

## I dzień – wtorek 12.03.2024

WYMAGANA REZERWACJA ON-LINE NA WSZYSTKIE WYDARZENIA – [festiwali.ans.pil.pl](http://festiwali.ans.pil.pl)

KATEDRA	WYDARZENIE	PROWADZĄCY	GODZINA I MIEJSCE	WIEK	MAX. LICZBA MIEJSC
	<p><b>MATURA - NO STRESS!</b></p>  <p>FACETKA OD POLAKA KATARZYNA WŁODKOWSKA</p>	<p><b>KATARZYNA WŁODKOWSKA</b> - eduentuzjastka, członkini grupy Superbelfrzy RP, doradczynie metodyczna, egzaminatorka OKE, certyfikowana trenerka oświaty, nauczycielka języka polskiego, specjalistka do spraw edukacji medialnej, autorka lekcji dla grupy TVN Discovery, liderka projektów "Lekcje w sieci", "Zaproś mnie na swoją lekcję", wykładowczyni akademicka, koordynatorka ogólnopolskich i międzynarodowych projektów edukacyjno-humanitarnych. Prelegentka na wielu ogólnopolskich konferencjach. Wyróżniona w konkursie "Wielkopolski Nauczyciel Roku", w 2018 roku znalazła się w gronie 13 najlepszych nauczycieli w Polsce, w konkursie organizowanym przez Głos Nauczycielski. Finalistka nagrody im. Ireny Sendlerowej "Za naprawianie świata". Od 20 lat z powodzeniem prowadzi klasy medialne, funkcjonujące na mocy programu autorskiego. Współpracuje z Onetem, Polonistyką, Nowymi Horyzontami Edukacji Filmowej.</p>	<p>godz. 9.00-10.00 Auditorium Maximum</p>	<p>wiek 16+</p>	<p>dowolna liczba osób</p>


<b>Katedra Filologii</b>	<b>Put up - speak up.</b> Łamanie blokady językowej z AI	mgr Tomasz Bigos	godz. 10.00 bud. D s. 115	wiek 16+	25 osób
<b>Katedra Filologii</b>	<b>Success in business without stress:</b> sukces w biznesie bez stresu	mgr Tomasz Mucha	godz. 11.00-11.45 bud. B, s.	wiek 16+	25 osób
<b>Katedra Filologii</b>	<b>“Don’t let stress mess with success”</b> - warsztaty wzbogacające zakres słownictwa z języka angielskiego dla maturzystów na poziomie rozszerzonym	mgr Robert Zielonka mgr Paulina Zielonka	godz. 10.00 bud. D, s. 111	wiek 17+	30 osób
<b>Katedra Pielęgniarstwa</b>	<b>Trening autogenny Szultza</b> - prosta metoda na stres	dr Elżbieta Holec	godz. 10.00, bud. A, CSM, II piętro	wiek 16+	20 osób
<b>Katedra Fizjoterapii</b>	<b>Zrelaksuj swój wzrok</b> - wpływ stresu na widzenie i jak sobie z tym radzić	dr Agata Konarska	godz.10.00-11.00 bud. F, s. 101	wiek 14+	20 osób
<b>Katedra Pedagogiki</b>	<b>Stres na papierze</b> - warsztaty kreatywnego pisania przed maturą pisemną z języka polskiego z autorką kryminałów	dr Monika Litwinov	godz. 9.00 bud. D, s. 214	wiek 16+	30 osób
<b>Katedra Pedagogiki</b>	<b>Emocje złym doradcą.</b> Inteligencja emocjonalna - jak ją rozwijać?	dr Natalia Gniadek - trener umiejętności interpersonalnych	godz. 13.30-14.30 bud. D, s. 17	wiek 14+	30 osób
<b>Katedra Kosmetologii</b>	Relaksacyjny masaż twarzy, szyi, dekoltu, karku w połączeniu z muzykoterapią i aromaterapią.	mgr Justyna Ciszek	godz. 9.30, bud. B, s. 14	wiek 16+	10 osób
	Manicure SPA, relaksacyjny zabieg na dłonie.		godz. 10.30, bud. B, s. 17	wiek 16+	5 osób
	Relaksacyjny rytuał na ciało.		godz. 11.00 i 12.00, bud. B, s. 8	wiek 16+	1+1
<b>Katedra Kosmetologii</b>	<b>Psychodermatologia</b> - jak stres może zaburzyć samoocenę młodego człowieka	dr Agata Skalska-Stochaj	godz. 10.00 bud. B, s. 11	wiek 14+	30 osób
<b>Katedra Transportu</b>	<b>Fakty i mity</b> - przemiany w motoryzacji: od E5 do E10 – wpływ nowego	dr inż. Piotr Stanowski	godz. 10.00 bud. J, s. 30	wiek 16+	15 osób

