

NYÍLT NAP – PÉCS
2025. JANUÁR 14. (kedd)
FOGLALD LE A HELYED

AZ INTERAKTÍV, KISCSOPORTOS PROGRAMOKRA!

ELŐREGISZTRÁCIÓ ITT: <https://forms.gle/YFWJz31xUDYCjvcz6>

Miért éri meg előregisztrálni?

- csak az előregisztráltaknak garantált a helye az interaktív, kiscsoportos szakbemutatókra!
- izgalmas OFF programokon vehetsz részt!

FONTOS, hogy az előregisztráció során lefoglalt helyed menetlevelét a rendezvény napján **8:00-9:15 óra között át kell vened!** Érkezz időben! 9:15 után az át nem vett menetleveleket átadjuk másoknak!

Kérjük, hogy a szüleidet, kísérőidet ne regisztráld be az interaktív programokra, nekik speciális témákkal készülünk (Szülőkonferencia, lásd lejjebb!)

Nem szeretnél előre regisztrálni? Megteheted!

Az előre le nem foglat helyek függvényében kaphatsz menetlevelet, illetve 9:15 órától az át nem vett menetleveleket is kiosztjuk! Javasoljuk, hogy előregisztrálj!!!

Ha nem sikerül menetlevelet kapni, **NINCS OKOD CSÜGGEDNI**, mivel **SZÁMOS** érdekes **PROGRAMMAL** készülünk és a **SZAKOS STANDOKNÁL** is információhoz tudsz jutni!

OFF PROGRAMOK

(ezek várnak a megnyitóig):

Ezekre a programokra nem kell regisztrálni!

HELYSZÍN: PTE ETK „A” épület aula és nagyelődó (7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.)

8:00 órától szakértők adnak tájékoztatást az alábbi témákban:

- Kína testközelből - a pécsi Konfuciusz Intézet bemutatkozása
- Pannónia ösztöndíj, avagy láss világot és tanulj ingyen
- Hallgatói előmenetel program! – Bemutatkozik a HELP Iroda
- ETK Tehetségek bemutatkozása
- ETK Jazz Dance Tánccsoport
- Sport minden mennyiségben - a PTE PEAC nyújtotta lehetőségek bemutatása

9:30 Made in B KONCERT - ETK dal - Itt vagyok jól! 🎤 🎵

<https://www.youtube.com/watch?v=ktauTiQYd8k>

<https://www.youtube.com/user/monster960608>

MEGNYITÓ

Ezekre a programokra nem kell regisztrálni!

HELYSZÍN: PTE ETK „A” épület aula és nagyelődó (7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.)

10:00 óra

- **Köszöntő** – Prof. dr. Ács Pongrác dékán
- **SZÁMOLJUNK – TÖBBLETPONTOK, MI MENNYIT ÉR ÉS A FELVÉTELI ELJÁRÁS** - Bertáné Antal Marianna tanulmányi osztályvezető
- **Köszöntő** - HÖK elnök

10:25 A nyílt nap további menetének ismertetése, csoportbontás

10:45 elindulnak a csoportok csoportvezetők segítségével az interaktív helyszínekre

INTERAKTÍV KISCSOPORTOS SZAKBEMUTATÓK

Ezekre a programokra javasolt az ELŐREGISZTRÁCIÓ!

11:00 órától INTERAKTÍV SZAKBEMUTATÓK, melyre **itt tudsz előre regisztrálni:**

<https://forms.gle/YFWJz31xUDYCjvcz6>

• Népegészségügy

D12 - *Élelmiszerfertőzés és járványkivizsgálás szimuláció, illetve ehhez kapcsolódóan a kézhigiéné jelentőségének bemutatása*

Alkohol- és drogprevenció

Zajsint-mérés – védőeszköz bemutató

Szűrővizsgálatok bemutatása

• Rekreáció és életmód

C1 - *Érdekel az egészség és a sport? Fontosnak tartod a helyes táplálkozást és a rendszeres testmozgást? Ügyelsz a környezetben élők egészségére? Akkor a „reki” szakon a helyed!*

