



Krūšu veselības diena

12. oktobrī TN "Kurzeme"
Pl. 11.00–15.00



UZTURA MEISTARKLASES

11.20 | 12.20 | 13.20 | 14.20

Meistarklases vada:

Uztura speciālistes Alise Kindzule un Agrita Spēlmane



KRŪŠU PAŠPĀRBAUDES PUNKTS

11.40–15.00

Krūšu pašpārbaudes punktu vada:

Onkoloģiskās aprūpes māsa Solvita Rubene



SPECIĀLISTU LEKCIJAS UN PADOMI

11.20 | Krūšu pašpārbaudes pamatojums un algoritms

Onkoloģiskās aprūpes māsa Solvita Rubene

12.00 | Dzīves kvalitāte vēža pacientiem. Fiziskā diskomforta aspekti

Onkoloģiskās aprūpes māsa Rigonda Kalna

13.00 | Kā pieņemt realitāti

Psihoterapeite Aina Poiša

13.40 | Krūts vēža pacientes stāsts

Krūts vēža pacientu atbalsta biedrības "VITA" vadītāja Irīna Januma

14.20 | Veselīga uztura nozīme slimību profilaksē

Uztura speciāliste Alise Kindzule

14.40 | Stress, tā ietekme uz veselību un profilakses iespējas

Gešaltterapeite Elīna Zelčāne



Ar muzikāliem priekšnesumiem uzstāsies dziedātāja Katrīna Kabiņecka



Pie TN "Kurzeme" 10.00–17.00 MFD mobilais mamogrāfs