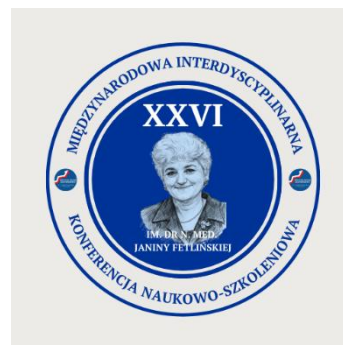


**PROGRAM XXVI MIĘDZYNARODOWEJ
INTERDYSCYPLINARNEJ KONFERENCJI
NAUKOWO-SZKOLENIOWEJ
IM. DR N. MED. JANINY FETLIŃSKIEJ**

„Postawa 2.0: Holistyczne Zarządzanie Zdrowiem Ruchowym w Środowisku Zdigitalizowanym”



09:15 – 09:30 | Logowanie i rejestracja uczestników

09:30 – 09:50 | Uroczyste otwarcie Konferencji

- Jego Magnificencja Rektor PANS im. Ignacego Mościckiego w Ciechanowie – dr inż. Grzegorz Koc
- dr n. med. Ewa Wiśniewska – Dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych

09:50 – 10:30 | Wykład Inauguracyjny

- dr hab. n. med. prof. uczelni Marcin Waśko: *Profilaktyka urazów stawu kolanowego u dzieci – podejście praktyczne.*

10:30 – 11:30 | I SESJA PLENARNA: Człowiek w cyfrowym ekosystemie

1. **10:30 – 10:45 | dr Sandra Brzeska-Zagroba, ks. dr Grzegorz Kaczorowski** (PANSIM w Ciechanowie): *Nadmierna stymulacja cyfrowa a funkcjonowanie poznawcze młodzieży – zjawisko "popcornowego mózgu" w kontekście aktywności ruchowej.*
2. **10:45 – 11:00 | dr Magdalena Rokicka-Hebel** (PANSIM w Ciechanowie): *Postawa 2.0 pod presją ekranu: Mechanizm cyfrowej degradacji holistycznego zdrowia młodego pokolenia.*
3. **11:00 – 11:15 | dr n. społ. Miłosz Marcysiak** (PANSIM w Ciechanowie): *Gdy ciało ma tylko działać. Postawa i zdrowie ruchowe w środowisku zdigitalizowanym jako problem relacji podmiotu do własnej cielesności.*
4. **11:15 – 11:30 | Michał Szymaniak** (ONLINE) (Szkoła Branżowa Cocinus): *Zdrowienie – holistyczne spojrzenie na organizm jako jedność ciała, umysłu i ducha.*

**11:30 – 12:20 | PRZERWA KAWOWA ORAZ INTERAKTYWNA SESJA
POSTEROWA** (Czas na bezpośrednie rozmowy z autorami prac przy posterach, wymianę doświadczeń oraz networking w kuluarach).

12:20 – 13:20 | II SESJA PLENARNA: Wyzwania współczesnej rehabilitacji i profilaktyki

5. **12:20 – 12:35 | dr hab. n. med. i n. o zdr. Monika Gałczyk** (Akademia Łomżyńska): *Ocena poziomu aktywności fizycznej i dolegliwości bólowych kręgosłupa u studentów kierunków medycznych po pandemii COVID-19 w Polsce – badania przekrojowe.*
 6. **12:35 – 12:50 | dr n. med. Izabela Korabiewska, mgr Katarzyna Łyczykowska** (WUM): *Wpływ aktywności fizycznej na poziom stresu i występowanie dolegliwości psychosomatycznych u studentów.*
 7. **12:50 – 13:05 | Prof. n. med. i n. o zdr. Paweł Linek, Maciej Bogacz, Alicja Borgul** (AWF Katowice): *Ocena zależności pomiędzy elastografią fali poprzecznej, myotonometrią i grubością mięśnia obszernego przyśrodkowego.*
 8. **13:05 – 13:20 | mgr Ewa Mojowska** (WSM w Białymstoku): *Dysbalans mięśniowy jako czynnik ryzyka upadków osób starszych.*
-

13:20 – 13:35 | AKCENT ARTYSTYCZNY

(Występ muzyczny studentów PANSIM w Ciechanowie)

13:35 – 14:05 | PRZERWA OBIADOWA

14:05 – 16:20 | III SESJA STUDENCKA (INTERDYSCYPLINARNA)

CZĘŚĆ 1 (14:05 – 14:55)

1. **14:05 – 14:15 | Michalina Pasternak, Cezary Drożdżewicz, Kinga Lis, dr n. med. Izabela Korabiewska** (APS Warszawa): *Technologie wearable w monitorowaniu postawy ciała i profilaktyce przeciążeń kręgosłupa – przegląd literatury.*
2. **14:15 – 14:25 | Sylwia Tomczak, Karolina Bancierz, Iwona Makowska, Karolina Nosarzewska, Kamila Łęgowska, Patrycja Przybysz, Łukasz Gorczyński** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Pielęgniarstwa): *Monitorowanie parametrów zdrowia a korzystanie ze smartwatcha przez osoby dorosłe.*
3. **14:25 – 14:35 | Łukasz Mirkowski, dr n. med. Izabela Korabiewska** (Warszawska Akademia Medyczna): *Znaczenie zmienności ruchowej oraz czasu ekspozycji na statykę w profilaktyce nieswoistych bólów kręgosłupa u pracowników biurowych.*
4. **14:35 – 14:45 | Anna Jurga-Stancel, Julita Sokółowska** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Fizjoterapii): *Hipoterapia. Koń – najbardziej zaawansowane narzędzie w fizjoterapii.*
5. **14:45 – 14:55 | Anna Jurga-Stancel, Julita Sokółowska** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Fizjoterapii): *Hipoterapia. Koń – najlepsza maszyna rehabilitacyjna.*