Az egészségfejlesztő feladata az emberek egészségének megőrzése, felvilágosító és egészségmegőrző programok szervezése az iskolás, óvodás korosztály számára, valamint a már betegséggel együtt élők életminőségének javítása. Rekreációs szakemberként tervezheted, szervezheted és le is bonyolíthatod a szabadidős sport programokat. Nem íróasztalhoz kötött munka! Okleveled szabadidős programok szervezésére, egészségfejlesztési projektekre, hátrányos helyzetű társadalmi csoportok egészségfejlesztési feladatainak ellátására, rekreációs központokban, fitnesscentrumokban szervezői feladatok ellátására jogosít.

Egy interaktív mozgásos foglalkozás vár.

D Teljesítménydiagnosztikai labor I. – 3D Testszkener

A 3 dimenziós humán testszkener PTE Egészségtudományi Kar által fejlesztett új mérési rendszer. A testszkener sugárterhelés mentes innovatív képpalkotó rendszer, amely néhány másodperc alatt pontosan leképezi az emberi testet. A humán szkennelrel kiszűrhetők a biomechanikailag helyes

tartástól eltérő tartáshibák. A rendelkezésre álló adatbázis alapján alapos kiértékelés végezhető, sőt a 3 dimenziós testkép a 3D nyomtatási technológia segítségével akár ki is nyomtatható.

- **Dietetikus**

D Tankonyha II. - Brunch-oljunk együtt a tankonyhán!

A résztvevők közösen készítik el az ételeket – „sajt”krémet, „máj”krémet, illetve banános amerikai palacsintát (glutént tartalmaz). Minden recept növényi alapú, semmilyen állati eredetű összetevőt nem tartalmaz. Az ételkészítés ideje alatt, illetve a főzés végén, az elkészült ételek kóstolása során lehetőségünk nyílik beszélgetni, információt cserélni a növényi alapú étrendről, valamint a vegánság hatásairól a bolygóra és az egyénre egyaránt.

D2 - Sporttáplálkozás - Tévhitek és gyakorlati tippek

Az előadás első része a sporttáplálkozás témakörét érintő legelterjedtebb tévhitek elosztatásával foglalkozik. A hallgatóság egy interaktív kvíz keretében anonim módon válaszolhat kérdésekre, így elkerüljük, hogy a résztvevők nyomást érezzenek, amennyiben kevésbé tájékozottak a témában.

A kvízkérdések kiértékelése egy informatív diasor segítségével történik, amelynek keretében az edzéshez igazított táplálkozás gyakorlati kérdései is megválaszolásra kerülnek. Az elhangzottak alapján, a program második részében, a résztvevők csoportos feladat keretében sportolói napi menüket tervezhetnek majd, különböző ételeket tartalmazó grafikus anyag felhasználásával. A csoportok munkáját közösen, építő jellegű javaslatokra fókuszálva értékeljük ki.

D4 - Hogyan tovább? - klímaválság és táplálkozás

Karbonlábnyom, globális felmelegedés klímaválság– egyre többet hallunk ilyen és ehhez hasonló kifejezéseket. Mi köze a táplálkozásunknak ehhez?

Ha Téged is érdekelnek ezek a kérdések tarts velünk egy interaktív utazásban az egészség, fenntarthatóság és a táplálkozás kérdéseiben.

D3 - Mi van benne? Mit ettem ma?

Igen népszerűek a „mitetemma” tartalmak a közösségi médiában, a résztvevők szakemberrel együtt ötletelve állíthatják össze a napi menüt az egészséges táplálkozás szempontjai alapján.

Az egészséges étrend összeállításához nélkülözhetetlen, hogy tudjuk, hogy közkedvelt élelmiszerek észrevétlen cukor vagy só tartalmát, amit kis segítséggel a résztvevők megtippelhetnek.

- **Egészségturizmus szervező**

D10 - Interaktív kvízzjáték az egészségturizmus témakörében.