paliwa na ekologię trwałość  
i efektywność pojazdów silnikowych

<b>Katedra Ratownictwa Medycznego</b>	<b>Wirtualna rzeczywistość w medycynie</b> – ćwiczenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej w wirtualnej rzeczywistości	mgr Karol Brzeziński Kierownik CSRSM	godz. 9.00-12.00 bud. D, parter, Centrum Symulacji Medycznych Ratownictwa Medycznego- Szpitalny Oddział Ratunkowy, pracownia VR	wiek 14+	15 osób
<b>Katedra Ratownictwa Medycznego</b>	Uciskanie klatki piersiowej na specjalistycznych, nowoczesnych trenażerach - warsztaty	mgr Karol Brzeziński Kierownik CSRSM	godz. 9.00-12.00 bud. D, parter, Centrum Symulacji Medycznych Ratownictwa Medycznego- Szpitalny Oddział Ratunkowy	wiek 16+	15 osób
<b>Katedra Budownictwa</b>	<b>Czym jest STRESS i jak się go mierzy.</b> Badania wytrzymałości stali	dr inż. Jarosław Kołodziej	godz. 11.00 bud. J niski, s. 37	wiek 16+	20 osób
<b>Katedra Elektrotechniki</b>	<b>Programowanie robotów przemysłowych KUKA</b> - warsztaty	mgr inż. Paweł Szubert	godz. 10.00 bud. H, s. 102	wiek 16+	10 osób
<b>Biblioteka Główna</b>	<b>Czasopisma w bibliotece</b> - nowe technologie	mgr Anna Chamczyk	godz. 10.00 bud. C	wiek 15+	30 osób
<b>Biblioteka Główna</b>	<b>Do biblioteki przychodzimy po wiedzę, inspiracje i relaks!</b>	mgr Iwona Belter mgr Ewa Fijałkowska-Jahnz mgr Anna Chamczyk	godz. 11.00 bud. C	wiek 15+	30 osób

## II dzień – środa 13.03.2024

WYMAGANA REZERWACJA ON-LINE NA WSZYSTKIE WYDARZENIA – [festiwal.ans.pil.pl](http://festiwal.ans.pil.pl)

KATEDRA	WYDARZENIE	PROWADZĄCY	GODZINA I MIEJSCE	WIEK	MAX. LICZBA MIEJSC
	<p><b>STRES? MATURALNIE!</b> - jak wykorzystać potencjał płynący z nerwówki przed egzaminem, by zwiększyć swoje szanse na dobre zdanie matury?</p>  <p>PASJA PRACY I ROZWOJU ALICJA BARANOWSKA</p>	<p>ALICJA BARANOWSKA - psycholog, trener biznesu oraz coach w trakcie akredytacji ICF. Przez lata pracowała w służbach jako psycholog policyjny, wspierając funkcjonariuszy m. in. w radzeniu sobie z problematyką wypalenia zawodowego oraz w rozwoju ich umiejętności miękkich. Prowadzi własną działalność gospodarczą pn. „Pasja Pracy i Rozwoju”. Pomaga osobom dorosłym i młodzieży w powrocie do satysfakcjonującego oraz zdrowego stylu życia, udzielając wsparcia psychologicznego w oparciu o założenia Racjonalnej Terapii Zachowania i Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.</p>	<p>godz. 9.00 bud. D, s. 215</p>	<p>wiek 16+</p>	<p>Dowolna liczba osób</p>
Katedra Pedagogiki	<p><b>Młody wciąż senior, czyli na przekór wiekowi</b> - zajęcia muzyczno-kognitywne.</p> <p>Celem zajęć jest „odczarowanie” stereotypu wizerunku smutnego i małowolnego seniora, budowanie poczucia bezpieczeństwa i sprawstwa oraz dobrego samopoczucia, doskonalenie koncentracji, rozwijanie koordynacji ruchowej, trening pamięci, spostrzegawczości i myślenia, poprawa nastroju, odstresowanie, rozwijanie</p>	<p>dr Małgorzata Karwowska</p>	<p>godz. 10.00 bud. D, s. 17</p>	<p>wiek 50+</p>	<p>25-30 osób</p>

