PROJEKT „OTVORENÁ UNIVERZITA“ – **ŽI ZDRAVO A BUĎ AKTÍVNY**“

|  |  |
| --- | --- |
|  **I. turnus** | **26.4.2024 – piatok - učebne MB 105 a 106 - Ul. 1. Mája 32, 010 26 Žilina**  |
| čas8.30– 10:00    | Inaugurácia – prednáška Wykład początkowy **– úvodná prednáška – Ing. Lucia Hrebeňárová PhD****MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina / obe skupiny** |
|  Obe skupiny spoločne  |
| čas10.00 -11.30 (Skupina 1)11.30-13.00 (Skupina 2) | **Prvá pomoc** – **MUDr. Padalová** **(email/Ľubka) –** Pierwsza pomoc **MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina** |
| 15 min prestávka Obe skupiny spoločne  |
| čas13:15- 14:45 | **Hormóny, lieky, vitamíny** – **MUDr. Tomusová** **(email/Ľubka) -** Wykład Hormony, leki, witaminy, kosmetyki **MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina** |
| 15 min prestávka |  Obe skupiny spoločne |
| čas14:45 -16:15    | **Prednáška Kosti a svaly**  **- MUDr. Altusová (email Ľubka)** Wykład kości i mięśnie**MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina** |
|  | **27.4.2024 – sobota - učebne MB 105 a 106 - Ul. 1. Mája 32, 010 26 Žilina / Ľubka** |
|  |  Obe skupiny spoločne |
| čas9:00 - 10:30 | **Prednáška Srdce a krv**  **- MUDr. Altusová (email Ľubka)** (Wykład - Serce i krew) **MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina** |
| 15 min prestávka |  |
| čas10:45 -12:15 | **Prednáška Koža, vlasy a nechty – MUDr. Baltová** Wykład Skóra, włosy i paznokcie **MB 106 / ÚCV, Ul. 1. Mája 32 Žilina** |

|  |  |
| --- | --- |
|  **II. turnus** | **17.5.2024 – piatok - zasadačka Vedeckej rady UNIZA / MENZA, Univerzitná, Žilina / Ľubka** |
|  | Skupina 1 | Skupina 2 |
| čas10:00 – 13:00 | **10.00-11.30 Starostlivosť o zrelú pleť** - Agnieszka Surgiel-Gemza , MAPielęgnacja skóry dojrzałej - mgr Agnieszka Surgiel-Gemza - Prekladateľka p. Bielik**11.30 -13.00** S**tarostlivosť o ruky-**Anna Slusarek, MA **Pielęgnacja dłoni-mgr Anna Ślusarek** Prekladateľka p. Bielik | 10.00 – 13.00 Chutné raňajky / Chutné obedy **(p. Chaparro)** Smaczne śniadania/ smaczne obiady **Bufet Nová Menza**  |
| čas13.00 -16:00  | **13.00-16.00 Chutné raňajky / Chutné obedy** **(p. Chaparro)** Smaczne śniadania/ smaczne obiady **Bufet Nová Menza**  |  **13.00-14.30 Starostlivosť o zrelú pleť** - Agnieszka Surgiel-Gemza , MAPielęgnacja skóry dojrzałej - mgr Agnieszka Surgiel-Gemza - Prekladateľka p. Bielik**14.30-16.00** S**tarostlivosť o ruky-**Anna Slusarek, MA **Pielęgnacja dłoni-mgr Anna Ślusarek** Prekladateľka p. Bielik |
|  | **18.5.2024 – sobota - zasadačka Vedeckej rady UNIZA / MENZA, Univerzitná, Žilina**  |
|  | Skupina 1 / 12 osôb | Skupina 2 / 12 osôb |
| čas9.00- 10.30 (Skupina 1)10.30-12.00 (Skupina 2) | **Starostlivosť o zrelú pleť -**Make-up – **Mgr. Ewa Starczewska** Pielęgnacja skóry dojrzałej - Makijaż – Ewa Starczewska Prekladateľka p. Bielik**Zasadačka VR – Nová Menza**  |
| čas 12.15- 13.45  | **Záverečná prednáška** – prof. ÚJD dr Magdaléna - Myga – Nowak  (Wykład końcowy prekladateľ / p. Bielik |
| čas14.00- 14.30  | **Zasadačka VR ( odovzdanie certifikátov + foto) –** Prekladateľka p. Bielik,  |