

**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**