



KOSMETOLOGIA

studia I stopnia

PRZEWODNIK PIERWSZAKA



Wydział Farmaceutyczny

z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej



WIEDZA ■ PASJA ■ ODPOWIEDZIALNOŚĆ

www.umb.edu.pl



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



SPIIS TREŚCI

▶ KALENDARZ ROKU AKADEMICKIEGO	4
▶ HARMONOGRAM ZAJĘĆ	5
▶ GDZIE SZUKAĆ INFORMACJI	6
▶ PLAN KAMPUSU	7
▶ NUMER ALBUMU STUDENTA	8
▶ WIRTUALNA UCZELNIA	8
▶ POCZTA STUDENCKA	9
▶ PLATFORMA EDUKACYJNA	9
▶ EDUROAM	9
▶ STYPENDIA	10
▶ PRZEDSTAWICIELE UCZELNI	11
▶ WAŻNE MIEJSCA	14
▶ ERASMUS +	18
▶ PORADNIA LEKARZA RODZINNEGO	18
▶ BEZPŁATNA POMOC PSYCHOLOGICZNA	19
▶ RELAKSACYJNE ZAJĘCIA SPORTOWE	20
▶ ZAJĘCIA WARSZTATOWE ANTYSTRESOWE	21
▶ WYPRAWKA PIERWSZAKA	21
▶ SZKOLENIA	21
▶ UCZELNIANY SAVOIR VIVRE	22
▶ PRZYGOTOWANIE DO ROZPOCZĘCIA ZAJĘĆ	24
▶ SŁOWNICZEK PIERWSZAKA	26
▶ AKTYWNOŚĆ NAUKOWA I ORGANIZACYJNA	28
▶ NIE TYLKO NAUKA	30

Szanowni Państwo,

Serdecznie witamy Was w gronie Studentek i Studentów kierunku Kosmetologia I stopnia na Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku.

Cieszymy się, że jesteście częścią naszej społeczności akademickiej. Przed Wami wyjątkowy etap życia – pełen nowych doświadczeń, wyzwań i możliwości.

Studia to czas odkrywania własnych pasji, rozwijania umiejętności i poznawania ludzi, z którymi mamy nadzieję zbudujecie przyjaźnie na całe życie.

Na studiach czeka Was wiele wyzwań, czasami trudnych, zaskakujących, ale każde z nich będzie kolejnym krokiem do zdobycia solidnego wykształcenia i przyszłościowego zawodu, jakim jest zawód kosmetologa.

Przewodnik pomoże Wam odnaleźć się w studenckiej rzeczywistości. Znajdziecie w nim najważniejsze informacje, praktyczne wskazówki, przydatne terminy oraz wszystko to, co warto wiedzieć na początku studiów.

Trzymamy za Was kciuki i życzymy powodzenia!



prof. dr hab. Wojciech Miłyk

Dziekan
Wydziału Farmaceutycznego
z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej

KALENDARZ ROKU AKADEMICKIEGO

Rok akademicki 2026/2027 oraz zajęcia rozpoczynają się we czwartek 1 października 2026 r.

Uroczysta Inauguracja Roku Akademickiego odbędzie się 2 października o godz. 11:00 w nowo otwartym Centrum Dydaktyczno-Edukacyjnym UMB Abecadło Medycyny przy ul. Szpitalnej 37a w Białymstoku. Zaplanowana jest również transmisja online na kanale YouTube Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

Semestr zimowy

	od dnia:	do dnia:
Zajęcia dydaktyczne	01.10.2026	12.02.2027
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	11.11.2026	11.11.2026
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	23.12.2026	01.01.2027
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	06.01.2027	08.01.2027
Przerwa międzysemestralna	15.02.2027	19.02.2027
Zimowa sesja egzaminacyjna	15.02.2027	31.03.2027

Semestr letni

	od dnia:	do dnia:
Zajęcia dydaktyczne	22.02.2027	02.07.2027
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	26.03.2027	30.03.2027
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	03.05.2027	07.05.2027
Dni wolne od zajęć dydaktycznych	27.05.2027	28.05.2027
Letnia sesja egzaminacyjna	03.07.2027	15.09.2027

HARMONOGRAM ZAJĘĆ PODZIAŁ NA GRUPY, PROGRAM STUDIÓW

Harmonogram zajęć i podział na grupy zostanie opublikowany najpóźniej w ostatnim tygodniu września. Informacje o harmonogramie będą zamieszczone na stronie internetowej Wydziału w zakładce I rok studiów oraz na korytarzu przy Dziekanacie w Euroregionalnym Centrum Farmacji.