- **Gyógytornász**

C4 – Egyensúlyfejlesztés

A nyílt napra érkezőknek lehetőségük lesz, hogy megismerkedjenek az egyensúly felmérés és fejlesztés alapjaival. Az jelentkezők egyensúlyát fel is mérjük különböző tesztekkel. A program keretében különböző eszközök bemutatásával és kipróbálásával egy rövid egyensúlyfejlesztő tornaprogramba is becsatlakozhatnak.

C5 - A gyógytornász szerepe a szülésre való felkészülésben - szülés alatt alkalmazható légzéstechnikák

A hallgatók párokat alkotva sajátítják el a szülés különböző szakaszaiban alkalmazható légzéstechnikákat. A résztvevő diákok betekintést nyernek a várandósság csont és izomrendszert érintő változásaiba, valamint elsajátítják a kismama torna alapjait.

C6 - Lélegezz helyesen!

Érdekességek a légzőszervrendszerről, hogyan lélegezz helyesen a mindennapokban és sportolás közben. A gyakorlati foglalkozáson a résztvevőknek lehetőségük van különböző légzéstechnika gyakorlatok elsajátítására.

C2 - Gerinctorna, gerinciskola alapok

A hallgatók megismerhetik azokat a mobilizáló és erősítő gyakorlatokat, melyek a gerinctorna alapját képezik. Betekintést nyerhetnek a gerinciskola programok elméleti és gyakorlati anyagába. A gyakorlati órán a résztvevőknek lehetőségük van különböző testhelyzetekben kipróbálni a gyakorlatokat kiscsoportos foglalkozás keretén belül.

- **Ápoló**

Ápolástudományi demonstrációs terem - **Ismerkedés az ápolástudomány eszközeivel**

Vérvétel, infúziós terápia, vércsoport és vércukor meghatározás, légútbiztosítás.

- **Mentőtiszt**

Műtő szimulációs terem és Építkezés szimulációs terem

A nyílt napon betekintést nyerhetnek a résztvevők a sürgősségi ellátás izgalmas világába, ahol valóság-hű szimulációk és gyakorlati bemutatók segítségével ismerhetik meg a mentőtiszt szakma kihívásait. A látogatók interaktív élményeken keresztül tapasztalhatják meg, milyen fontos a gyors helyzetfelismerés, a hatékony kommunikáció és a csapatmunka. Éljétek át, milyen az életmentés a gyakorlatban!

Mindkét helyszínen ugyanaz az interaktív szimuláció lesz.

- **Szülésznő**

Intenzív osztály szimuláció - **A program keretében egy interaktív szülészeti szituáció bemutatása zajlik a demonstrációs teremben, ahol a résztvevők valóság-hű környezetben ismerhetik meg a szülésvezetés alapjait. A leendő hallgatónak lehetőségük nyílik egy speciálisan kialakított fantom segítségével gyakorolni a szülés folyamatát, ezzel első kézből szerezve tapasztalatokat az orvosi beavatkozások, döntéshozatalok és a szülő nő támogatásának technikáiról. Ez az élmény különösen fontos azok számára, akik a jövőben a szülészeti szakmában szeretnének elhelyezkedni, hiszen lehetőséget ad a gyakorlatban történő tanulásra, valamint a készségek és kompetenciák fejlesztésére egy biztonságos, kontrollált környezetben.**

INTERAKTÍV KISCOPORTOS FOGLALKOZÁSOK

Ezekre a programokra javasolt az ELŐREGISZTRÁCIÓ!

11:00 órától INTERAKTÍV KISCOPORTOS FOGLALKOZÁSOK, melyre [itt tudsz előre regisztrálni](#):

<https://forms.gle/YFWJz31xUDYCjvcz6>

- Anatómia betekintő
- Haladó elsősegélynyújtás
- Démonvadászat – avagy győzd le a jövővel kapcsolatos „mi lesz akkor ha” félelmeidet – önismereti tréning

NE FELEDD! Csak az előregisztráltaknak biztosított a helye az interaktív, kiscsoportos bemutatóinkra.

Aki „csak” a rendezvény napján érkezik, annak a fennmaradó helyek erejéig tudunk részvételi lehetőséget biztosítani!

