



## ŽIME ZDRAVO I.

Akademický rok: 2024/2025 – letný semester

| Termín      | Čas   | Učebňa * | Témy prednášok                                 | Lektor                      |
|-------------|-------|----------|--|-----------------------------|
| 12.03.2025  | 13:30 | MB 106   | Ako si udržať pamäť v dobrej kondícii (teória) | PhDr. Alena Fialová, PhD.   |
| 26.03. 2025 | 13:30 | MB 106   | Tréning pamäti (prax)                          | PhDr. Alena Fialová, PhD.   |
| 09.04.2025  | 13:30 | MB 106   | Všeobecné pravidlá prvej pomoci                | MUDr. Magdaléna Padalová    |
| 23.04.2025  | 13:30 | MB 106   | Apiterapia                                     | Miroslav Novák              |
| 14.05.2025  | 13:30 | MB 106   | Dobrovoľníctvo ako aktívny životný štýl        | Mgr. Jana Trabalíková, PhD. |
| 28.05.2025  | 13:30 | online   | Vedomostný kvíz za LS                          | PhDr. Ľubica Mindeková      |

\* Prezenčné prednášky sa konajú v učebni MB 106 (1. poschodie) v priestoroch Ústavu celoživotného vzdelávania UNIZA na Ulici 1. mája 32 v Žiline v čase POPOLUDNIA **od 13:30 hod. do 16:30 hod.** Vedomostný kvíz sa realizuje ONLINE prostredníctvom Google formulára.

Univerzita tretieho veku upozorňuje svojich študentov, že **harmonogram je informatívny**. V prípade neplánovaných udalostí môže dôjsť **k zmenám v rozvrhu**, o ktorých budú študenti včas informovaní mailom alebo telefonicky a prostredníctvom webovej stránky [www.ucv.uniza.sk](http://www.ucv.uniza.sk).

Koordinátor vzdelávacieho programu: **PhDr. Ľubica Mindeková**; tel. kontakt: 041/513 5057, +421 917 917 028, e-mail: [lubica.mindekova@uniza.sk](mailto:lubica.mindekova@uniza.sk)