Przedmioty realizowane na kierunku Kosmetologia I stopnia:

- **przedmioty teoretyczne** m.in.: fizjologia z anatomią, podstawy biochemii, podstawy alergologii, zasady prawidłowego żywienia
- **przedmioty kierunkowe** m.in.: kosmetologia pielęgnacyjna, kosmetologia upiększająca, dermatologia, receptura kosmetyczna, ustawodawstwo kosmetyczne.

Program pierwszych lat studiów obejmuje przede wszystkim przedmioty biologiczne, chemiczne stanowiące podstawę wiedzy kosmetologa. II rok to intensywny rozwój umiejętności praktycznych z zakresu kosmetologii pielęgnacyjnej i upiększającej oraz pierwsze dłuższe praktyki zawodowe. III rok poświęcony jest doskonaleniu kompetencji praktycznych, poznawaniu kosmetologii specjalistycznej, receptury kosmetycznej i podstaw medycyny estetycznej oraz przygotowaniu do samodzielnej pracy w zawodzie

Praktyki zawodowe przewidziane są na każdym roku studiów.

Miejsca, w których odbywają się poszczególne zajęcia, zostaną wskazane w harmonogramie zajęć. W sprawnym poruszaniu się po kampusie i odnalezieniu odpowiednich budynków pomoże mapa znajdująca się na następnej stronie.

GDZIE SZUKAĆ INFORMACJI

Korzystaj z oficjalnych serwisów internetowych Uczelni

Strona internetowa Uczelni: www.umb.edu.pl

Na stronie internetowej UMB działa również wyszukiwarka kontaktów, w której można znaleźć m.in. numery telefonów i adresy e-mail pracowników Uczelni, nazwy jednostek, adresy poszczególnych budynków.

https://www.umb.edu.pl/wyszukiwarka_kontaktow

Strona internetowa Wydziału Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej: www.umb.edu.pl/wf

Obserwuj profile Uczelni i Wydziału w mediach społecznościowych

-  [Facebook UMB](#)
[Facebook Wydziału Farmaceutycznego](#)
[Facebook Samorządu Studentów UMB](#)
-  [Instagram UMB](#)
[Instagram Samorządu Studentów UMB](#)

Dołącz do grup ze swojego roku na Facebooku!

Chcesz nawiązać kontakt z innymi pierwszakiemi z Twojego kierunku?

Samorząd Studentów UMB założył specjalne grupy na Facebooku.

Tu możesz wymieniać się informacjami, znaleźć znajomych i zapytać o wszystko starszych kolegów.

Wystarczy wpisać w wyszukiwarkę Facebook'a:

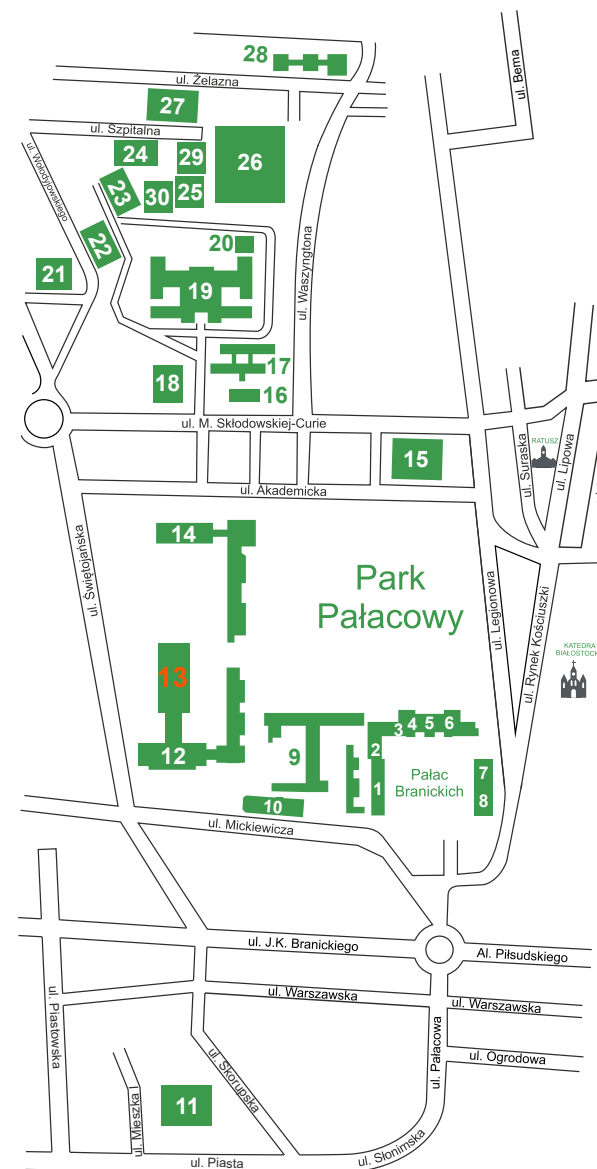
UMB + nazwa kierunku + lata trwania Twojego kierunku,
[UMB KOSMETOLOGIA 2026-2029](#).

