

PROGRAM KONFERENCJI

„WPŁYW MORSOWANIA NA ORGANIZM CZŁOWIEKA”

Kołobrzeg 03.01.2014 r. sala konferencyjna CZiR „VERANO”, ul. Sikorskiego 8

- 10.00 Otwarcie konferencji przez Prezydenta miasta Kołobrzeg **Janusza Gromka** i Prezesa Zarządu Regionalnego Stowarzyszenia Turystyczno-Uzdrowiskowego w Kołobrzegu **Ryszarda Woźniaka**
- 10.15 - 10.30 Prezentacja filmu o I Światowym Festiwalu Morsów Kołobrzeg 2013
- 10.30 - 11.30 **prof. dr hab. n. med. Hanna Krauss, mgr Emilia Korek, mgr Zuzanna Chęcińska**
„Styl życia morsów uczestniczących w I Światowym Festiwalu Morsów Kołobrzeg 2013 – raport z badań”
- 11.00 - 11.15 **dr n. med. Dorota Marczuk-Krynicka**
„Układ odpornościowy – „biała armia” i jej metody walki u morsów”.
- 11.15 - 11.30 **mgr Emilia Korek**
„Morsowanie i odpowiednia dieta – sprawny duet wzmacniający odporność i poprawiający samopoczucie.”
- 11.30 - 11.45 **mgr Emilia Korek**
„Ryzyko niedoborów żywieniowych w diecie morsów w sezonie kąpielowym i w pozostałej części roku.”
- 11.45 - 12.00 **mgr Monika Gackowska, mgr Roland Wesołowski, dr n. med. Celestyna Mila –Kierzenkowska**
„Przegląd diety morsa – nawyki żywieniowe w aspekcie sportów zimowych i regionu kraju.”
- 12.00 - 12.15 Dyskusja
- 12.15 - 12.45 Przerwa kawowa
- 12.45 - 13.00 **prof. dr hab. n. med. Zygmunt Adamski, dr n. med. Dorota Jenerowicz, lek. med. Anna Malewska-Woźniak**
„Ryzyko występowania pokrzywki fizykalnej z zimna.”
- 13.00 - 13.15 **mgr Roland Wesołowski, mgr Paweł Sutkowy, dr hab. n. med. Alina Woźniak**
„Rola antyoksydantów w zachowaniu dobrej kondycji zdrowotnej u morsów.”
- 13.15 - 13.30 **dr n. med. Joanna Sztulpa**
„Genom morsa”.
- 13.30 - 13.45 **dr n. med. Jacek Nikisch**
„Przystosowanie kondycyjne do zimowego pływania.”
- 13.45 - 14.00 Dyskusja
- 14.00 - 15.00 Przerwa obiadowa
- 15.00 - 15.15 Prezentacja filmu o morsach pt. „Ekstremiści.”
- 15.15 - 15.30 **dr n. med. Przemysław Sosnowski**
„Historia zimowych kąpiei.”
- 15.30 - 15.45 **prof. dr hab. n. med. Anna Jabłecka**
„Działania niepożądane leków – czyli co dobrego i złego może spotkać morsa w czasie choroby.”
- 15.45 - 16.00 **prof. dr hab. n. med. Jacek Piątek**
„Czy zimowe kąpiele wpływają na serce morsów.”
- 16.00 - 16.15 **dr hab. n. med. Paweł Bogdański**
„Czy morsowanie zastąpić może wiagrę.”
- 16.15 - 16.30 Dyskusja
- 16.30 - 17.00 Podsumowanie i zakończenie konferencji.

www.morsowanie.kolobrzeg.pl