

A night street scene with a person walking away from the camera, illuminated by streetlights. The street is paved with cobblestones and lined with buildings. The lighting is a mix of warm yellow from the streetlights and a cool blue from the ambient night light.

VLIV SVĚTLA NA ZDRAVÍ

Brno 31.10. 2024

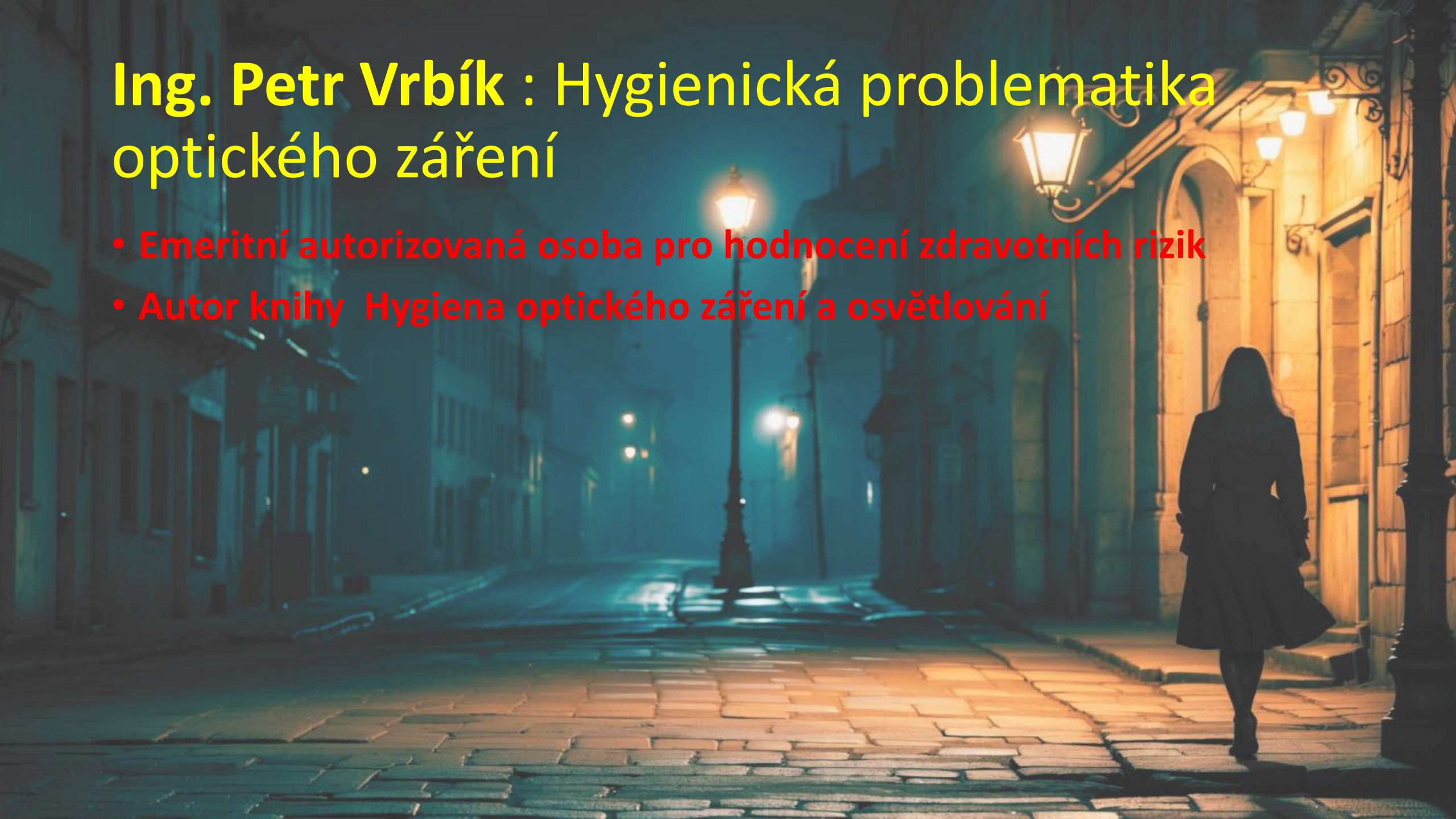
FEKT VUT

PROGRAM

- **Ing. Petr Vrbík** : Hygienická problematika optického záření
- **Doc. RNDr. Zdeňka Bendová, Ph.D.** : Biologické rytmy a vliv světla
- **Doc. MUDr. Martin Anders, Ph.D.** : Světlo a psychické zdraví
- **Ing. arch. Lenka Maierová, Ph.D.** : Světlo pro zdraví
- **Doc. Ing. Petr Baxant, PhD.** : Technologické aspekty osvětlení a souvislost s viděním a zdravím
- **Hynek Medřický**: Praktické aplikace světelných technologií pro zlepšení zdraví
- **David Nahorniak**: představení projektu Deeper Sleeper
- Závěrečná diskuze a shrnutí

