

***Īpašā darbaspēku atjaunojoša programma Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības PRO*** biedriem

**Veselību atjaunojoša atpūtas un medicīniskās rehabilitācijas programma**

**3 dienas** (2 nakts) (1 personai)

**Programmā iekļauts:**

* Ārsta konsultācija
* Zemūdens masāža
* Īpašā sezonas vanna (pēc izvēles atbilstoši sezonas piedāvājumam, piem., ingvera, jasmīnu, ceriņu, austrumu, pīlādžu, Titāna vanna vīriešiem u.c.)
* Ārstnieciskā apkakles zonas vai muguras jostas krustu masāža, 2x
* Dūņu aplikācijas (2 lauki), 2x
* Haloterapija (sāls istaba), 3x
* Nūjošanas inventāra noma
* Relaksējošas pastaigas vai nūjošana gar Gaujas krastiem pa iekoptām dabas takām
* Medicīniskā personāla uzraudzība visu diennakti
* Dzīvošana labiekārtotā divistabu divvietīgā numurā ar brokastīm
* Pusdienas un vakariņas

**Programmas akcijas cena ar 20 % atlaidi – 189,20**

(programmas faktiskā vērtība EUR 236,50)

Piedāvājums spēkā no 01.02.2023.

***Īpašā darbaspēku atjaunojoša programma Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības PRO*** biedriem

**Veselību atjaunojoša atpūtas un medicīniskās rehabilitācijas programma**

**6 dienas** (5 naktis) (1 personai)

**Programmā iekļauts:**

* Fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsta konsultācija un uzraudzība rehabilitācijas kursa laikā
* Fizioterapeita pirmreizēja konsultācija un rehabilitācijas plāna sastādīšana
* Ārstnieciskā vingrošana grupā fizioterapeita vadībā (30 min.), 3 x
* Ārstnieciskā vingrošana baseinā, 2 x
* Dozēta slodze uz velotrenažiera vai krioterapija vai kinezioloģiskā teipošana
* Ārstnieciskā masāža apkakles zonai vai muguras jostas krustu masāža, 3x
* Zemūdens masāža (20 min.), 2 x
* Dūņu aplikācijas (2 lauki), 5 x
* Haloterapija (sāls istaba), 5 x
* Nūjošanas inventāra noma
* Relaksējošas pastaigas vai nūjošana gar Gaujas krastiem pa iekoptām dabas takām
* Medicīniskā personāla uzraudzība visu diennakti
* Dzīvošana labiekārtotā divistabu divvietīgā numurā ar brokastīm
* Pusdienas un vakariņas

**Programmas akcijas cena ar 20 % atlaidi – 435,20**

(programmas faktiskā vērtība EUR 544,00)

Piedāvājums spēkā no 01.02.2023.

***Īpašā darbaspēku atjaunojoša programma Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības PRO*** biedriem

**Veselību atjaunojoša atpūtas un medicīniskās rehabilitācijas programma**

**10 dienas** (9 naktis) (1 personai)

**Programmā iekļauts:**

* Fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsta konsultācija un uzraudzība rehabilitācijas kursa laikā
* Fizioterapeita pirmreizēja konsultācija un rehabilitācijas plāna sastādīšana
* Ārstnieciskā vingrošana grupā fizioterapeita vadībā (30 min.), 7 x
* Ārstnieciskā vingrošana baseinā, 3 x
* Dozēta slodze uz velotrenažiera vai krioterapija vai kinezioloģiskā teipošana, 2 x
* Ārstnieciskā masāža apkakles zonai vai muguras jostas krustu masāža, 6 x
* Zemūdens masāža (20 min.), 2 x
* Īpašā sezonas vanna (atbilstoši piedāvājumam pēc izvēles, piem., ingvera, jasmīnu, ceriņu, pīlādžu, Titāna vanna vīriešiem u.c.), 2 x
* Dūņu aplikācijas (2 lauki), 7 x
* Haloterapija (sāls istaba), 5 x
* Sauna un baseins
* Nūjošanas inventāra noma
* Relaksējošas pastaigas vai nūjošana gar Gaujas krastiem pa iekoptām dabas takām
* Medicīniskā personāla uzraudzība visu diennakti
* Dzīvošana labiekārtotā divistabu divvietīgā numurā ar brokastīm
* Pusdienas un vakariņas

**Programmas akcijas cena ar 25 % atlaidi – 682,50**

(programmas faktiskā vērtība EUR 910,00)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Piedāvājums spēkā no 01.02.2023.

