

NTAUA lektorių „banko“ anketa

INFORMACIJA APIE LEKTORIŲ	
Lektoriaus vardas, pavardė	JONAS VALSKYS
Atstovaujamas TAU	Druskininkų TAU
Informacija apie mokslinę veiklą ir praktinės veiklos patirtį arba trumpa biografija, skirta viešinimui	<p>Jonas Valskys, gydytojas, gimė 1936-03-04, Gubavos k., Ignalinos rajone.</p> <p>Darbo įgūdžiai ir patirtis: socialinė medicina, kurortologija ir kurortinė medicina. Suteikta I socialinės medicinos kvalifikacinė kategorija. Dalyvavo kursuose „Bendroji terapija“ (1969), „Kurortologija“, „Fizioterapija“ (Rusija, 1974, 1987), „Refleksoterapija“ (Rusija, 1991), „Socialinė medicina“ (1999). 1994-2000 metais vadovavo Druskininkų sanatorijų ir Nacionalinei sanatorijų ir reabilitacijos įstaigų asociacijoms. 2000 m. pradėjo dėstyti Kauno kolegijos Druskininkų skyriuje „Gydomojo turizmo“ kursą, suteikta lektoriaus kvalifikacija. Kaip kolegijos lektorius skaitė pranešimus „Gydomojo turizmo tarpasmas Druskininkų kurorte“ (2002), „Kurortinės rekreacijos aspektai turizmo versle“ (2004), „Druskininkai – Lietuvos kurortų perlas“ Lenkija (2001). Kolegijos konferencijoje skaitė pranešimus „Kurortinio turizmo plėtra“, „Rekreacinių galimybių realizavimas Druskininkų kurorte“ (2003), „SPA: medicininis sociokultūrinis fenomenas ar verslas“ (2009).</p> <p>Projekto „Kurorto statuso Lietuvoje reglamentavimo studija“ konsultantas. Atstovavo Druskininkų ir Lietuvos sanatorijų interesams Pasaulinės hidroterapijos ir klimatoterapijos federacijos kongresuose.</p> <p>Rašo straipsnius spaudoje sveikos gyvensenos, sanatorinio gydymo bei med. reabilitacijos klausimais.</p> <p>Nuo 2012 metų vadovauja Druskininkų TAU.</p>
Kontaktai: telefonas ir/arba el.pašto adresas	+370 698 72 236 jonas.valskys@gmail.com
Sutinku, kad NTAUA pavišintų mano biografiją ir kontaktus interneto svetainėje www.tauasociacija.lt	Taip
Sutinku būti kviečiamas skaityti paskaitas trečiojo amžiaus universitetuose pagal dvišalį susitarimą	Taip
Sutinku būti kviečiamas skaityti paskaitas nuotoliniu būdu trečiojo amžiaus universitetuose pagal dvišalį susitarimą	Taip
PASKAITA NR. 1	
Paskaitos pavadinimas	Sureguliuokime padidintą kraujospūdį be tablečių
Trumpa paskaitos anotacija	95 proc. aukštą kraujospūdį sukelia kaklo slankstelių deformacijos su vertebralinių kraujagyslių dislokacijomis, ko pasėkoje sutrinka galvos smegenų kamieno mityba ir išsivysto hipertentinė liga. Jai nugalėti taikoma spec. gimnastika ir platus fizinio aktyvumo arsenalas.

PASKAITA NR. 2

Paskaitos pavadinimas	Baugina cholesterolio perteklius? Pakovokim su juo kartu
Trumpa paskaitos anotacija	Medžiagų apykaitos ligos šiandien paliečia daugelį žmonių, ypač po 40+ metų. Viena iš jų yra aterosklerozė, kai tenka kovoti su cholesterolio išbujojimu kraujagyslių sienelėse. Gydymas vaistais nėra efektyvus, kartais net kenksmingas. Siūlome eilę alternatyvių būdų ir priemonių kovoje su šiuo priešu.
PASKAITA NR. 3	
Trumpa mokymo programos / paskaitų ciklo anotacija	Žarnyno mikrobiomas – sveikatos generatorius
Kita informacija apie programą / paskaitų ciklą	80 proc. žmogaus organizmo imuninių galių generuoja virškinamasis traktas. Tačiau dėl ydingos mitybos ir be atodairiško vaistų vartojimo mes jį smarkiai sužalojame. Bet yra daug metodikų ir priemonių viską normalizuoti.