

Dnevi Zdravja

ZDRAVJE V VSEH ŽIVLJENJSKIH OBDOBJIH



17. – 19. NOVEMBER
CELJSKI SEJEM



BREZPLAČNA UDELEŽBA DIJAKOV IN ŠTUDENTOV NA PRIREDITVI DNEVI ZDRAVJA 2023

Spoštovani!

Kot Inštitut za probiotike in funkcionalno hrano se že desetletje in pol ukvarjamo z izobraževanjem strokovnih javnosti iz različnih področij medicine, farmacije in prehrane. Prirejamo strokovne kongrese, spletne seminarje, simpozije, šole.

V svojih vrstah združujemo številne vodilne slovenske strokovnjake, večinoma fakultetne učitelje, ki pa so hkrati strokovnjaki iz prakse, saj zmeraj želimo tudi zahtevne strokovne vsebine predstaviti na jasen, razumljiv, slikovit, predvsem pa praktično uporaben način.

Letos prvič organiziramo tridnevno prireditev Dnevi zdravja, ki bo potekala v prostorih kongresnega centra Celjskega sejma med 17. in 19. novembrom 2023. Sestavljena bo iz sklopov predavanj in razstavnega dela ter je namenjena laični in strokovni javnosti.

Menimo, da lahko vaši dijaki in študenti na Dnevih zdravja pridobijo veliko koristnega znanja ter spoznajo poklice v zdravstvu, farmaciji, in drugih področjih, za katere se izobražujejo. Morda celo spoznajo bodočega delodajalca, saj so med našimi partnerji tudi vodilne slovenske zdravstvene ustanove s področja javnega in zasebnega zdravstva, številna farmacevtska podjetja, laboratoriji ...

Zato vas vabimo, da se v sklopu vaše ustanove dogovorite, za kateri del/letnike bi bil obisk prireditve Dnevi zdravja najbolj koristen in nam to sporočite na info@dnevizdravja.si

Naša ekipa bo poskrbela za brezplačne vstopnice in ostale informacije, sami poskrbite le za prevoz. Dogodek lahko organizirate tudi v obliki strokovne ekskurzije v petek, 17. novembra.



Vaši študenti/dijaki lahko z organiziranim obiskom pridobijo:

Strokovna predavanja v jasnem, razumljivem jeziku ob vizualnih prikazih, ki bodo vključevala tako najsodobnejša znanstvena spoznanja kot vrsto praktično uporabnih podatkov v izvedbi vodilnih slovenskih strokovnjakov s področij medicine, farmacije, nutricionistike.

Praktične delavnice v organizaciji naših partnerjev (UKC Ljubljana, UKC Maribor itd.), kot na primer prva zdravstvena pomoč, tehnike oživljanja na modelih ...

Predstavitev različnih poklicev v zdravstvu in kariernih/zaposlitvenih možnosti pri nas.

Poučno a hkrati prijetno izkušnjo, ki jim bo utrdila pozitivno podobo in potrdila pravilnost njihove odločitve za izobraževanje in zaposlitev v poklicih, ki so jih izbrali.

Svetujemo, da si svoj termin za obisk rezervirate čim prej, saj bodo lahko kasneje naše kapacitete zasedene! Več informacij najdete v priloženem programu ali na www.dnevizdravja.si

Lep pozdrav,

Prof. dr. Rok Orel, dr. med., znan. svet.
Predsednik organizacijskega odbora



Dnevi Zdravja

Strokovni odbor



Prof. dr. Rok Orel, dr. med.
Pediater gastroenterolog
Predsednik strokovnega odbora