Ing. Petr Vrbík : Hygienická problematika optického záření

- Emeritní autorizovaná osoba pro hodnocení zdravotních rizik
- Autor knihy Hygiena optického záření a osvětlování



Doc. RNDr. Zdeňka Bendová, Ph.D. :

Biologické rytmy a vliv světla

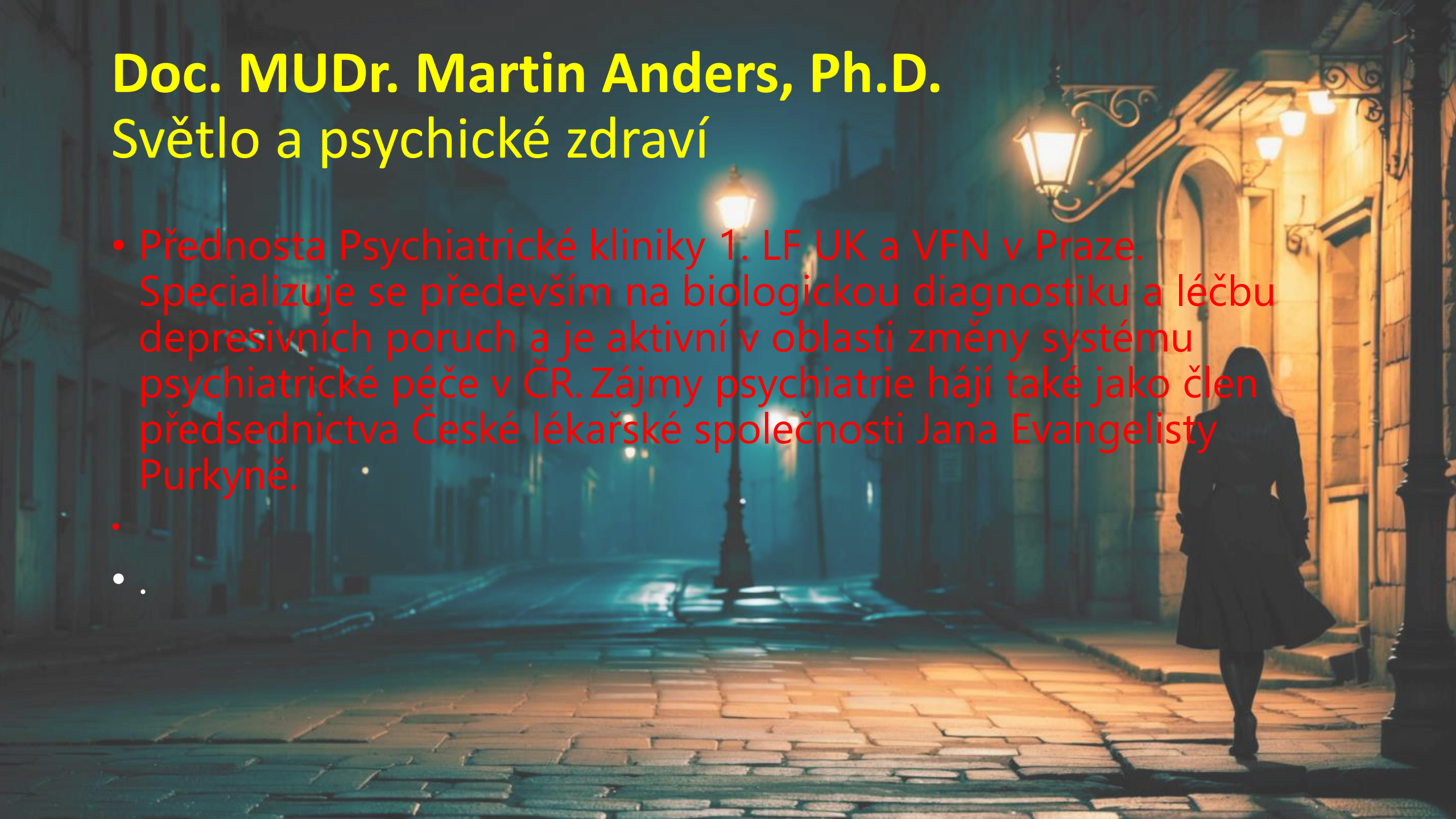
- Vedoucí pracovní skupiny Cirkadiánní fyziologie a chronoterapie v Centru výzkumu spánku a chronobiologie Národního ústavu duševního zdraví a od roku 2011 vedoucí skupiny Fyziologických adaptací a biorytmů na katedře Fyziologie Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy. Od počátků své profesní kariéry se věnuje chronobiologii, zejména základnímu výzkumu cirkadiánních rytmů savců a jejich synchronizace světlem. Toto téma ji přivedlo k aplikovanému výzkumu působení světla na cirkadiánní rytmy a spánek člověka a také ke spolupráci s veřejnou sférou na hledání řešení vedoucích ke snižování světelného znečištění v přírodním prostředí.



