

**CZWARTEK - 15 czerwca 2023 r.**

**CYKL SZKOLENIOWY - AULA 102 – I PIĘTRO – NARUTOWICZA 9**

**10.00-12.10 - PANEL WYKŁADÓW DLA PRACOWNIKÓW OŚWIATY I MŁODZIEŻY**

**10:00-10:10** - ***Powitanie***– dr inż. Grzegorz Koc JM Rektor PUZ, Joanna Zaręba Państwowy

Powiatowy Inspektor Sanitarny, dr Ewa Wiśniewska Dziekan WNoZiNS PUZ

**10:10-10:40** - ***Radzenie sobie ze stresem i budowanie odporności psychicznej***

- Wiesława Machul, Dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Ciechanowie

**10:40-11:10** - ***Lepiej zapobiegać niż leczyć - rola diety w prewencji chorób dietozależnych***

– dr Anna Fabisiak, Katedra Dietetyki SGGW w Warszawie

**11:10-11:40** - ***Rola aktywności fizycznej w życiu człowieka***– Justyna Ozdarska, Centrum

Ruchu Eskulap w Ciechanowie

**11:40-12:10** - ***Przeszczepianie komórek krwiotwórczych – rejestr niespokrewnionych***

***dawców szpiku***- prof. Jolanta Korsak - Krajowy Konsultant ds. Krwiolecznictwa, Kierownik

Zakładu Transfuzjologii i Transplantologii Klinicznej WIM w Warszawie

**12:10** - ***Zakończenie***

**14.00-17.00 - PANEL OTWARTYCH WYKŁADÓW DLA SENIORÓW – WSTĘP WOLNY**

**14:00-14:10** – ***Powitanie***– dr inż. Grzegorz Koc JM Rektor PUZ, Joanna Zaręba Państwowy

Powiatowy Inspektor Sanitarny, dr Ewa Wiśniewska Dziekan WNoZiNS PUZ

**14:10-14:40** – ***Ochrona zdrowia psychicznego seniorów*** *-* Dominika Godlewska-Gnaś

Psycholog, SSzW w Ciechanowie

**14:40-15:10** - ***Żywienie w cukrzycy***- Bożena Murzyńska, pielęgniarka diabetologiczna, SSzW

w Ciechanowie

**15:10-15:40** - ***Kilka słów o komunikacji, czyli w drodze do drugiego człowieka***

- Sandra Brzeska-Zagroba, WNoZiNS PUZ Ciechanów

**15:40-16:10** - ***Leczenie uzdrowiskowe, e- skierowania, karta EKUZ*** *-* Małgorzata Szerszeń,

NFZ Odział w Ciechanowie

**16:10-17:00 - koncert Beaty Trojanowskiej i Ewy Jeziółkowskiej**