Mit tegyél, ha már nem tudtál időpontot foglalni a számodra érdekes interaktív programra?

Az interaktív programok és egyes előadások befogadóképessége a terem kapacitásától függ, amennyiben nem férnél be a terembe, úgy kérünk, hogy látogass el egy másik, számodra szimpatikus nem előregisztrációhoz kötött előadásra.

AZ ALÁBBI LEHETŐSÉGEK VÁRNAK MÉG RÁD!



FOLYAMATOS PROGRAMOK

INSPIRÁLÓ NYITOTT ELŐADÁSOK, ha még keresed a hozzád illő szakmát, vagy csak új ismeretekkel szeretnél gazdagodni.

11:00 órától

Ezekre a programokra nem kell előre regisztrálni!

HELYSZÍNE: PTE ETK „A” épület nagyelőadó (7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.)

- **11:00 – 11:30** Keceli Viola és Szántóri Patrícia - ÉRDEKES ÉLELMISZER TRÜKKÖK VAGY MEGMAGYARÁZOTT KÁOSZ?

Kíváncsi vagy, hogy az élelmiszeripar milyen trükköket használ a termékek előállításában és marketingjében? Vagy talán elbizonytalanodsz a különböző élelmiszerekkel kapcsolatos döntéseidben? Ne aggódj, segítünk eligazodni ebben a látszólagos káoszban!

- **12:00 – 12:30** Dr. Novák Pál - JÖVŐKÉP ÉS AZ EGÉSZSÉGÜGYI PÁLYA

Az egészségügy az egyik olyan terület, amely folyamatosan változik és fejlődik, és a jövőkép meghatározása a pálya szereplői, az egészségügyi intézmények és a társadalom számára is kulcsfontosságú.

➤ **13:00 – 13:30 Dr. habil. Radnai Balázs - „Anató Mi A fene?!”**

Tudni szeretnéd, hogy miért gyűrűsujj a gyűrűsujj? Vagy, hogy honnan ered a Grace Klinika (eredeti címen Gray's Anatomy) sorozat címe? Miért használtak tüszentőport régen a hölgyek? Miért aranyér az aranyér?

Számos más anatómiai érdekesség mellett ezekre is választ kaphatsz az előadáson, ahol az előadó egy interaktív kalandozásra hívja az anatómia érdekes világába az érdeklődőket. Szóval feltöltött mobiltelefonnal ajánlott érkezni! Remélhetőleg az előadás végére kiderül, hogy nem is olyan száraz és unalmas tantárgy ez az anatómia!

➤ **14:00 – 14:30 Dr. habil. Raposza László Bence – SPORTTÁPLÁLKOZÁS, TUDATOSSÁG, TELJESÍTMÉNY**

Az ergogén sporttáplálkozás az étrend, a táplálkozás és az étrend-kiegészítők alkalmazásának olyan területe, amelyet a sportolók teljesítményének optimalizálása érdekében használnak a gyakorlatban. A megfelelő táplálkozás hozzájárulhat az edzésekhez való alkalmazkodáshoz, a regenerációhoz és a teljesítmény javításához egyaránt.

NYITOTT ELŐADÁSOK - MINTAÓRA - kipróbálhatod, milyen egy egyetemi tanóra!

11:00 órától

Ezekre a programokra nem kell előre regisztrálni!

HELYSZÍNE: PTE ETK „D” épület D11-es terem (7621 Pécs, Vörösmarty u. 3.)

➤ **11:00 -11:30 Dr. habil. Polyák Éva**

óratéma: **A bélmikrobiom szerepe az elhízásban**

Az előadás azt boncolgatja, hogyan befolyásolja a bélmikrobiom összetétele az elhízás kialakulását és a testsúlyszabályozást. A bélflóra egyensúlyának felborulása milyen mértékben járulhat hozzá a súlygyarapodáshoz, valamint, hogy milyen potenciális terápiás lehetőségek rejlenek a bélmikrobiom befolyásolásában az elhízás kezelésében.