Doc. MUDr. Martin Anders, Ph.D.

Světlo a psychické zdraví

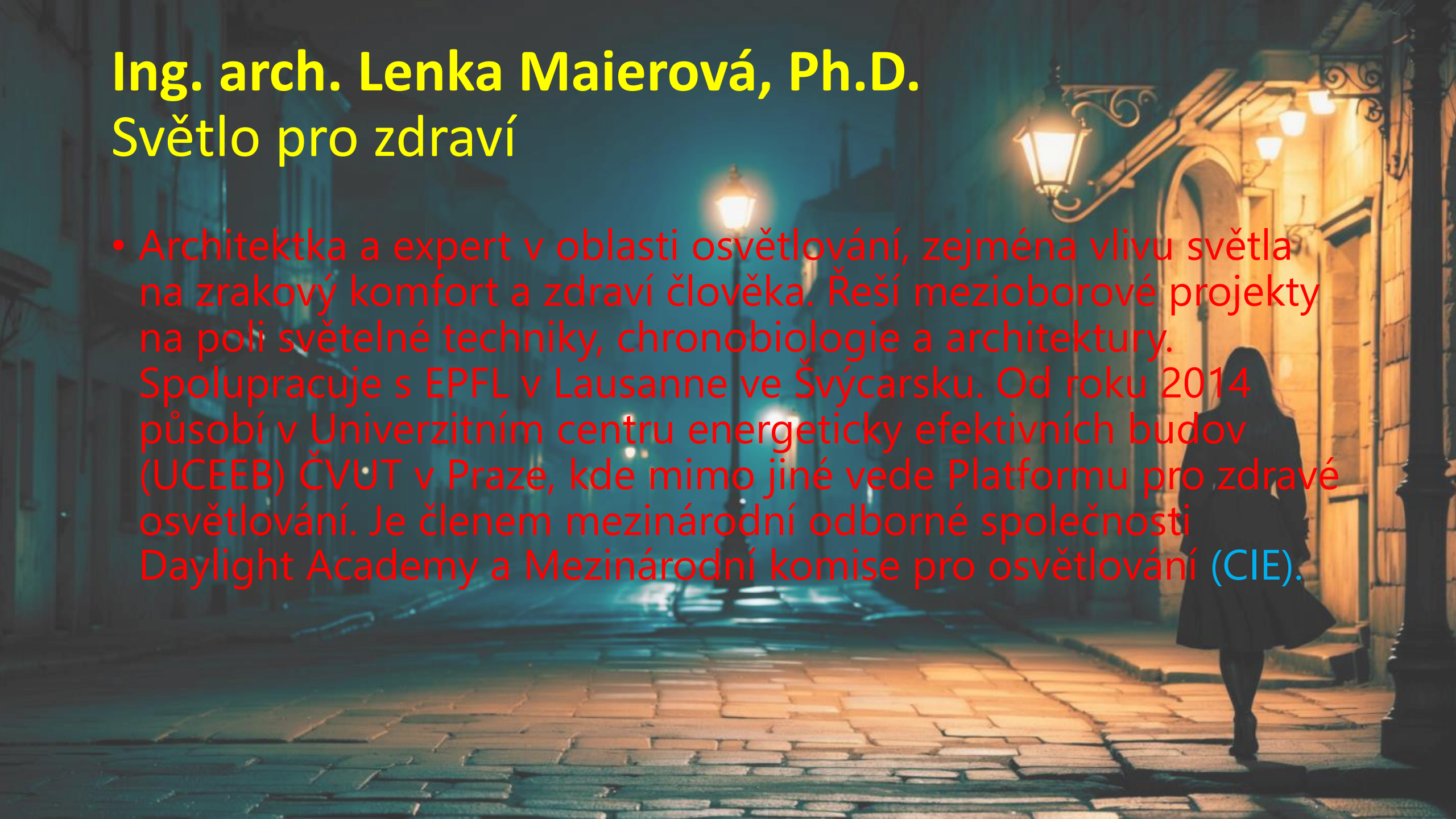
- Přednosta Psychiatrické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze. Specializuje se především na biologickou diagnostiku a léčbu depresivních poruch a je aktivní v oblasti změny systému psychiatrické péče v ČR. Zájmy psychiatrie hájí také jako člen předsednictva České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně.



