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** |
| čas  8.30– 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 | |
| čas  10.00 -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 | |
| čas  13:15- 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 |
| čas  14:45 -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 |
| čas  9:00 - 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 |  |
| čas  10:45 -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 |
| čas  10:00 – 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** |
| čas  13.00 -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 |
| čas  9.00- 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 | |
| čas  14.00- 14.30 | **Zasadačka VR ( odovzdanie certifikátov + foto) –** Prekladateľka p. Bielik, | |