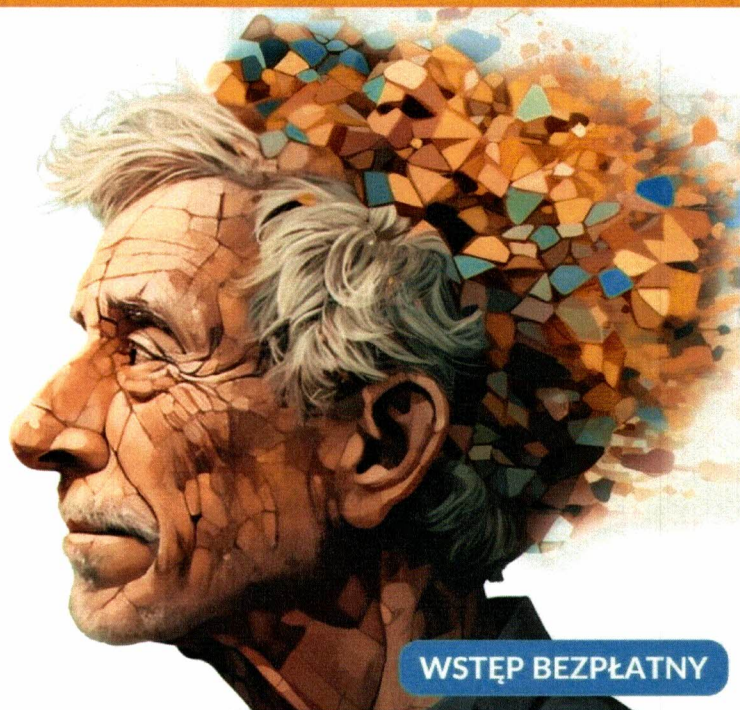


Honorowy Patronat Prezydenta Miasta Głogowa
Rafała Rokaszewicza

DOZ Fundacja dbam o zdrowie, Powiatowa
Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Głogowie
oraz Gmina Miejska Głogów
zapraszają na spotkanie z cyklu:

Konferencję ZDROWY MÓZG



WSTĘP BEZPŁATNY

Jak cieszyć się sprawnym umysłem przez długie lata?

Harmonogram:

- 10:00-10:20 **Otwarcie konferencji i powitanie uczestników spotkania.**
 - **Barbara Szlendak i Gabriela Kwestarz-Biczysko**
- 10:20-10:50 **Styl życia i dieta w ochronie zdrowia mózgu.**
 - **Karolina Król-Lach** - dietetyk kliniczny, portal uwagadieta.pl, DOZ Fundacja dbam o zdrowie
- 10:50-11:20 **Dobra pamięć, jak o nią dbać?**
 - **Maja Maciaszczyk** - psycholog, Kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy dla Osób z Chorobą Alzheimera, Łódzkiego Towarzystwa Alzheimerowskiego
- 11:20-12:00 *Przerwa*
- 12:00-12:30 **Mózg potrzebuje snu. Fakty, które mogą zmienić Twoje nawyki.**
 - **Sylvia Sworczuk** - coach kognitywny, DOZ Fundacja dbam o zdrowie
- 12:30-13:00 **Farmakologiczne i naturalne wspomaganie mózgu.**
 - **mgr farm. Violetta Prałat** - Kierownik DOZ Apteki w Głogowie
- 13:00-13:30 **Recepta na samotność Seniora**
 - **Gabriela Kwestarz-Biczysko** - Prezes Zarządu DOZ Fundacji

Czwartek, 1 października 2026 r., godz. 10:00

**Miejskie Centrum Integracji Jubilat
Głogów 67-200, rondo Konstytucji 3-go Maja 3**



Sekretarz Stanu
w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów

Patronat honorowy
Marzena Okła-Drewnowicz



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