***Piedāvājums Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības PRO*** biedriem

Medicīniskā rehabilitācijas

**daļēji valsts apmaksātajā programmā**

Lai saņemtu valsts apmaksātos pakalpojumus, pacientam nepieciešams ģimenes ārsta nosūtījums un jāveic pieraksts **(minimālais ārstēšanās periods 5 darba dienas).**

**Ambulatorās rehabilitācijas izmaksas:**

* Pacienta iemaksa (EUR 4,00 (nedēļā 2 x) atbilstoši MK noteikumiem)
* Izmitināšanas pakalpojumi ( no 17,00 EUR /dienā (saskaņā ar cenrādi)
* Ēdināšanas izmaksas (11,50,00 EUR /dienā)

**Valsts apmaksā:**

* Fizikālās un rehabilitācijas medicīnas ārsta konsultācijas, rehabilitācijas plāna sastādīšana un uzraudzība rehabilitācijas kursa laikā
* Fizioterapeita pirmreizēja konsultācija un rehabilitācijas plāna sastādīšana
* Ārstnieciskā vingrošana fizioterapeita vadībā
* Ārstnieciskā vingrošana baseinā
* Ergoterapeita pirmreizēja konsultācija un rehabilitācijas plāna sastādīšana
* Dozēta slodze uz velotrenažiera vai krioterapijas vai kinezioloģiskā tipošana
* Relaksējošas pastaigas gar Gaujas krastiem
* Medicīniskā personāla uzraudzība visu diennakti
* Nūjošana (inventāra īre)

**Par papildus samaksu (saskaņā ar cenrādi):**

* Ārstnieciskā masāža apkakles zonai vai muguras jostas krustu masāža
* Uztura speciālista konsultācijas un rehabiltiācijas plāna sastādīšana
* Masāžas
* Limfodrenāžas kompresijas vakuuma zābaciņi
* Ūdensdziedniecības procedūras (Zemūdens masāža, vannas, Šarko duša)
* Dūņu aplikācijas
* Fizikālās terpijas procedūras
* Haloterapija (sāls istaba)
* Ārstnieciskā pirts arī Īstu pirts sievu un ajūrvēdas pēdu vai roku masāža
* u.c. procedūras

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

***Darbaspēku atjaunojoša Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības PRO*** biedriem

**Individuāli sastādītas programmas**

Ņemot vērā, katra klienta individuālās vēlmes un veselības stāvokli, piedāvājam arī izstrādāt programmas, kas tiek **individuāli piemērotas katra klienta vajadzībām un vēlmēm.**

Izvēloties individuāli sastādītu programmu, ***Latvijas Sakaru darbinieku arodbiedrības biedriem un viņu pavadošajām personām*** tiks piemērota **50 % atlaide izmitināšanas pakalpojumiem** (programmām no 200,00 EUR un vairāk).

**10 % atlaide solārijam**

**10 % atlaide Limfodrenāžas kompresijas vakuuma zābakiem**

**10 % atlaide ekskursijai uz īpaši slepeno bunkuru ar segvārdu „Pansionāts” (atvērtajos laikos)**

*Rezervācija pa tālruni +371 64161917, +371 64161915.* [*www.rehcentrsligatne.lv*](http://www.rehcentrsligatne.lv)

*Par papildus samaksu var izvēlēties vēl citas ārstnieciskās procedūras (vēlams procedūras pieteikt pirms iebraukšanas).*

*Iebraukšana līdz plkst. 12.00, izbraukšana līdz plkst. 20.00*