



TALLINNA ÜLIKOOL

Loodus- ja
terviseteaduste instituut



Tule osalema **TERVISE JA LIIKUMISE ÜLIKOOLI** loengusarjale!!!

Tallinna Ülikooli Loodus- ja Terviseteaduste Instituut koostöös TALLINN LIIGUB kutsuvad 50+ eluaastat tervisest ja liikumisest lugupidavaid inimesi osalema **TERVISE JA LIIKUMISE ÜLIKOOLI** loengutele.

LOENGUD TOIMUVAD teisipäeviti algusega **kell 17.00**, Tallinna Ülikooli Räägu 49 (Tallinn) õppehoones ruum 303.

Loengukava 2015/2016 õ.a. sügissemestril:

- 29.09 Õppimise kõrvalmõjud elu kolmandas kvartalis**
TLÜ lektor Tiina Tambaum
- 06.10 Olulisemad vitamiinid, nende mõju organismile**
Ülemiste Südameapteegi juhataja Külli Teder
- 13.10 Mis on normaalne rüht ja millest see sõltub?**
TLÜ lektor Saima Kuu
- 20.10 Kehaline töövõime - kujunemine ja mõõtmise võimalused**
TLÜ dotsent Karin Baskin
- 27.10 Hügieeni- ja kodukeemia toodetele lisatud ained – kas ohtlikud või ohutud?**
TLÜ dotsent Tiina Elvisto
- 03.11 Abi liigesvaevuste puhul**
Eest Massaaži- ja Teraapiakooli direktor Martin Ilves
- 10.11 Silmade heaolu ja tervis peale 40. eluaastat**
Optometrist Birgit Vaarandi
- 17.11 Erinevad massaažiliigid - millal mida eelistada?**
Eesti Massaaži- ja Teraapiakool praktikajuht Tiina Nellis-Randi
- 24.11 Ravimtaimedest ja praktiline kasutamine**
TÜ Farmaatsia Instituudi juhataja Ain Raal
- 01.12 Loodusmeditsiin: tänased terviseprobleemid ja looduslike vahendite abi**
Psühhiaater Tiina Keldrima
- 08.12 Labor abiks haiguste ennetamisel. Vereanalüüsid 40+ mehele ja 50+ naisele**
Laboriarst dr Meeli Glükmann

Ühe loengu **OSAVÕTUTASU** on **2 eurot**. Tasumine kohapeal ja sularahas.

Registreerimine: e-mailile katrin.soidra-zujev@tlu.ee või telefonil 639 1751 hiljemalt 1 päev enne loengut.

Täiendav info: www.tlu.ee/lti

Loengusarja toetab: TALLINN LIIGUB

Me ei lakka liikumast seetõttu, et vananeme, vaid vananeme seetõttu, et lakkame liikumast!