ako aj kondíciu, podporuje uvoľnenie svalových spaziem.

Vo väčšom bazéne klienti využívajú aj plavecké pomôcky (plavecké dosky, nafukovacie vesty, penové pomôcky, lopty, atď.)

V teplom relaxačnom bazéniku klienti využívajú účinky víriacej vody z podvodnej trysky, ktorá zvyšuje prekrvenie končatín, lokálny metabolizmus a aktivuje kožné receptory.

Hydroterapia prebieha utorok a štvrtok pod vedením terapeutov z hydrocentra a zamestnancov DSS KAMPINA – Bc. Richarda Vidomana a Mgr. Petry Kucharičovej.