aktywności psychoruchowej,  
wyzwalanie motywacji  
i poprawa jakości

<b>Katedra Filologii</b>	<b>Przełamywanie barier w mówieniu w języku obcym:</b> warsztaty	dr Aleksander Płaczkowski dr Maciej Buczowski	godz. 10.00 bud. D, s. 115	wiek 16+	25 osób
<b>Katedra Kosmetologii</b>	<b>Wpływ stresu oksydacyjnego na mózg i skórę.</b>	dr Alina Grochowalska	godz. 9.00 bud. B, s. 11	wiek 16+	30 osób
<b>Katedra Kosmetologii</b>	<b>Relaksacyjna pielęgnacja dłoni</b> - peeling, hybryd, maska.	mgr Agnieszka Olejniczak	godz. 9.00 bud. B, s. 17	wiek 16+	10 osób
<b>Katedra Ratownictwa Medycznego</b>	<b>STACJONARNY PUNKT KRWIODAWSTWA</b> - zbiórka krwi	dr Kamila Sadaj-Owczarek, Koło Naukowe New Life	godz. 9.30-14.00 Centrum Symulacji Medycznych Ratownictwa Medycznego- Szpitalny Oddział Ratunkowy bud D	wiek 18+	
<b>Katedra Ekonomii</b>	<b>Finał Konkursu MASTER OF EXCEL</b> (wspólnie z Katedrą Inżynierii Mechanicznej)	dr Greta Poszwa dr Marta Chudzicka-Adamczak	godz. 10.00-12.00 bud. B, s. 104 i 116		<b>zgłoszenia przyjmowane przez stronę www <a href="https://ekonomia.ans.pila.pl/inne/konkurs--mistrz-excel/informacje-o-konkursie">https://ekonomia.ans.pila.pl/inne/konkurs--mistrz-excel/informacje-o-konkursie</a></b>
<b>Katedra Ekonomii</b>	<b>Przyjęcie Gościa w hotelu.</b> Bez stresu i na najwyższym poziomie.	dr Katarzyna Orfin-Tomaszewska, prof. ANS mgr inż. Piotr Sosnowski	godz. 12.00-13:00 bud. B, s. 215	wiek 16+	80 osób
<b>Katedra Ekonomii</b>	<b>Blockchain a po co to komu?</b> Spotkanie z interaktywnym testowaniem blockchain i praktyką przesyłania kryptowalut.	dr Maciej Gawrysiak	godz. 13.00-14.00 bud. B, s. 104	wiek 16+	30 osób
<b>Katedra Ekonomii</b>	<b>BEZSTRESOWI :-)</b> <b>księgowa, księgowy i pracownik biurowy :-)</b>	dr Viktoria Vovk mgr Iwona Kamińska-Lech	godz. 12.00-13.00 bud. B, s. 116	wiek 16+	30 osób

