

## **Podnoszenie odporności organizmu - metody diagnostyki do celowanej suplementacji i diety oraz propozycje terapii**

### **Rada naukowa i prowadzenie:**

**mgr Anna Nowicka** - specjalistka biochemii klinicznej. Absolwenta UM we Wrocławiu. Dydaktyk z wieloletnim doświadczeniem. Pionier nieinwazyjnych prenatalnych badań w Polsce. Konsultant ds. diagnostyki największej sieci laboratoriów w Polsce. Pasjonatka fizyki kwantowej.

**mgr Łukasz Pietrzyk** - absolwent UŚ w Katowicach na wydz. Nauk społecznych, specjalista coachingu biznesu, stypendysta grantu naukowego na Uniwersytecie Masaryka w Brnie. Były dziennikarz Polskiego Radia specjalizujący się w zakresie dobrobytu psychologicznego oraz psychologii rozwoju osobistego, aktywny coach i trener w Centrum Coachingu i Mediacji, pasjonat Australii

**mgr Bartłomiej Izydorczyk-Styś** - absolwent oraz wykładowca na Wydziale Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii Politechniki Opolskiej. Ponad 15-letnie doświadczenie zawodowe w zakresie fizjoterapii w różnych placówkach medycznych, ponad 10-letnia działalność badawczo-naukowa. Aktualnie prywatna praktyka fizjoterapeutyczna. Specjalista i pasjonat terapii manualnej i medycyny chińskiej

### **Program kursu:**

#### **Program kursu:**

#### **I DZIEŃ**

09:00-09:30 Budowa układu immunologicznego

09:30-10:30 Aktualne możliwości diagnostyczne

10:30-10:45 Przerwa

10:45-11:30 Zaburzenia funkcjonowania układu immunologicznego:

- alergię oraz nietolerancje pokarmowe

- choroby autoimmunologiczne

11:30-12:15 „Stresologia” - bodźce wywołujące stres wraz z omówieniem objawów

12:15-12:30 Przerwa

12:30-13:15 Zastosowanie badań genetycznych na użytek profilaktyki i terapii

13:15-14:00 Prawidłowa diagnostyka punktem wyjścia do spersonifikowanej suplementacji

14:00-14:45 Przerwa obiadowa

14:45-16:15 Przykłady diet z wykorzystaniem wiedzy o metabolizmie pacjenta

16:15-16:30 Przerwa

16:30-17:00 „Stresologia” cd. Omówienie uestresu, neustedu i dystresu

- Warsztat antystresowy

#### **II DZIEŃ**

9:00-10:15 Układ immunologiczny a narządy wewnętrzne

10:15-10:30 Przerwa

10:30-11:00 Drugi mózg

11:00-11:45 Tory oddechowe – budowa, kierunki, pozycje ułożeniowe

11:45-12:00 Przerwa

12:00-12:30 Punkty Ashi, strefy Headu – lokalizacja i terapia

12:30-13:30 Przepona – budowa, dysfunkcje, terapia

13:30-14:30 Metody holistyczne pobudzania układu immunologicznego:

- Refleksologia, akupresura, Aurikuloterapia a immunologia

14:30-14:45 Przerwa

14:45-15:30 Autoterapia, przybory, przyrządy

15:30-16:00 Podsumowanie - Zakończenie kursu, rozdanie certyfikatów