



NIE MARNUJ ANI CHWILI! Zadbaj o SERCE OD NAJMŁODSZYCH LAT I PRZESTRZEGAJ ZALECEN!

Plan wstępny Centralnych Obchodów Światowego Dnia Serca 28.09.2025

Rynek Główny, Krakow godz 10.30-16.30 (uwaga kolejność wystąpień może się zmienić)

Godzina		Prowadzący i Goście
10.30	Rozpoczęcie: Krótkie zaproszenie informacja co się będzie działo podczas Światowego Dnia Serca. Podziękowanie Sponsorom, Partnerom, Patronom	S Salwińska, K Piasecki
10.40	Gospodarze: E Konduracka, J Legutko , K. Stolarz-Skrzypek zapraszają głównego Organizatora Dnia Serca czyli Zarząd PTK na scenę i gości przy akompaniamencie młodych muzyków -zespołu uczniów szkół muzycznych Krakowa pod kierownictwem Stefana Plewniaka	R. Gill, M.Gierlotka, T Pawłowski, B Lewandowska, P Mitkowski plus inni zaproszeni goście
10.45	Impreza odbywa się pod Patronatem Honorowym Prezydenta Miasta Krakowa zatem zapraszamy na scenę Prezydenta	Prezydent Miasta Krakowa Aleksander Miszalski
10.50	Artyści Teatru Ludowego- muzycznie	Pipi” -Weronika Kowalska, „Doktor Dolittle”- Jan Nosal
11.10	Panel edukacyjny: Epidemia nadwagi, otyłości i nadciśnienia tętniczego u dzieci- prewencja ch serca powinna zacząć się już od najmłodszych lat	Dr med. Marta Czubaj - Kowal, kierownik Oddziału Pediatrii w szpitalu im. S. Żeromskiego w Krakowie
11.20	Centrum EKOLAND-występ taneczny	dla dzieci, młodzieży i dorosłych
11.35	Panel edukacyjny: Nadciśnienie, cukrzyca i cholesterol-zabójcze trio Jakie powinniśmy mieć ciśnienie tętnicze? 4 min Czy cukrzyca przyspiesza starzenie serca? 4 min Jak długo brać leki czy można doraźnie? 3 min	Prof. M Rajzer CMUJ Prof. Gajos Grzegorz CMUJ Prof. K Stolarz Skrzypek CMUJ
11.45	Panel edukacyjny: Wpływ stresu, depresji na serce. Jak radzić sobie ze stresem, kiedy psychoterapia, kiedy leki? Czy picie alkoholu to dobra metoda na stres? Lęk nie ułatwia leczenia nowotworu, a leczenie onkol może uszkodzić serce- jak radzić sobie z tym wszystkim? Opinia onkologa	dr hab. Bartosz Grabski specjalista psychiatrii, seksuologii, psychoterapeuta (CMUJ), Agnieszka Borowiec psycholog kliniczny KCHW dr med. Rysz Postawa (onkolog)(NIO)
12.00	Panel sponsora SERVIER: “Dlaczego warto trzymać się zaleceń? O budowaniu dobrych nawyków, wyznaczaniu celów i odpowiedzialności za własne zdrowie.”	Prof. A Olszanecka
12.10	Panel informacyjny: Zadbajmy o zdrowie -Narodowy Program Chorób Układu Krążenia 4 min -Krajowa Sieć Kardiologiczna- 4 min -10 dla Serca” - jak można samodzielnie sprawdzić swój stan zdrowia 4 min	Prof. Adam Witkowski Prof. Janina Stępińska Prof. Piotr Dobrowolski

