

Konference
SESTRA V AKCI XII.



„Pojďme se držet v kondici, kolegové ...“

středa 20. září 2023
(13.30 – 17.00)

Krajská nemocnice Liberec, a.s., přednáškový sál, Knihovna, pavilon P

www.nemlib.cz



„Pojďme se držet v kondici, kolegové ...“

PROGRAM - PŘEDNÁŠKY (13.30–16.30)

- | | |
|--------------|---|
| 13.30 –14.00 | Úvod aneb proč tu jsme...
Mgr. Milena Trousílková, Mgr. Ladislava Kohoutová |
| 14.00 –14.30 | Výživa zdravotníka ve směnném provozu
MUDr. Jana Svobodová |
| 14.30 –15.00 | Jak být fit
Bc. Andrea Hadrovská |
| 15.00 –15.30 | Výživa z pohledu psychologie
Mgr. Naneta Hakulíková |
| 15.30 –16.00 | Není jen jedna cesta
Mgr. Lenka Kotýnková |
| 16.00 –16.30 | Pohyb aneb pojd'me probudit endorfiny...
Mgr. Tereza Poživilová |
| 16.30 –17.00 | Diskuse a ukončení akce |