

ORGANIZATOR



POLSKA AKADEMIA NAUK

Oddział w Olsztynie i w Białymstoku
z siedzibą w Olsztynie

Komisja Nauk o Życiu



KONFERENCJA POPULARNONAUKOWA

JAK JEŚĆ BY ZDROWO ŻYĆ – CZY KAŻDA DIETA JEST DLA CIEBIE?



SESJA I

19 KWIETNIA
12⁰⁰ - 16⁰⁰



19-20 KWIETNIA 2024

12:05 **Dieta jako warunek zdrowia - sposób żywienia czy styl życia?**

dr inż. Joanna Ciborska

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

12:45 **Euforia smaku, ochrona zdrowia: magia diety Śródziemnomorskiej**

dr hab. inż. Ewa Żary-Sikorska

Politechnika Bydgoska

13:25 **Fleksytariańskie okna żywieniowe w profilaktyce i leczeniu chorób metabolicznych**

dr Marta Lonnie

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

14:05 **Dieta DASH - (nie)tajemny sposób do walki z nadciśnieniem i nie tylko**

dr Dawid Madej

Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego
w Warszawie

14:45 **Diety roślinne - korzyści i zagrożenia według aktualnego stanu wiedzy**

dr Michał Boraczyński

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski
w Olsztynie



SESJA II

20 KWIETNIA
9⁰⁰ - 12⁰⁰

ONLINE



ClickMeeting

UCZESTNICTWO BEZPŁATNE

9:00 **Immunonutrition: sekrety odporności na talerzu**

dr hab. n. med. Wojciech Feleszko

Warszawski Uniwersytet Medyczny

9:40 **G-free - czy dieta bezglutenowa jest dla Ciebie?**

dr hab. Urszula Krupa-Kozak, prof. Instytutu

Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie

10:20 **Dieta low FODMAP - moda czy naukowo udowodniona metoda wspomagania leczenia w dolegliwościach jelitowych?**

dr n. med. Dagmara Bogdanowska-Charkiewicz

Uniwersytet Medyczny w Białymstoku

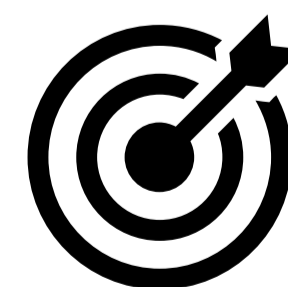
11:00 **Dieta ketogeniczna - z czym to się je?**

dr Natalia Drabińska

Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu
Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań
Żywności PAN w Olsztynie

REJESTRACJA

<https://foodfakty.pl>



WSPÓLORGANIZATORZY/SPONSORZY



bioanalytic

ZESKANUJ
I DOWIEDZ SIĘ
WIĘCEJ!