<b>Katedra Transportu</b>	<b>Łąka na dachu - eko-moda, czy bio-ekonomia</b>	dr Iwo Nowak	godz. 9.00 bud. J, s. 206	wiek 16+	15 osób
<b>Katedra Budownictwa</b>	Symulacje komputerowe w pracy inżyniera	dr hab. inż. Krzysztof Cichocki, prof. ANS	godz. 11.00 bud. J, s. 205	wiek 16+	20 osób
<b>Katedra Budownictwa</b>	<b>Geodezja bez stresu</b> - konkurs z obsługi instrumentów geodezyjnych	mgr inż. Łukasz Pisarski	godz. 12.00 bud., s.	wiek 16+	30 osób
<b>Biblioteka Główna Akademii Nauk Stosowanych</b>	Bazy online - innowacyjne, przyjazne platformy jako źródła informacji	mgr Ewa Fijałkowska-Jahnz	godz. 10.00 - 11.00 bud. C	wiek 15+	30 osób
<b>PANEL ABSOLWENTA</b>	Jak potoczyła się moja kariera po ukończeniu ANS w Pile. Przyszłość bez stresu (?)	mgr Aleksandra Kułak absolwentka ekonomii ANS w Pile	godz. 14:00 bud. B, s. 215	wiek 16+	

### III dzień – czwartek 14.03.2024

**WYMAGANA REZERWACJA ON-LINE NA WSZYSTKIE WYDARZENIA – [festiwal.ans.pil.pl](https://festiwal.ans.pil.pl)**

KATEDRA	WYDARZENIE	PROWADZĄCY	GODZINA I MIEJSCE	WIEK	MAX. LICZBA MIEJSC
<b>Katedra Filologii</b>	<b>Przełamywanie barier w mówieniu w j. obcym</b> - warsztaty z kreatywnej komunikacji	dr Zofia Moros-Pałys	godz.10.00-11.00 bud. D, s. 104	wiek 14+	25-30 osób
<b>Katedra Filologii</b>	<b>The Impact of Stress on the Healing Process: Navigating Challenges in Nursing Care</b>	mgr Radziśław Przybylski	godz. 11:00-11:45 bud. A, s. 204	wiek 15+	25 osób
<b>Katedra Pielęgniarstwa</b>	<b>Bawię się, uczę i rosnę - najbardziej na wiosnę</b>	mgr Małgorzata Kulczyńska-Pieczul	godz..... bud. A, s. 212 CSM	wiek 5+	20 osób przedszkole

<b>Katedra Pielęgniarstwa</b>	<b>Serce pod presją:</b> związki między stresem a zaburzeniami rytmu serca - EKG w akcji	dr Anna Żdanowicz	godz. 10:00-11.00 bud. A, s. 205 CSM	wiek 14+	20 osób
<b>Katedra Transportu</b>	<b>Techniki unieruchamiania ładunków w transporcie</b>	mgr inż. Janusz Drzewiecki	godz. 11.00 bud. J, s. 35	wiek 16+	15 osób
<b>Biblioteka Główna Akademii Nauk Stosowanych</b>	<b>Kwerenda</b> - sztuka wyszukiwania informacji i publikacji bez tajemnic (narzędzia i strategię)	mgr Iwona Belter	godz. 11.00-12.00 bud. C, Biblioteka	wiek 15+	30 osób
<b>Uczelniane Centrum Sportu i Rekreacji</b>	Wpływ stresu na wynik w zawodach sportowych <b>- VI MISTRZOSTWA ANS W PILE W WYCISKANIU SZTANGI O PUCHAR REKTORA</b>	mgr Paweł Krzewiński	godz. 10.00 bud. K, hala sportowa	wiek 15+	45 osób
<b>Katedra Elektrotechniki</b>	<b>Wszystko, co zawsze chcieliście wiedzieć o hexie, ale baliście się zapytać</b> - warsztaty	dr Tomasz Bartnicki mgr Zofia Miechowicz	godz. 10:00-11:00 bud. H, s. 5	wiek 15+	30 osób
<b>Katedra Elektrotechniki</b>	<b>Podstawy uruchamiania i programowania Raspberry Pico Pi</b> - warsztaty praktyczne	mgr inż. Robert Łukowski	godz. 11:00-11:50 bud. H, s. 102	wiek 14+	12 osób
<b>Katedra Elektrotechniki</b>	<b>Eksperymenty, które sam możesz wykonać:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyznaczanie prędkości dźwięku za pomocą rury Kundta,</li> <li>• wyznaczanie prędkości dźwięku za pomocą uproszczonej metody Quinckego,</li> <li>• badanie widma fal akustycznych, dudnienia fal akustycznych, itp.</li> <li>• wyznaczanie przyspieszenia ziemskiego - wahadło matematyczne, wahadło Katera,</li> </ul>	dr hab. Stanisław Różański, prof. ANS	godz. 10:00-10:45 bud. J, s. 207	wiek 15+	12 osób

