BLUEMED

CENTRUM MEDYCZNE
DLA DZIECI I DOROSŁYCH

AKADEMIA MŁODEGO SPORTOWCA

DBAMY O DZIECI KOMPLEKSOWO

- **Ocena zdrowia**
  EKG, echo serca, USG, analiza wzrostu i masy ciała
- **Indywidualne zalecenia dietetyczne**
  bilans kaloryczny, lista posiłków i pomysły na zdrowe przekąski
- **Wiemy jak dbać o zdrowie młodego sportowca**
  Jak wspierać dziecko w drodze po sukces i zdrowie

Ale to nie wszystko!
TWORZYMY PLANY ŻYWIENIOWE DLA DZIECI UPRAWIAJĄCYCH SPORT

- Pomożemy Ci zaplanować jadłospis, zdrowych i kalorycznie dopasowanych posiłków dla młodych sportowców.
- Przygotujemy przykładowe jadłospisy, propozycje zdrowych przekąsek do szkoły i na trening.
- Pokażemy, że zdrowe jedzenie może być jednocześnie smaczne, pożywne i proste do przygotowania.

NA 1 MIEJSCU JEST ZDROWIE TWOJEGO DZIECKA

SPECJALIŚCI, KTÓRZY CI W TYM POMOGĄ TO M. IN.

dr n. med ANNA FLAK- WANCERZ
GASTROENTEROLOG DZIECIĘCY, ŻYWIENIOWCA , PEDIATRA

lek. MACIEJ GARDOŃ
KARDIOLOG

PORADNIE DLA DZIECI
bluemedkids.pl

TYGODNIOWY PRZEGLĄD MŁODEGO SPORTOWCA

KARTA OBSERWACJI

BLUEMED

CENTRUM MEDYCZNE
DLA DZIECI I DOROSŁYCH

Przez cały tydzień obserwuj, co je Twoje dziecko,
a następnie przekaż lekarzowi szczegółowy opis jego diety.

MAM NA IMIĘ .....

SPORT, KTÓRY UPRAWIAM .....

	Odżywianie	Trening	Samoboczucie	Sugestie lekarza
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

ul. Huberta 6
40-542 Katowice

tel. 32 889 80 90
rejestracja@bluemed.pl

WSZYSCY
SPECJALIŚCI DZIECIĘCY
W JEDNYM MIEJSCU
bluemedkids.pl