Na początku na grupie będą towarzyszyć Wam koleżanki i koledzy z wyższych lat, aby przekazać niezbędne informacje i w razie potrzeby pomóc. Po jakimś czasie grupa zostanie w Waszych rękach i to od Was będzie zależeć, jak sprawnie będzie funkcjonować.



Interaktywny Plan Kampusu
i Wirtualny Spacer po Kampusie
https://www.umb.edu.pl/mapa_kampusu

PLAN KAMPUSU



Pałac Branickich, ul. Jana Kilińskiego 1

1. Biuro Promocji i Rekrutacji
2. Sala Kolumnowa
3. Biblioteka Główna, Biuro Wsparcia Rozwoju Studentów i Doktorantów
4. Dział Ewaluacji i Rozwoju, Dział Nauki
5. Aula Magna
6. Dział Spraw Studenckich
7. Biuro Projektów Pomocowych, Dział Współpracy Międzynarodowej
8. Muzeum Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku i Pałacu Branickich
9. Collegium Primum, ul. Mickiewicza 2a
10. Collegium Floridum, ul. Mickiewicza 2b
11. Collegium Familiare, ul. Mieszka I 4b
12. Collegium Universum, ul. Mickiewicza 2c
13. Euroregionalne Centrum Farmacji, Dziekanat Wydziału Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej, ul. Mickiewicza 2d
14. Dom Studenta nr 1, ul. Akademicka 3
15. Collegium Integratio, ul. Skłodowskiej-Curie 7a
16. Centrum Badań Innowacyjnych, ul. Waszyngtona 13a
17. Collegium Pathologicum, ul. Waszyngtona 13
18. Centrum Dydaktyki Stomatologicznej, ul. Skłodowskiej-Curie 24a
19. Uniwersytecki Szpital Kliniczny, ul. Skłodowskiej-Curie 24a
20. Collegium Novum, ul. Waszyngtona 15
21. Hala Sportowa UMB, ul. Wołodyjowskiego 1
22. Centrum Psychiatrii, ul. Wołodyjowskiego 2
23. Centrum Futuri, ul. Waszyngtona 15 b-c
24. Centrum Dydaktyczno-Naukowe Wydziału Nauk o Zdrowiu, Dziekanat Wydziału Nauk o Zdrowiu, ul. Szpitalna 37
25. Centrum Medycyny Doświadczalnej, ul. Skłodowskiej-Curie 24a
26. Uniwersytecki Dziecięcy Szpital Kliniczny, ul. Waszyngtona 17
27. Centrum Symulacji Medycznych, ul. Szpitalna 30
28. Dom Studenta nr 2, ul. Waszyngtona 23a Centrum Żelazna 39a
29. Bioinformatyki i Biostatystyki Klinicznej, ul. Żelazna 39a
30. Centrum Dydaktyczno-Egzaminacyjne "Abecadło", ul. Szpitalna 37a

NUMER ALBUMU STUDENTA

Numer albumu studenta to indywidualny numer, którym student posługuje się podczas studiów np. korzysta z poczty studenckiej lub z Wirtualnej Uczelni (czyli Wirtualnego Dziekanatu), który wpisuje na wejściówkach, kolokwiach i egzaminach. Numer albumu znajduje się też na legitymacji studenckiej.

Po 20 września każdy przyjęty student otrzyma wiadomość o nadaniu numeru albumu – na adres e-mail podany w rekrutacji.