➤ **12:00 – 12:30 Dr. habil. Morvay-Sey Kata**

óratéma: **Bárkiből lehet edző? Aligha... Milyennek kell lennie egy jó edzőnek? Meg kell közelítenie Chuck Norrist...**

Rengetegszer hallható manapság, hogy bárkiből lehet edző, sokan szeretnének akár személyi edzőként elhelyezkedni. Edzőnek lennie felelősség és nem könnyű feladat, jó edzőnek lenni pedig egyenesen kihívás!

A jó edző magas szintű szakmai tudással rendelkezik, emellett pedig személyisége, emberi értékei is magas elvárásoknak felel meg.

Milyen egy jó edző? Mennyi mindent kell tudnia?

Az előadás keretén belül körüljárjuk azt, hogy milyen elvárásoknak kell megfelelnie egy jó edzőnek?

INFORMÁLÓDJ A SZAKOS STANDOKNÁL - az aulában kialakított standoknál várnak a szakokat képviselő hallgatók kötetlen beszélgetésre a **nyílt nap alatt folyamatosan!**

Kérdezd hallgatóinkat a szakokról, oktatókról, tanulásról, hallgatói életről, sportolási lehetőségekről, ösztöndíjakról, kollégiumról, tudományos munkáról, elhelyezkedésről!

HELYSZÍNE: PTE ETK „A” épület aula (7621 Pécs, Vörösmarty u. 4.)

SZÜLŐKONFERENCIA

A SZÜLŐKNEK, KÍSÉRŐKNEK IS KÉSZÜLÜNK PROGRAMMAL!

Ezekre a programokra nem kell előre regisztrálni!

HELYSZÍN: PTE ETK „D” épület D9-es terem (7621 Pécs, Vörösmarty u. 3.)

TERVEZETT PROGRAMJA

Moderátor: Sántics-Kajos Luca Fanni

11:00-11:05 (5 perc)	Köszöntő	Prof. dr. Ács Pongrác hosszabb volt egyetemi tanár, dékán
11:05-11:20 (15 perc)	Jövőkép és az egészségügyi pálya	Dr. Novák Pál adjunktus, osztályvezető
11:20-11:40 (20 perc)	A felvételi ETK-s sajátosságai	Bertáné Antal Marianna tanulmányi osztályvezető
11:40-11:55 (15 perc)	Kollégiumi ügyek, Szociális támogatás, ösztöndíjak	EHÖK – Kulcsár Zoltán elnökhelyettes
11:55-12:10 (15 perc)	Hallgatói élet, program lehetőségek	ETK HÖK – Fejér Márton
12:10-12:25 (15 perc)	Pannónia ösztöndíjprogram külügyi lehetőségek	Dr. Simon Klára tanársegéd
12:25-12:40 (15 perc)	Diákhitel	Dr. Fazekas Kornél Sándor Diákhitel Központ Zrt. regionális képviselő
12:40-12:55 (15 perc)	Egészségtudományi Szakkollégium	Dr. habil. Tigyiné dr. Pusztafalvi Henriette egyetemi docens, Egészségtudományi Szakkollégium elnökhelyettese
12:55-13:10 (15 perc)	Tudományos Diákköri Konferencia	Dr. habil. Hock Márta egyetemi docens, tudományos diákköri koordinátor
13:10-13:25 (15 perc)	Hallgatók tanulási támogatása a karon – HELP Iroda	Goldbach Julianna HELP irodavezető, tréner, coach
13:25-13:40 (15 perc)	PTE PEAC nyújtotta lehetőségek	Hoffbauer Márk PTE PEAC ügyvezető igazgató
13:40-13:55 (15 perc)	PTE Sportiroda	Hári József PTE sportiroda vezetője

LÁTOGATÁSI és INTÉZMÉNYI PONT IGAZOLÁSOK KIADÁSA

Az IGAZOLÁSOKAT 13:00 órától a program végéig folyamatosan adjuk ki az „A” épület aulájában (7621 Pécs, Vörösmarty u. 4. - a megnyitó helyszínén).

Itt még egy kis meglepetéssel is készülünk Neked! 😊

További információ: krisztina.toth@etk.pte.hu

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!