- promieniotwórczość wokół nas  
– detekcja promieniowania,
- obserwacja widm dla gazów rozrzedzonych,
- wyznaczanie długości fali światła,
- wyznaczanie ogniskowej soczewki metodą Bessela, wyznaczanie ciepła właściwego metali,
- pętla histerezy,
- badanie ciśnienia hydrostatycznego.

<b>Katedra Inżynierii Mechanicznej</b>	<b>XIV Seminarium Spawania Metali</b>	mgr inż. Łukasz Fornal mgr inż. Mateusz Kabat dr Marta Chudzicka-Adamczak	godz. 11:30 bud. J, s. 107 godz. 11:40 bud. J, s. 13, 8, 15, 4	wiek 15+	<b>osobna rejestracja</b>
<b>Katedra Inżynierii Mechanicznej</b>	<b>Nowoczesne techniki wytwarzania i pomiaru</b>	mgr inż. Łucja Zielińska	godz. 10:00 godz. 13:00 bud. J, s. 36	wiek 15+	15 osób
<b>Katedra Inżynierii Mechanicznej</b>	<b>Chem Factory</b> - trenuj z nami chemikami	dr Małgorzata Kastelik	godz. 10:00 godz. 13:00 bud. J, s. 32	wiek 15+	15 osób
<b>Katedra Inżynierii Mechanicznej</b>	<b>Praca sprężarki jednostłokowej przy stałej wydajności i przy stałym ciśnieniu</b>	dr inż. Jarosław Mikołajczyk	godz. 10:00 godz. 13:00 Budynek J, sala 33	wiek 15+	15 osób
<b>Katedra Kryminalistyki</b>	<b>Odpowiedzialność technika kryminalistyki podczas zabezpieczania śladów przestępstw</b> - warsztaty techniki kryminalistycznej	mgr Bożena Andrzejewska	godz. 10:00 bud. D, s. 204	wiek 16+	15 osób
<b>Katedra Kryminalistyki</b>	<b>Stres a obecność owadów środowisku człowieka</b> - warsztaty entomologiczne	dr Paweł Leśniewski	godz. 10:00 bud. D, sala 211	wiek 16+	15 osób



Katedra Kryminalistyki	<b>Magia telewizji - jak sobie radzić ze stresem przed kamerą</b> warsztaty medialne	mgr Artur Godlewski	godz. 10:00 bud. D, sala 113	wiek 16+	15 osób
Katedra Pedagogiki	<b>W życiu jak w teatrze</b> - warsztat Wykorzystanie krótkich form teatralnych w celu uruchomienia wyobraźni dla twórczego podejścia do rozwiązywania problemów w relacjach społecznych. Czas trwania warsztatu 50 minut.	dr Justyna Kałabuk ze studentami	godz. 12.00 bud. D, s. 4	wiek 14+	15 osób
<b>PORADNIA WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO DLA STUDENTÓW</b> /Katedra Pedagogiki	<b>ŚWIADOMOŚĆ EMOCJI I RADZENIA SOBIE W STRESIE NIE TYLKO EGZAMINACYJNYM</b>	<b>DR DAGMARA ŁUPICKA-SZCZĘŚNIK</b> Doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii. Autorka i współautorka publikacji naukowych o tematyce profilaktycznej, prowadzenia warsztatów dotyczących rozwoju osobistego. Od 2023 roku prowadzi program wsparcia psychologicznego dla studentów ANS w Pile.	godz. 13:00 bud. D, s. 4	wiek 14+	
 <p data-bbox="405 1118 712 1166">PSYCHOLOG DAGMARA ŁUPICKA-SZCZĘŚNIK</p>					