Prof. dr. Borut Štrukelj,
mag. farm.
Farmacevt



Prim. prof. dr. Danica Rotar
Pavlič, dr. med.
Družinska zdravnica



Prof. dr. Zvezdan Pirtošek,
dr. med.
Nevrolog



Prof. dr. Janja Ocvirk,
dr. med.
Onkologinja



Prof. dr. Irena Rogelj
Živilski tehnolog



Doc. dr. Kristijan Musek
Lešnik, dipl. psih.
Psiholog



Prof. dr. Borut Kobal,
dr. med.
Ginekolog



Doc. dr. Evgen Benedik
Klinični dietetik



Prof. dr. Oskar Zupanc,
dr. med.
Ortoped



Dnevi Zdravja



Da bi zagotovili čim boljšo izkušnjo obiska, smo strokovna predavanja za splošno javnost razdelili v več vsebinskih sklopov. Na ta način bomo omogočili, da si lahko obiskovalci izberejo tiste teme, ki jih najbolj zanimajo, ter se udeležijo predavanj v času, ki jim najbolj ustreza. Datumi in ura posameznega sklopa strokovnih predavanj bodo znani že dovolj zgodaj, pred samim dogodkom.

1 Cvetje v jeseni – zdravje in zdravstvene težave v zrelih letih

- Prehrana in telesna vadba za zdravo starost
- Težave s kostmi, sklepi in hrbtenico
- Menopavza
- Moške težave v zrelih letih
- Kaj lahko naredimo za boljši imunski sistem?
- Starostnik in ohranjanje možganskih funkcij

2 Prebava in presnova

- Ko boli želodec (težave z zgornjimi prebavili)
- Zaprtje in driska
- Od črevesne mikrobiote do osi črevo-možgani
- Kdaj k zdravniku in kdaj si lahko pomagamo sami?
- Metabolični sindrom – tihi sovražnik

3 Imunost

- Kako deluje imunski sistem?
- S čim lahko spodbujamo imunski sistem in splošno odpornost?
- Cepljenje in odpornost
- Alergije in atopijske bolezni
- Vnetje: sovražnik ali prijatelj?
- Revma in sorodne tegobe



4

Bolečina, bolečina joooj!

- Zakaj se pojavi bolečina in kako jo ublažiti?
- Bolečine v hrbtu, sklepih in mišicah
- Glavobol
- Težave z zobmi
- Bolečine v trebuhu

5

Družina, otroci, hišni ljubljenci in zdravje

- Kaj vse vpliva na zdrav razvoj ploda med nosečnostjo in na razvoj otroka v zgodnjem otroštvu: zgodba o programiranju vseh organskih sistemov
- Kakšna naj bo zdrava prehrana nosečnic in otrok
- Veliki prebavni problemi malih otrok: od kolik, polivanja, bolečin v trebuhu do driske in zaprtja
- Smrkelj, kašelj in vročina
- Miti in resnice o alergijah in preobčutljivostih
- Tudi hišni ljubljenci lahko zbolijo

6

Hrana in zdravje

- Razumeti bistvo zdrave prehrane
- Prehrana v vseh življenjskih obdobjih
- Kdaj so smiselna prehranska dopolnila?
- Miti in dejstva o probiotikih, prebiotikih in drugih biotikih
- Kaj je prehranska podpora in kdaj so na mestu različne diete?
- Zgodba o glutenu

7

Zrcalce, zrcalce na steni – estetika

- Kaj je lepota?
- Osnove nege obraza in telesa
- Kdaj je smiselna estetska kirurgija
- Kdaj operativno odpraviti dioptrijo in kateri so najnovejši trendi

8

Stres in duševno zdravje

- Ali je stres res zmeraj škodljiv?
- Kako se spopadati z anksioznostjo in z občutki otožnosti?
- Ko se spotaknem, se poberem in grem naprej – psihološka odpornost
- Splošno počutje, zadovoljstvo, sreča

9

Kako priti do hitrih in kvalitetnih zdravstvenih storitev

- Miti in resnice o javnem in zasebnem zdravstvu – okrogla miza
- Kaj ponuja dodatno zdravstveno zavarovanje?
- Kaj ponujajo zdravilišča?
- Predstavitev ponudnikov zdravstvenih storitev

10

Estetska stomatologija

- Najnovejši trendi na področju stomatologije
- Tehnologija vsadkov, beljenje, hollywoodski nasmeh

