



**WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU**



**UNIwersYTET
OPOLSKI**

II Piknik Zdrowia

Wydziału Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Opolskiego

15.05.2023 r. godz. 09:00 - 16:00

Pod patronatem
Prorektor ds. Collegium Medicum - dr hab. Ranaty Szyguły, prof. UO
Dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu UO - dr Marty Sobery



Wydział Nauk o Zdrowiu UO
ul. Katowicka 68, 45-060 Opole



**WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU**



**UNIwersytet
OPOLSKI**

Harmonogram II Pikniku Zdrowia WNoZ kierunki: **Dietetyka, Fizjoterapia, Kosmetologia**

- 09:00-16:00** - OKSYBRAZJA I MASAŻ RELAKSACYJNY - dr Karolina Chilicka- Hebel wraz ze studentami (Sala 032)
- 09:00-14:00** - MASAŻ TWARZY - mgr Joanna Małachowska wraz ze studentami (Sala 031)
- 11:00-13:00** - KOSMETYKI BEZ TAJEMNIC - dr Krystyna Małecka (Sala 015)
- 14:00-16:00** - TRICHOSKOPIA SKÓRY GŁOWY - mgr Agnieszka Zamojska (Sala 032)
- 12:00-14:00** - NATI- ANALIZER, BADANIE SKÓRY - mgr Lidia Wesołowska (Sala 032)
- 09:00-16:00** - BADANIE ZNAMION BARWNIKOWYCH - prof. dr hab. n. med. Joanna Maj (Sala 006) *Zapisy co 20 min. - maksymalnie 30 osób*
- 12:00-13:00** - POKAZ NA LATAJĄCEJ RURZE - mgr Anna Łotecka-Dabbachi (Sala gimnastyczna, 037)
- 09:00-16:00** - AKADEMIA MAKIJAŻU FIRMY LARENS - mgr Agnieszka Koznarska-Buczowska wraz ze studentami (Sala 005)
- 09:00-16:00** - MALOWANIE TWARZY DZIECI, BROKATOWE TATUAŻE - mgr Agnieszka Koznarska-Buczowska wraz ze studentami (Sala 005)
- 09:00-16:00** - KOSMOCEUTYKI FIRMY LARENS „KOBIEȚA ŚWIADOMIE ZADBANA” PIEŁĘGNACJA SKÓRY TWARZY I SUPLEMENTACJA - mgr Agnieszka Koznarska-Buczowska (Sala 031/032)
- 10:00-13:00** - GRY I ZABAWY DLA DZIECI - dr Wojciech Wolański wraz ze studentami (Sala gimnastyczna, 037)



**WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU**



**UNIwersytet
OPOLSKI**

Harmonogram II Pikniku Zdrowia WNoZ kierunki: **Dietetyka, Fizjoterapia, Kosmetologia**

13:30-14:30 - **ĆWICZENIA DLA AMAZONEK/PACJENTEK ONKOLOGICZNYCH**
- dr Wojciech Wolański wraz ze studentami (Sala gimnastyczna, 037)

09:00-10:00 oraz 14:30- - **GIMNASTYKA DLA SENIORA** - dr Wojciech Wolański wraz ze studentami (Sala gimnastyczna, 037)

09:00-16:00 - **BADANIE WAD POSTAWY CIAŁA** - dr Tomasz Matusz wraz ze studentami (Sala 007)

09:00-16:00 - **PRZECIWDZIAŁANIE PROBLEMOM BÓLOWYM KRĘGOSŁUPA** - dr Tomasz Matusz wraz ze studentami (Sala 007)

11:30-14:45 - **ANALIZA SKŁADU CIAŁA** - dr Przemysław Domaszewski wraz ze studentami (Sala 504) - *Maksymalnie 10 osób na godzinę*

10:30-11:30 - **ZABURZENIA ODŻYWIANIA - Z CZYM TO SIĘ JE** - Kaja Żylak (Aula B1)

12:00-13:00 - **SUPLEMENTY A ZDROWIE** - dr Przemysław Domaszewski (Aula B1)

13:30-14:30 - **DIETA ROŚLINNA W CHOROBYCH NEREK** - Anna Mojak (Aula B1)



**WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU**



**UNIwersytet
Opolski**

Harmonogram II Pikniku Zdrowia WNoZ

kierunki: Pielęgniarstwo, Położnictwo

09:00-16:00 - Hol Auli A1/A2

- 1) "POZNAJMY SZPITAL I ODDZIAŁ DZIECIĘCY" - Spotkanie z dziećmi w wieku przedszkolnym 5-6 lat, oraz młodszym szkolnym 7 lat. Zajęcia będą miały na celu przedstawienie dzieciom i ich rodzicom co dzieje się z dzieckiem w chwili przyjęcia do szpitala, co będzie się działo z dzieckiem w czasie pobytu w szpitalu (ważenie, mierzenie, pomiar temperatury, oglądanie gardła, osłuchiwanie, badanie palpacyjne brzucha, pobieranie moczu do badania, bandażowanie, a nawet pobieranie krwi do badania z palca i z żyły i zakładanie venflonu (mgr Ewa Ledwoń).**
- 2) ORGANIZACJA MINITURNIEJU DEDYKOWANEGO DO DZIECI 5-6, 7 LAT. TELETURNIEJ DLA DZIECI - SŁOWNE ROZWIĄZYWANIE ZAGADEK (mgr Barbara Sanany).**
- 3) PROFILAKTYKA RAKA PIERSI (mgr Sylwia Wójcik, mgr Marta Pieniążek - Opolskie Centrum Onkologii)**
- 4) POMIARY PARAMETRÓW ŻYCIOWYCH (mgr Ewa Ledwoń)**
- 5) PIERWSZA POMOC W PIGUŁCE - BLS +AED (dr Marta Gawlik)**



WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU



UNIwersytet
OPOLSKI

Harmonogram II Pikniku Zdrowia WNoZ

kierunki: Pielęgniarstwo, Położnictwo

09:00-11:00 - PIELĘGNACJA NOWORODKA, WSZYSTKO CO MUSISZ WIEDZIEĆ - mgr Marzena Brzozowska, Centrum Zdrowia w Opolu wraz ze studentami (CSM6) - *na stanowisku przedstawimy najnowsze wytyczne dot. pielęgnacji noworodka, a także przeprowadzimy instruktaż w jaki sposób prawidłowo nosić noworodka wspierając jego napięcie mięśniowe. Udzielimy informacji na temat wspierania rozwoju dziecka już od pierwszych dni.*

11:00-12:00 - JOGA W CIĄŻY - mgr Marzena Brzozowska, studentka położnictwa Paulina Badowska (Sala 029) - *w sali przeprowadzimy zajęcia jogi dla ciężarnych z przyczyn technicznych [konieczne są zapisy](#). Grupa liczy max. 10 uczestników – w razie zainteresowania większej ilości osób możliwa realizacja dla kolejnych grup.*

11:00-13:00 - PROFILAKTYKA RAKA SZYJKI MACICY - mgr Zuzanna Łazar-Chylińska wraz ze studentami (CSM6) - *na stanowisku przedstawimy metody badań cytologicznych oraz zakres przygotowania do badania. Opowiemy do kogo możemy się zgłosić na badanie oraz od jakiego wieku należy badać się regularnie. Dla zainteresowanych tematem informacje na temat profilaktyki będą umieszczone na plakacie.*

13:00-15:00 - SAMOBADANIE PIERSI - mgr Marzena Brzozowska, mgr Zuzanna Łazar-Chylińska wraz ze studentami (CSM6) - *przedstawimy schemat poprawnego wykonywania samobadania piersi. Omówimy, kiedy należy udać się do specjalisty oraz w jaki sposób przebiega diagnostyka w kierunku raka piersi. Dla zainteresowanych tematem informacje na temat profilaktyki będą umieszczone na plakacie.*



WYDZIAŁ NAUK
O ZDROWIU



UNIwersytet
Opolski

Harmonogram II Pikniku Zdrowia WNoZ

kierunki: Pielęgniarstwo, Położnictwo

10:00-14:00 - BADANIE PRENATALNE, WSZYSTKO CO MUSISZ WIEDZIEĆ

Maciej Piłśniak - Femmina Opolskie Centrum Badań Prenatalnych

(Sala 029) - *przedstawimy na czym polegają badania prenatalne, w jakim celu oraz czasie wykonujemy badanie. Dla zainteresowanych tematem informacje na temat badań będzie można pozyskać w formie ulotki.*

Nasz wydział wspierać będzie również firma [PHARMABEST](#),
[GEODON RICHTER](#) oraz [VERCO](#) przekazując wiedzę z zakresu
probiotykoterapii, antykoncepcji oraz higieny intymnej

Organizatorzy Pikniku zastrzegają, że harmonogram może ulec zmianie