

## JAK SE K NÁM DOSTANETE?



### SPOJENÍ TRAMVAJ DPO:

Linka 7, 11, 12 - Zastávka Palkovského

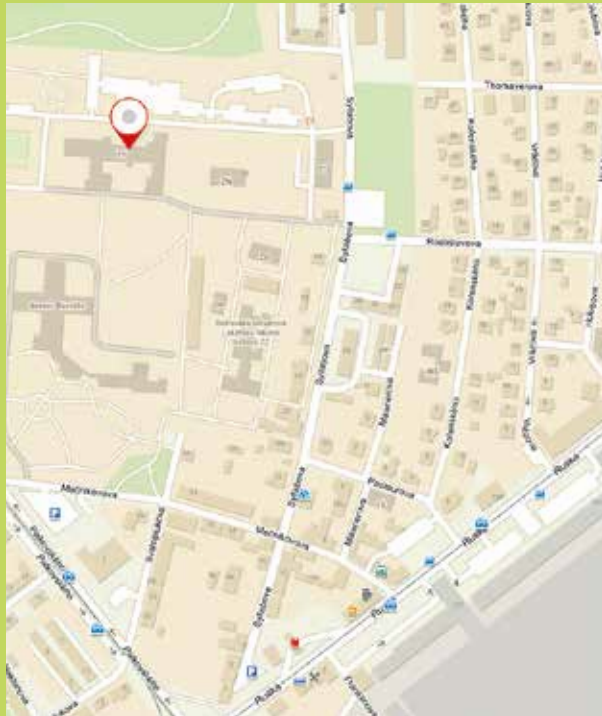
Linka 2, 3, 12 - Zastávka Ředitelství  
Vítkovic



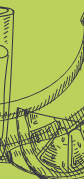
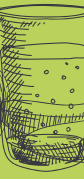
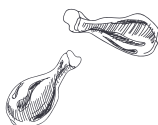
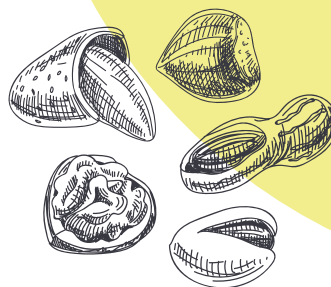
### SPOJENÍ AUTOBUS DPO:

Linka 57 - Zastávka Lékařská fakulta

Linka 57, 59 - Zastávka Ředitelství  
Vítkovic



OSTRAVSKÁ  
UNIVERZITA  
LÉKAŘSKÁ FAKULTA



## NUTRIČNÍ PORADNA

Zdravotnické zařízení  
Ústavu fyziologie  
a patofyziologie LF OU



## NABÍZÍME SLUŽBY PRO VEŘEJNOST

*Poradenství, konzultace v oblasti výživy a dietologie s možností analýzy složení těla, výukou moderního či dietního vaření a doporučením k vhodným pohybovým aktivitám včetně názorné ukázky.*

Nutriční poradna je místem, kde vám pomůžeme se správným stravováním a výběrem vhodných potravin, edukací při různých zdravotních potížích či omezeních.

Nutriční poradnu mohou navštívit malé děti, dospívající, dospělí, sportovci, těhotné, kojící ženy a senioři.



## V NUTRIČNÍ PORADNĚ VÁM POMŮŽEME:



S hubnutím či nabíráním tělesné hmotnosti



S výživou v různých životních etapách - výživa v dětském věku, dospělosti, těhotenství, kojení, seniorském věku



Se sportovní výživou



Se stravováním při diabetu mellitu II. typu, gestačním diabetu



Se stravováním při indikované dietě či specifickou problematikou (poruchy příjmu potravy, potravinové intolerance a alergie)



S výběrem vhodných potravin, s informacemi na etiketách potravin



S možnou praktickou ukázkou odhadu velikosti porcí potravin a kulinářskou přípravou potravin



Se změnou životního stylu

## NUTRIČNÍ TERAPEUTKY:



**Mgr. Hana Holišová**



**Mgr. Karin Petřeková, Ph.D.**

## KDE NÁS NAJDETE:



**Lékařská fakulta,  
Ostravská univerzita**  
budova ZY, místnost 173  
Syllabova 19,  
Ostrava - Zábřeh, 703 00

## OBJEDNÁVKY:



**Telefon:** 731 420 288, 553 46 1773,  
553 46 1771, 553 46 1776



**Email:** [nutricniporadna@osu.cz](mailto:nutricniporadna@osu.cz)



**Web:** [lf.osu.cz/ufy/nutricni-poradna/](http://lf.osu.cz/ufy/nutricni-poradna/)



**Facebook:** [www.facebook.com/  
nutricniporadnaLFOU/](https://www.facebook.com/nutricniporadnaLFOU/)