



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**



**Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Wyszkanie
i Starosta Powiatu Wyszkiego**
zaprasza do udziału w konferencji pt.:

„Młodzi duchem, silni zdrowiem. Długowieczność w praktyce.”

8 października 2026 r.
w Wyszkiowskim Ośrodku Kultury „Hutnik”, ul. Prosta 7

Program konferencji:

- | | |
|----------------------|--|
| 10:00 – 10:30 | Rejestracja uczestników |
| 10:30 – 10:45 | Otwarcie konferencji |
| 10:45 – 11:15 | Wykład inauguracyjny „Szczepienia ochronne ważne nie tylko dla dzieci i wnuków.”
– dr n. med. Ewa Duszczyk,
Polskie Towarzystwo Wakcynologii |
| 11:15 – 11:35 | „Talerz Zdrowego Seniora. Zachowaj zdrowie i vitalność na dłużej.” – mgr Izabela Pawluk,
Narodowe Centrum Edukacji Żywnościowej. |
| 11:35 – 11:50 | „Nordic Walking – zdrowie i energia na każdym kroku.” – Katarzyna Krusiec,
Stowarzyszenie Aktywne Zabrodzie |
| 11:50 – 12:00 | Występ uczniów ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego |
| 12:00 – 12:20 | „Zioła i suplementy diety – jak mądrze stosować i unikać zagrożeń.”
– lek. med. Katarzyna Wysocka |
| 12:20 – 12:35 | „Bądź sprytniejszy od oszusta. Cyberprzestępczość.”
– młodszy aspirant Ilona Puścian, Komenda Powiatowa Policji w Wyszkanie |
| 12:35 – 12:50 | „Zasady zachowania w przypadku pożaru budynków mieszkalnych.” - przedstawiciel Straży Pożarnej |
| 12:50 – 13:05 | „Nie czekaj, reaguj! Bezpieczeństwo seniora w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia.”
Damian Wroczyński, ratownik medyczny
w SPZZOZ w Wyszkanie |
| 13:05 | Muzyczna niespodzianka
Rozmowy przy kawie i zdrowym ciastku |



Prosimy o potwierdzenie obecności do dnia 30 września
tel. (29) 742 32 45, sekretariat.psse.wyszkow@sanepid.gov.pl





ORGANIZATORZY



WSPÓŁPRACA MERYTORYCZNA