

## PROGRAM

### ZWROTNIKA RAKA. Epizod VIII.

### Kampania Społeczna Promująca Psychoonkologię

<b>15 listopada</b> <b>„ŻYJ I JEDZ ZDROWO”</b> Godz. 10.00-16.00 Miejsce: Ul. Kutrzeby 10, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej Wstęp wolny, bezpłatny		
<b>I Blok wykładów psychodietetycznych</b>		
<b>Godzina</b>	<b>Temat</b>	<b>Wykładowca</b>
9.15 – 10.00	<b>przywitanie uczestników</b>	
10.00 – 11.00	<b>Integralne podejście do zdrowia i choroby</b>	Lek. Med. Andrzej Świącicki
11.00– 11.15	<b>Terapie wspierające – terapia manualna</b>	Lek. Med. Andrzej Świącicki
11.15– 11.30	<b>Dieta – w zdrowiu i chorobie</b>	dr dietetyk Jolanta Nalewaj - Nowak
11.30– 12.15	<b>Rola mięsa w diecie – prawdy i mity</b>	Prof. Dr hab. Mariusz Piskuła
12.15 – 12.35	Przerwa	
12.40 – 13.20	<b>Składniki diety śródziemnomorskiej - podstawowe substancje budulcowe i prekursorów organizmu człowieka</b>	mgr Konrad Tomaszewski MARINEX Interational Sp. z o.o.

WWW.PSYCHESOMAPOLIS.ORG

13.20 – 14.45	<b>Dieta w chorobach nowotworowych – profilaktyka</b>	dr dietetyk Jolanta Nalewaj - Nowak
14.50 – 15.30	<b>Suplementacja w chorobach nowotworowych</b>	dr dietetyk Jolanta Nalewaj - Nowak
15.30 – 16.00	<b>Dyskusja i podsumowanie</b>	
<b>II Warsztat rehabilitacyjny</b>		
10.00 – 16.00	<b>Warsztat pt. „Co robić, żeby ciało nie bolało? Jak z wiekiem być coraz sprawniejszym?”</b>	Dr n. med. Marcin Wytrzązek
<p><b>16 listopada</b>  <b>III Warsztaty psychologiczne</b>  <b>„ŻYJ I MYŚL ZDROWO”</b>  <b>Godz. 10.00-16.00</b>  <b>Miejsce:</b> Ul. Kutrzeby 10 , Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej  Wstęp bezpłatny</p>		
10.00 - 16.00	<b>Warsztat psychologiczny z zakresu pracy z ciałem</b>	Katarzyna Węglorz-Makuch
10.00 - 16.00	<b>Warsztat pt. "Podejście uważności i współczucia w pracy z pacjentami onkologicznymi oraz niepełnosprawnymi"</b>	Julia E. Wahl
<p><b>Godz. 10.00 -16.00</b>                      <b>16 listopada</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> <b>Jaskinia Zdrowia</b> – prezentacja i możliwość zakupu zdrowych produktów i suplementów diety</li> <li> <b>Stefa organizacji Pozarządowych</b> – pokaz pierwszej pomocy</li> <li> <b>Indywidualne konsultacje dietetyczne i porady psychologiczne</b></li> <li> <b>Badania znamion skóry videodermatoskopem</b> wykonywana przez lekarza onkologa</li> </ul> <p><b>PROSIMY O TELEFONICZNE ZAPISY NA INDYWIDUALNE KONSULTACJE I BADANIA – pod nr tel. 61 820 27 46 lub 502 99 44 97</b></p>		

WWW.PSYCHESOMAPOLIS.ORG

**17 listopada**

**IV Warsztaty psychoonkologiczne  
„ŻYJ I WSPIERAJ ZDROWO”**

**Godz. 10.00-16.00**

**Miejsce:** Ul. Kutrzeby 10, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej  
Wstęp bezpłatny

10.00 - 16.00

**Warsztat psychoonkologiczny pt. „  
Naczynia połączone – czyli dbaj o  
siebie gdy ktoś bliski choruje”**

Joanna Zapała

**17 listopada**

**Koncert muzyki gospel**

**Godz. 19.00**

**Miejsce:** Pawilon Nowa Gazownia ul. Ewangelicka 1  
Wstęp : zakup cegiełki 20 zł/osoba

WWW.PSYCHESOMAPOLIS.ORG