



eZdravie ženy

Akreditovaný webinár predovšetkým pre lekárky,
farmaceutky a sestry

14. október 2025 • od 16:00 • Meditrend.sk



Odborný program:

Moderátorka webinára:
doc. PharmDr. Daniela Mináriková, MSc., PhD.

od 15:30

Online registrácia na live.meditrend.sk/14okt

16:00 – 16:20

Bolesti podporno - pohybovej sústavy súvisiace s prácou

Najčastejšie typy bolestí spojené s prácou (hlava, krk, chrbtica). Diagnostika a terapia.

Host' : Mgr. Naďa Ulehlová Bc.

Diplomovaná fyzioterapeutka, špecialistka v diagnostike metódou Neurokinetic Therapy (NKT)

16:20 – 16:50

Prečo nie je migréna, len obyčajná bolesť hlavy?

MUDr. Jana Martinková

16:50 – 17:05

**Jednoduché techniky a cvičenia na úľavu: krk a hlava (strečingy, uvoľňovanie, mobilita)
Správne sedenie, dvíhanie bremien.**

Mgr. Naďa Ulehlová Bc.

17:05 – 17:35

Očkovanie ako efektívna prevencia respiračných ochorení

MUDr. Peter Marko, MPH

17:35 – 17:45

Cvičenia a návyky na posilnenie chrbtice a stabilitu trupu.

Dýchacie techniky/relaxácia – ako stres prispieva k bolesti a ako ho redukovať.

Rady na dennú rutinu – prestávky, pohyb, vstávanie, preventívne cvičenia.

Mgr. Naďa Ulehlová Bc.

17:45 – 18:20

Základné princípy samoliečby prechladnutia – nielen pre lekárnika

doc. PharmDr. Daniela Mináriková, MSc., PhD.

**Sledujte online
14. októbra od 16:00 na**

www.meditrend.sk



Webinár akredituje ARS CME.

Registrovaní účastníci získavajú za pasívnu účasť **1 kredit CME**, ktorý bude elektronicky pripísaný do konta CME. Pri trvaní podujatia vyše 2 hodín sa počet kreditov navýši.

Diskusia a hlasovanie: Počas webinára môžete posilať otázky do diskusie, na vybrané otázky budú prednášajúci odpovedať v priamom prenose. Na záver prednášky si overíte svoje znalosti v online hlasovaní.

Viac než dve hodinky kvalitných informácií a praktických cvičení pre zdravie každej ženy s partnermi



 **farmiprofi**

FARMI - PROFI spol. s r.o.
Pestovateľská 2
821 04 Bratislava