Ing. arch. Lenka Maierová, Ph.D.

Světlo pro zdraví

- Architektka a expert v oblasti osvětlování, zejména vlivu světla na zrakový komfort a zdraví člověka. Řeší mezioborové projekty na poli světelné techniky, chronobiologie a architektury. Spolupracuje s EPFL v Lausanne ve Švýcarsku. Od roku 2014 působí v Univerzitním centru energeticky efektivních budov (UCEEB) ČVUT v Praze, kde mimo jiné vede Platformu pro zdravé osvětlování. Je členem mezinárodní odborné společnosti Daylight Academy a Mezinárodní komise pro osvětlování (CIE).



Doc. Ing. Petr Baxant, PhD. : Technologické aspekty osvětlení a souvislost s viděním a zdravím

- Výzkumný pracovník a pedagog na VUT v Brně, kde vyučuje světelnou techniku a vede výzkumné projekty v oblasti osvětlování. V rámci doktorátu řešil využití technologie digitálních fotoaparátů pro hodnocení jasových poměrů s důrazem na rušivé oslnění. Habilitaci získal v oblasti využití expertních systémů ve světelné technice. V současné době společně s kolegy dokončují metodiku pro měření a hodnocení světelného znečištění. Garantuje vývoj a výrobu jasových analyzátorů, které slouží pro nejrůznější účely měření světelných aplikací.

Hynek Medřický: Praktické aplikace světelných technologií pro zlepšení zdraví

- Badatel, ochránce přírody a vynálezce pro kognitivního osvětlení Spectrasol a biodynamické žárovky Vitae. Povoláním je světlař, který už 27 let vymýšlí a dodává nejlepší možné osvětlení pro byty, domy, kanceláře a další prostory. Přes 10 let se do hloubky zabývá vlivem světla na lidské tělo a na všechny živé organismy, a to nejen teoreticky, ale i prakticky. Zkoumá, jak nejlépe napodobit pro kognitivní účinky denního světla umělými LED zdroji, a. Spolupracuje s Ministerstvem životního prostředí ve snaze snížit světelné znečištění, které v poslední době decimuje populace hmyzu, ptáků a dalších živočichů.

David Nahorniak: Představení projektu Deeper Sleeper



Deeper *sleeper*
SLEEP SMARTER, WAKE SHARPER



Závěrečná diskuze a shrnutí



KURZ LIFEHACKERA **TOMÁŠE BARÁNKA**



SPĚTE SLADCE

Jediný videokurz, který vás uspí, a nestydí se za to.

SLEVA 20 %

KÓD: SPANEK20



Platí do 2. 11. 2024 • Pouze na vyssimelvili.cz