12.12	Występy na scenie: pokaz szkoły Choy Lee Fut Chen : ćwiczenia koordynacji ruchu, redukcja stresu dla każdego	Zapraszamy na scenę profesorów aby ćwiczyli z instruktorem i nie tylko: Jeszcze pomyśle kogo wywołamy ☺
12.20	Panel Edukacyjny: Kardiologa interwencyjna; -Największe osiągnięcia leczenia interwencyjnego chorób serca bez otwarcia klatki piersiowej oczami kardiologa --Bol w klatce piersiowej, kiedy nie można bagatelizować Jak leczyliśmy, a jak leczymy teraz zawał serca/ -O czym marzy przyszły Prezes PTK dla swoich pacjentów? -Niemiary rytm serca- czy zawsze jest niebezpieczny? Co dziś potrafimy?	Prof. R Gil 3min Prof. T Pawłowski 3min Prof M Gierlotka 3 min Prof J Legutko 3 min Prof. P Mitkowski 3min
12. 35	Teatr Ludowy „Zahipnotyzuj mnie” piosenki Zygmunta Koniecznego	Artyści Marta Bizoń, Jan Nosal, Weronika Kowalska, Jacek Bylica
12.50	Panel sponsora POLPHARMA (quiz multimedialny)	
13.10	Teatr Ludowy „Zahipnotyzuj mnie” piosenki Zygmunta Koniecznego	Artyści Marta Bizoń, Jan Nosal, Weronika Kowalska, Roksana Lewak Jacek Bylica
13.20	Panel Profilaktyka: Zdrowie układu krążenia u Polaków w świetle danych, którymi dysponujemy Jak zwolnić starzenie serca- co pomaga w opinii eksperta Czy nasi pacjenci są coraz lepiej wyedukowani na temat profilaktyki ch krazenia ? Czy można jej zapobiec niewydolności serca? Jak ważne jest przestrzeganie zaleceń?	Prof. P Jankowski 3 min Prof. P Podolec- 3min Dr Piotr Bogacki Szpit im Rydygiera 3min Prof. J Nessler- 3min Prof A Surdacki 3 min
13.50	Artyści: ballada	Andrzej Sikorowski
14.00	Panel : Jak Policja, Straz pożarna, Lotnicy ratują nasze życie i serce	
14. 10	Artyści: Teatr Nowy Proxima KORA BOSKA	Kasia `Chlebny
14. 20	Panel dydaktyczny: Jak naprawić serce bez otwarcia klatki piersiowej ? (zastawki, dziurki w sercu)	Prof Grzegorz Kopec Prof. Andrzej Gackowski Prof. Monika Komar
14.30	Przepis na długie życie	Sobiesław Zasada, doc M Konieczńska
14.40	PANEL SPONSORA: BOEHRINGER INGELHEIM : jak rozpoznać niewydolność serca , jak przestrzegać zaleceń aby żyć dłużej z niewydolnym sercem film reklamowy + konkursy	E Konduracka, dr M Wegrzynowska
14.50	Artyści: Teatr Nowy Proxima Rysiek ze Śląska	Piotr Sieklucki
15.00	Panel Kardiologii Kto naprawi moje złamane serce jeśli kardiolog mówi że się nie da- co operujemy Kiedy robimy przeszczep serca? Zabiegi robimy na najmniejszych sercach	Prof. B Kapelak Prof. Karol Wierzbicki Prof. Tomasz Mroczek

15.10	Artysci : Łukasz Rybarski Show 1	
15.20	Serce jak dzwon - Dzwon Zygmunta	Prof. Marcin Biborski
15. 30	Artysci : Łukasz Rybarski Show II	
15.40	Podsumowanie	
15.50	KONCERT RAFAL SZATAN	

Namioty: Edukacja, pomiary ciśnienia, masy ciała, składu masy ciała badania laboratoryjne, badania echokardiograficzne, dieta dla dzieci i dorosłych, nauka pierwszej pomocy, prezentacja oddziałów, innych niż medyczne służb ratujących życie ludzkie

- 1.Kliniki i Oddziały Kardiologii (dorośli, pediatryczni), Kraków, Anin
2. Policja, Straż Pożarna, Lotnicy- nauka resuscytacji, laboratorium kryminalist
3. Dietetycy, pomiar masy ciała, ilości tkanki tłuszczowej
- 5 Kącik zajęciowy dla dzieci
- 6 Badania z krwi Diagnostyka, Synevo, ADAMET
7. Badania echokardiograficzne
- 8.Bieżnia- ASpel