CZĘŚĆ 2 (14:55 – 16:05)

6. **14:55 – 15:25 | dr hab. n. med. Josip Vlačić – WYKŁAD GOŚCINNY ONLINE** (School of Medicine, University of Zagreb, Zagreb, Croatia) *Łąkotka dyskoidalna/ Discoid meniscus.*
 7. **15:25 – 15:35 | Kinga Lis, Michalina Pasternak, dr n. med. Izabela Korabiewska** (APS Warszawa): *Pilates jako forma profilaktyki zdrowotnej wśród kobiet w wieku 25-60 lat wykonujących pracę siedzącą - analiza świadomości i poziomu aktywności fizycznej na podstawie badania ankietowego.*
 8. **15:35 – 15:45 | Kamila Łęgowska, Justyna Jędrzejewska, Lidia Pilichowska, Karolina Nosarzewska, Wiktoria Domańska, Aleksandra Zuba** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Pielęgniarstwa): *Negatywne konsekwencje pracy zmianowej u pracowników medycznych.*
 9. **15:45 – 15:55 | Daria Khabovskaya, mgr Magdalena Szewczyk** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Fizjoterapii): *Aktywność fizyczna jako fundament holistycznego zarządzania zdrowiem seniora.*
 10. **15:55 – 16:05 | Vitalii Golembevskiy, Amelia Druś** (Społeczna Akademia Nauk): *Dysbalans mięśniowy jako przyczyna wad postawy.*
-

16:05 – 16:20 | ZAKOŃCZENIE OBRAD

- Ogłoszenie wyników Konkursu na Najlepszy Poster Naukowy.
 - Uroczyste podsumowanie części naukowej konferencji przez Komitet Organizacyjny.
-

16:20 – 17:20 | BLOK WARSZTATOWY

- **WARSZTAT I: mgr Tomasz Sikorski** – *Funkcjonalna niestabilność lędźwiowa – badanie i opcje terapeutyczne.*
 - **WARSZTAT II: mgr Joanna Iwaszko** – *Twój kręgosłup - Twoją siłą. Wpływ ćwiczeń Pilates na funkcjonowanie aparatu ruchu człowieka.*
 - **WARSZTAT III: mgr Jarosław Kiljańczyk** – *Cranial Lab: nerwy czaszkowe bez stresu-badanie krok po kroku.*
-

WYKAZ PLAKATÓW (Ekspozycja 09:30 – 16:20)

1. **mgr Grażyna Jabłońska** (PANSIM w Ciechanowie, Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych, Zakład Pracy Socjalnej): *Aktywność fizyczna jako narzędzie pracy socjalnej w procesie aktywizacji i integracji osób w wieku senioralnym – studium przypadku Klubu Senior+ w Lekowie.*
2. **dr Sandra Brzeska-Zagroba, mgr Grażyna Jabłońska** (PANSIM w Ciechanowie, Zakład Pracy Socjalnej): *Rola aktywności fizycznej w terapii osób ze spektrum autyzmu.*
3. **Małgorzata Kaniecka** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Pielęgniarstwa): *Wypalenie zawodowe pielęgniarek pracujących w szpitalu.*

4. **Aleksandra Plewka, Kinga Anna Plewka, Marta Anna Adamska, Ewelina Michalik, Justyna Bojarska, Zuzanna Sokołowska** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Pielęgniarstwa): *Wiedza a zachowania kobiet w zakresie profilaktyki raka piersi i raka szyjki macicy.*
5. **Ewelina Michalik, Aleksandra Plewka** (PANSIM w Ciechanowie, SKN Pielęgniarstwa.): *Ocena jakości życia pacjentów z chorobą otyłościową po leczeniu i redukcji masy ciała - badanie przekrojowe.*
6. **dr Małgorzata Marcysiak, mgr Katarzyna Korycińska-Koniczuk** (PANSIM w Ciechanowie, Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych): *Aktywność fizyczna a podstawowe i złożone czynności życia codziennego osób starszych.*
7. **dr n o zdr. Gabriela Kołodziej-Lackorzyńska, dr n o zdr. Joanna Majewska, dr n o zdr. Barbara Cyran-Grzebyk, lek.med Marlena Baran** (Uniwersytet Rzeszowski, Collegium Medicum, Wydział Nauk o Zdrowiu i Psychologii, Instytut Fizjoterapii oraz Kliniczny Szpital Wojewódzki im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie) (ONLINE): *Wpływ przewlekłej ekspozycji na urządzenia ekranowe na biomechanikę, funkcję i dolegliwości bólowe kręgosłupa szyjnego – badanie przekrojowe w populacji młodych dorosłych.*