REKONDICE PRO PACIENTY

S DIABETEM léčené

inzulínovými pumpami

**20. - 23. října 2016**

**Hotel Jirásek**

[**Adresa**](https://www.google.cz/search?rlz=1C1SAVI_enCZ552CZ573&espv=2&biw=1920&bih=911&q=l%C3%A1ze%C5%88sk%C3%BD+hotel+jir%C3%A1sek+adresa&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LRT9c3NLQssbRIL6jQks1OttLPyU9OLMnMz4MzrBJTUopSi4sBqZFpTy8AAAA&sa=X&ved=0ahUKEwjsr63e96DPAhUHWiwKHfshCVQQ6BMIpwEwDg)**:**Plzeňská 79, 349 52 Konstantinovy Lázně

[**Telefon**](https://www.google.cz/search?rlz=1C1SAVI_enCZ552CZ573&espv=2&biw=1920&bih=911&q=l%C3%A1ze%C5%88sk%C3%BD+hotel+jir%C3%A1sek+telefon&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LRT9c3NLQssbRIL6jQ0s9OttJPzs_JSU0uyczP08_Oyy_PSU1JT40vSMxLzSnWz0gsji_IyM9LtQKTAG8vXbhBAAAA&sa=X&ved=0ahUKEwjsr63e96DPAhUHWiwKHfshCVQQ6BMIqgEwDw)**:**374 615 500

http://www.konstantinovy.cz/cz/hotely-a-penziony/



# Rekondici pořádají:

**Svaz diabetiků ČR, ÚO Plzeň**

Goldscheiderova 3, 301 00 Plzeň
e-mail: diaplzen@centrum.cz

organizační vedoucí:

Růžena Limburská

tel.: 722 905 683,

e- mail: ruzena.plzen@seznam.cz

a

**Diabetologická ambulance**

**I. interní klinika FN**

Alej svobody 80, 304 60 Plzeň

tel. 377 103 518

e-mail: diabetologie@fnplzen.cz

## Lázeňský hotel Jirásek - info

K dispozici je restaurace s kavárnou a terasou, půjčovna jízdních kol a hůlek pro Nordic Walking, rehabilitační bazén. Bezbariérový přístup, výtah, salónek s internetovým Wi-Fi připojením. Stravování je přímo v restauraci lázeňského hotelu Jirásek. Parkovací místa jsou bezprostředně vedle hotelu.
Pokoje jsou vybaveny sociálním zařízením, televizí, ledničkou, telefonem, rádiem. Část pokojů je s balkonem.

### Příjezd autem

Z centra Plzně po E49 přes Úněšov (směr Karlovy Vary) a za Úněšovem 4-5km je směrová tabule odbočka vlevo Konstantinovy Lázně.

Parkování

Výše parkovného na parkovišti vedle hotelu Jirásek je ve výši 30,- Kč/den. Vratná záloha za půjčení dálkového ovládání ve výši 500,- Kč za dobu parkování. Platby se provádí přímo na recepci v hotelu Jirásek. Bezplatné parkování je cca 150 m od hotelu Jirásek na autobusovém nádraží.

### Příjezd autobusem

Plzeň - Stříbro (přestup) - Konstantinovy Lázně.

### Příjezd vlakem

Plzeň hl. nádraží - Pňovany (směr Cheb) se přesedá na vlak do Konstantinových Lázní (směr Bezdružice).

**** Předběžný program rekondice
(definitivní program na místě)

Čtvrtek

 15:00-18:00 Individuální příjezd

 18:00-18:45 Večeře

 19:00-19:30 Úvod rekondice, přivítání (J. Brožová, R. Limburská)

 19:30-21:00 Přednáška – Pokročilé technologie (J. Brožová)

Pátek

 8:00-8:45 Snídaně

 8:45-9:30 Přednáška - Dieta základy (M.Hanza)

 9:45-11:15 Workshop - Senzory (H. Kůsová, I. Kobrová, J. Brožová)

 11:30-12:30 Oběd

 13:00-13:45 Diskuze – Sport

 14:00-17:00 Vycházka - aneb pohybová aktivita v praxi

 17:30-18:15 Večeře

 19:00-21:00 Kalkulovaný bolus (Wizard) (J. Brožová, H. Kůsová)

Sobota

 8:00-8:45 Snídaně

 8:45-9:30 Přednáška – Nezvyklé situace, náhradní režim (J. Brožová)

 9:45-11:15 Workshop – Výměnné jednotky, glykemický index (R. Fatková)

 11:30-12:30 Oběd

 12:45-13:15 Diskuze – Samostatná úprava léčby, hodnocení grafů (Carelink Personal)

 14:00-17:00 Vycházka - 2. pohybová aktivita v praxi – dokážeme již lépe zvládnout?

 17:30-18:15 Večeře

 **19:00-21:00 Typy bolusů aneb záleží na tom co jíme, kdy a jak?(J. Brožová, H. Kůsová)**

Neděle

 8:00-8:45 Snídaně

 8:45-9:30 Přednáška – Komplikace diabetu (hlavně akutní) (A. Procházková Pöpperlová)

 9:45-11:15 Workshop – Plnění kanyl a jiné chyby (H. Kůsová, I. Kobrová)

 Co nám rekondice přinesla, zhodnocení + ukončení rekondice

 11:30-12:30 Oběd

 13:00 Individuální odjezdy

Organizační informace

**Zajištěny během rekondice:**

* snídaně, obědy, večeře
* ubytování
* odborný program
* zdravotnický dohled
* 1x senzor glykémií

**Není zajištěno**

* svačiny či druhé večeře
* doprava na místo konání
* spotřební materiál k pumpám, inzulín ...

**Věci k zabalení do batůžku, kufru, cestovní tašky ☺**

* spotřební materiál k inzulínové pumpě (kanyly, sety, zásobníky ...)
* glukometr + proužky (dostatečné množství)
* inzulín
* transmitter k senzorům (pokud vlastníte) + nabíječka
* zásoba sacharidů (první pomoc na "hypo"), svačiny
* pohodlné oblečení
* plavky
* dobrá nálada a chuť se dozvědět (možná) něco nového