WIRTUALNA UCZELNIA

Wirtualna Uczelnia to inaczej Wirtualny Dziekanat, czyli platforma gdzie online możesz m.in.:

- wyszukać dane na temat swoich studiów
- sprawdzić ogłoszenia z dziekanatu i innych działów administracji
- sprawdzić oceny z egzaminów i wyniki zaliczeń końcowych
- złożyć wniosek o przyznanie miejsca w domu studenta
- złożyć wniosek o stypendium
- sprawdzić opłaty (np. za legitymację, dom studenta)
- wypełnić ankiety dydaktyczne

Adres logowania do Wirtualnej Uczelni: www.umb.edu.pl/pl/wu

Loginem w Wirtualnej Uczelni jest numer albumu, a hasłem przy pierwszym logowaniu jest to samo hasło, które było używane w Internetowej Rekrutacji Kandydatów (IRK).

Uwaga: w sytuacji, gdy jest problem z zalogowaniem po raz pierwszy należy skorzystać z opcji „Przypomnij hasło” – e-mailem przyjdzie link do ustawienia nowego hasła. Nowe hasło nie powinno zawierać imion, nazwisk lub dat.

POCZTA STUDENCKA

Każdy student **1 października 2026 r. otrzyma dostęp do uczelnianej poczty** Outlook i dostęp do darmowego pakietu Office 365. To właśnie przez uczelnianą pocztę należy kontaktować się z jednostkami, osobami prowadzącymi zajęcia, dziekanatem czy władzami Uczelni.

Adres mailowy poczty studenckiej to:

nr albumu studenta@student.umb.edu.pl (np. 12345@student.umb.edu.pl)

Zresetowania hasła do poczty można dokonać jedynie przez Wirtualną Uczelnię.

PLATFORMA EDUKACYJNA

Zajęcia w trybie zdalnym przeprowadzane są na platformie Blackboard: umbedu.blackboard.com.

Jeśli prowadzący zamierza używać innej platformy, na pewno zostaniesz o tym poinformowany na pierwszych zajęciach.

Więcej informacji o e-learningu znajdziesz na stronie:

https://www.umb.edu.pl/portal_edukacyjny_umb

EDUROAM

System eduroam pozwala każdemu studentowi UMB na uzyskanie dostępu do bezpłatnej sieci bezprzewodowej.

Logowania do eduroam:

login to nr albumu studenta@student.umb.edu.pl, hasło jest takie samo jak do Wirtualnego Dziekanatu. Na jedno konto może być w tym samym czasie zalogowane jedno urządzenie.

STYPENDIA

Stypendium socjalne

Przeznaczone dla osób w trudnej sytuacji materialnej. O stypendium mogą ubiegać się osoby, których dochód na członka rodziny nie przekracza 2099,70 zł (kwota ogłaszana jest co roku).

Stypendium Rektora

Uzyskuje je do 10% studentów na każdym kierunku studiów. To stypendium najwcześniej można uzyskać na II roku studiów.

Przy ubieganiu się o stypendium Rektora brane są pod uwagę: średnia ocen ze studiów oraz osiągnięcia naukowe/sportowe/artystyczne.

Student I roku studiów może otrzymać stypendium Rektora jeśli jest laureatem olimpiady lub medalistą współzawodnictwa sportowego o tytuł Mistrza Polski.

Stypendium dla osób z niepełnosprawnościami

Przy ubieganiu się o to stypendium wymagane jest orzeczenie o niepełnosprawności, orzeczenie o stopniu niepełnosprawności lub orzeczenie, o którym mowa w art. 5 oraz art. 62 ustawy z dnia 27.08.1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnieniu osób niepełnosprawnych.

Osoby z niepełnosprawnościami mogą uzyskać stypendium w wysokości 900 złotych miesięcznie.

Zapomoga

Jest to forma jednorazowej pomocy finansowej. Zapomogę może otrzymać student, który znalazł się przejściowo w trudnej sytuacji życiowej.

Wniosek o dowolne stypendium należy złożyć elektronicznie z konta Wirtualnej Uczelni, a po akceptacji wniosku, wydrukować go i zanieść do Działu Spraw Studenckich – nie później niż do 15 października.

PRZEDSTAWICIELE UCZELNI

Rektor

prof. dr hab. Marcin Moniuszko

☎ 85 748 5404

✉ rektor@umb.edu.pl

Rektor stoi na czele Uczelni i kieruje jej działalnością. Podejmuje najważniejsze decyzje dotyczące procesu kształcenia, działalności naukowej, klinicznej oraz spraw finansowych związanych z funkcjonowaniem Uniwersytetu. Może również ogłaszać dni lub godziny rektorskie, czyli dni wolne od zajęć dla całej Uczelni. W oficjalnych sytuacjach Rektora tytułuje się Jego Magnificencja (JM), natomiast zwraca się do niego słowami: „Panie Rektorze”.

