

## Tlen – jak się bronić przed tym „życiodajnym zabójcą”?



Tlen – jak się bronić przed tym „życiodajnym zabójcą”?

### O prowadzącym:

dr Marek Jurgowiak – biolog, biochemik, biolog molekularny, popularyzator nauki. Pracownik w katedrze Biochemii Klinicznej Collegium Medicum w Bydgoszczy. Wielokrotnie nagradzany za osiągnięcia dydaktyczne. Autor podręczników i publikacji przeznaczonych dla kandydatów na studia medyczne.

### Program spotkania:

1. Tlen – pierwiastek życia.
2. Wysoka cena oddychania tlenowego, czyli wolne rodniki tlenowe.
3. Stres oksydacyjny – jak się przed nim bronić?
4. Zdrowy styl życia, dieta i suplementy jako wsparcie funkcjonowania naszych mózgów w młodości i starości.

### Obejrzyj webinarium:

