

## Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu

i

Laboratorium Molekularnych Badań nad Metabolizmem

zaprasza na

### Dzień Zdrowego Żywienia

**20 lutego, w godzinach 10.00-18.00**

**Budynek Wydziału Nauk o Żywności i Żywieniu, ul. Wojska Polskiego 31**

**sala 35, parter**

W programie:

Godzina	Temat	Wykładowca	
10.00-10.15	15.00-15.15	Czy znając swoje geny możemy wybrać dla siebie idealną dietę?	dr hab. Agata Chmurzyńska
10.30-10.45	15.30-15.45	Bujne życie wewnętrzne 2 kg bakterii w Twoich jelitach, czyli jak bakterie i człowiek wpływają na siebie.	dr Anna Malinowska
11.00-11.15	16.00-16.15	Tłuszcze - z czym to się je? O właściwościach i wykorzystaniu kulinarnym różnego rodzaju tłuszczów.	Maria Kowalkowska
11.30-11.45	16.30-16.45	Okres pomenopauzalny - czas wielkich zmian. Co robię źle, że nagle tyję?	mgr Agata Muzsik
12.00-12.15	17.00-17.15	Świadoma przyszła mama. Zasady żywienia kobiet ciężarnych i planujących ciążę.	Hubert Pściuk

#### **Indywidualne konsultacje z żywieniowcami i dietetykami w godzinach 10.00-18.00:**

Dr hab. Joanna Bajerska, adiunkt, UP Poznań

Dr Anna Malinowska, adiunkt, UP Poznań

Mgr Agata Muzsik, doktorantka, UP Poznań

Mgr Katarzyna Zaborowicz, doktorantka, UP Poznań

Maria Kowalkowska, studentka Dietetyki, UP Poznań

Hubert Pściuk, student Dietetyki, UP Poznań

#### **Ocena sposobu żywienia i składu ciała w godzinach 10.00-18.00**

**WSTĘP WOLNY**

