

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Centrum Edukacji w Iławie

Numer projektu: FEWM.06.04-IZ.00-0032/24

Tytuł projektu: Iławska Szkoła Policealna ZDZ z plusem

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Mikrobiom skóry. Oś jelita - mózg w leczeniu skóry trądzikowej

Nr kursu: 9/242/2025

Uczestników: 12 w tym kobiet: 12, mężczyzn: 0

Termin realizacji: 08.11.2025-09.11.2025



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
08.11.2025	08:00-08:45	Wprowadzenie do mikrobiomu skóry - definicja i składniki mikrobiomu	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	08:45-09:30	Funkcje mikrobiomu skóry w ochronie przed patogenami i regulacji stanu zapalnego, zaburzenia mikrobiomu skóry – przyczyny i skutki	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	09:30-09:40	PRZERWA	
	09:40-11:10	Diagnostyka mikrobiomu skóry - metody analizy i interpretacja wyników	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:10-11:55	Wprowadzenie do osi jelita-mózg i jej znaczenie w zdrowiu skóry, jak dieta wpływa na mikrobiom jelitowy i mikrobiom skóry?	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:55-12:25	PRZERWA	
	12:25-13:10	Stres i jego wpływ na mikrobiom skóry przez oś jelita-mózg	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	13:10-13:55	Terapie wspierające zdrowie skóry przez regulację osi jelita-mózg	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	13:55-14:40	Trądzik – przyczyny, objawy i mechanizmy powstawania	ul. Grunwaldzka 13; Iława
09.11.2025	08:00-08:45	Mikrobiom skóry a trądzik - rola mikroorganizmów w rozwoju trądziku, oś jelita-mózg w kontekście leczenia trądziku	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	08:45-09:30	Leczenie trądziku z uwzględnieniem równowagi mikrobiomu skóry i jelit	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	09:30-09:40	PRZERWA	
	09:40-10:25	Rola probiotyków i prebiotyków w leczeniu trądziku	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	10:25-11:10	Dieta wspomagająca leczenie trądziku – co jeść, aby poprawić stan skóry? Planowanie diety	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:10-11:55	Dobór kosmetyków wspierających mikrobiom skóry w leczeniu trądziku	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:55-12:25	PRZERWA	
	12:25-13:10	Dobór kosmetyków wspierających mikrobiom skóry w leczeniu trądziku	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	13:10-14:40	Holistyczne podejście do leczenia trądziku, integracja mikrobiomu skóry i jelit - planowanie programu terapeutycznego	ul. Grunwaldzka 13; Iława



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

