

# „Trenuj umysł!” na Dolnośląskim Festiwalu Nauki

12-09-2024



**30 i 31 października do Dzierżoniowa zawita 26. edycja Dolnośląskiego Festiwalu Nauki. Ale festiwal rozpoczyna się już 14 września. W tym roku skupia się wokół hasła Trenuj Umysł!, mającego na celu promocję zdrowego trybu życia poprzez aktywność umysłową i fizyczną.**

Dolnośląski Festiwal Nauki jest imprezą popularnonaukową organizowaną bez przerw od 1998 roku. Jest adresowany do wszystkich interesujących się nauką, kulturą, sztuką, ciekawymi zjawiskami otaczającego nas świata. W tym roku dla uczestników przygotowano ponad 1800 fascynujących wydarzeń. Od wykładów i spektakli, przez warsztaty i ćwiczenia, po wycieczki i interaktywne pokazy naukowe – każdy znajdzie coś dla siebie. Sprawdź [kalendarz wydarzeń w panelu tematycznym Dzierżoniów](#). Klikając w konkretne wydarzenie pod tym linkiem będziesz mógł się dowiedzieć, kto je prowadzi i w jaki sposób się zapisać.

## **Program DFN w Dzierżoniowie:**

**2024-10-30 9:00**

- [Stres - co to jest i jak sobie z nim radzić?](#)
- [Warsztaty kulinarne - zdrowe drugie śniadanie](#)
- [Mini naukowiec - zabawa nauką](#)
- [Atrakcyjność fizyczna człowieka jako sygnał biologiczny](#)

#### **2024-10-30 9:30**

- [Antynoble - odkrycia, które śmieszą i zmuszają do myślenia](#)

#### **2024-10-30 10:00**

- [Tworzymy biżuterię z koralików](#)
- [Chemiczny taniec w mózgu](#)

#### **2024-10-30 11:00**

- [Obrażenia ciała a odpowiedzialność karna - potencjalne skutki agresywnych zachowań](#)
- [Warsztaty kulinarne - zdrowe drugie śniadanie](#)
- [Etykiety produktów żywnościowych pod lupą - pomoc w dokonywaniu właściwego wyboru](#)
- [Kopernik też była kobietą! - rzecz o kobietach w nauce](#)
- [Co lubi jadać nasz mózg?](#)

#### **2024-10-30 12:00**

- [Mini naukowiec - zabawa nauką](#)

#### **2024-10-31 9:00**

- [Podśluchiwanie i podglądanie bakterii](#)
- [Czym jest plama w pracach plastycznych?](#)

- [Uważność, czyli mindfulness w szkole](#)
- [Sekrety gwiazd i Wielkiego Wybuchu](#)
- [Trenować czy nie trenować - o tym, jak aktywność fizyczna wpływa na szkielet człowieka](#)
- [Mleko. Pić albo nie pić - oto jest pytanie](#)

**2024-10-31 10:00**

- [Tajemnice pszczoł](#)
- [Zapraszamy do środka - podróż w głąb ciała](#)

**2024-10-31 10:30**

- [Hodowle komórkowe w medycynie](#)
- [Uważność, czyli mindfulness w szkole](#)

**2024-10-31 11:00**

- [Formy na powierzchni Ziemi powstałe w wyniku procesów wewnętrznych i zewnętrznych](#)
- [Zapraszamy do środka - podróż w głąb ciała](#)
- [Mleko. Pić albo nie pić - oto jest pytanie](#)

**2024-10-31 12:00**

- [Tworzenie wynalazków z wykorzystaniem Sztucznej Inteligencji](#)
- [Co, jak i dlaczego porusza się w komórce?](#)

**2024-10-31 20:00**

- [Pokaz nocnego nieba z Łysej Góry w Bielawie](#)