



# ZRZUĆ KILOGRAMY PO ŚWIĘTACH

**Zapraszają studenci Dietetyki**

Wydział Kultury Fizycznej i Ochrony Zdrowia

**27 lutego 2018 r. (wtorek)**

**Miejsce:** PWSZ Konin ul. Przyjaźni 1 (aula)

**Godzina:** od 10:00 do 13:30

**WSTĘP WOLNY**

**DODATKOWE ATRAKCJE:**

- pomiar składu ciała - studenci dietetyki;
- możliwość wygrania atrakcyjnych nagród;
- pomiar ciśnienia tętniczego i stężenia glukozy we krwi - studenci pielęgniarstwa;
- możliwość konsultacji z trenerem personalnym;
- możliwość spróbowania wcześniej sporządzonych koktajli - studenci dietetyki;
- możliwość poznania zasad Pierwszej Pomocy - studenci pielęgniarstwa.

**HARMONOGRAM:**

**10:00 - 10:15**

- Wprowadzenie

**10:15 - 10:45**

- Wykład mgr Klaudia Malikowska (dietetyk)  
- „Postępowanie żywieniowe w nadwadze i otyłości”

**10:45 - 11:00**

- Przerwa na dodatkowe atrakcje

**11:00 - 11:20**

- Jak sporządzić dobry koktajl? - prezentacja prowadzona przez studentów

**11:20 - 11:40**

- Wykład mgr Ewa Kubsik (pielęgniarka)  
- „Blżej cukrzycy”

**11:40 - 11:55**

- Przerwa na dodatkowe atrakcje

**11:55 - 12:15**

- Wykład dr n.med. Ewelina Drela  
- „Tkanka tłuszczowa jako narząd endokryny”

**12:15 - 12:40**

- Ćwiczenia z trenem personalnym  
- mgr Mariusz Ratajski

**12:40 - 13:10**

- Zumba oraz ćwiczenia - trener Calypso

**13:10 - 13:30**

- Losowanie nagród