Prorektor ds. Kształcenia

prof. dr hab. Adrian Chabowski

☎ 85 748 5409

✉ dzss@umb.edu.pl

Jeden z zastępców Rektora. Nadzoruje dydaktykę, czyli sposób organizacji i prowadzenia zajęć na całej Uczelni, działalność organizacji studenckich oraz pomoc materialną. Współpracuje z Samorządem Studentów. Oficjalnie (mimo przedrostka „pro-”) zwracamy się do niego: „Panie Rektorze”.

Dziekan

prof. dr hab. Wojciech Miltik

☎ 85 748 5431 ✉ dziekfar@umb.edu.pl

Dziekan stoi na czele Wydziału i odpowiada za jego funkcjonowanie. Sprawuje nadzór nad programem studiów oraz organizacją procesu kształcenia, rozpatruje podania, wydaje decyzje w sprawach studenckich oraz może ogłaszać dni lub godziny dziekańskie.

Wyraża również zgodę na organizację wydarzeń studenckich i naukowych odbywających się na terenie Wydziału. Oficjalnie zwracamy się do niego: „Panie Dziekanie”.

Prodziekan ds. Studenckich

dr hab. Anna Gromotowicz-Popławska

☎ 85 748 5431 ✉ dziekfar@umb.edu.pl

Jedna z zastępczyni Dziekana. Do jej kompetencji należy rozwiązywanie problemów dotyczących organizacji dydaktyki oraz pozostałych spraw studenckich. Oficjalnie (mimo przedrostka „pro-”) zwracamy się do niej: „Pani Dziekan”.

Opiekun roku

dr hab. Agnieszka Markowska (Zakład Chemii Nieograniczonej i Analitycznej)

☎ 85 748 5721 ✉ agnieszka.markowska@umb.edu.pl

Nauczyciel akademicki wyznaczony do opiekowania się Twoim rokiem. Do niego można się zgłosić w sprawach związanych z zajęciami oraz innych sytuacjach dotyczących studiów.

Rzecznicy Spraw Studentów i Doktorantów

Rzecznik Spraw Studentów i Doktorantów to osoba, która wspiera studentów i doktorantów w sprawach dotyczących ich praw, problemów organizacyjnych oraz sytuacji konfliktowych w środowisku akademickim. Rzecznik pomaga zrozumieć obowiązujące procedury, znaleźć rozwiązanie trudnych sytuacji oraz dojść do porozumienia w sporach – zarówno między studentami, jak i w relacjach z nauczycielami akademickimi czy pracownikami administracji. Rozmowy z Rzecznikiem są poufne, a udzielana pomoc jest niezależna i bezstronna.

Przewodniczący Samorządu Studentów

Sebastian Bobryk

✉ samorzad@umb.edu.pl

Reprezentuje wszystkich studentów przed władzami Uczelni, współpracuje z Prorektorem ds. Kształcenia. Do Przewodniczącego Samorządu Studentów można zgłaszać problemy związane z przestrzeganiem praw studenta oraz pomysły na inicjatywy i działania studenckie. Na jego wybór wpływ mają sami studenci, biorąc udział w wyborach do Samorządu Studentów. Istnieje również możliwość kandydowania i aktywnego włączenia się w działalność samorządową.

Starosta roku

Starosta roku to student lub studentka wybrany(-a) do reprezentowania swojego roku studiów kontaktując się z prowadzącymi zajęcia, jednostkami dydaktycznymi, dziekanatem, władzami Wydziału oraz Uczelni, a także pośredniczy w przekazywaniu informacji między studentami a innymi pracownikami Uczelni.

WAŻNE MIEJSCA



Dziekanat

Dziekanat mieści się w budynku Euroregionalnego Centrum Farmacji (ul. Adama Mickiewicza 2D) na I piętrze. Obsługa administracyjną kierunku Kosmetologia zajmuje się:



mgr Justyna Prus-Woroszyło



85 748 5844



justyna.prus-woroszylo@umb.edu.pl

W Dziekanacie można m.in.:



- odebrać legitymację i ją przedłużyć
- odebrać zaświadczenie o studiowaniu
- odebrać dokumenty dotyczące praktyk
- złożyć podanie do Dziekana.



Dział Spraw Studenckich

Znajduje się w głównym gmachu Pałacu Branickich (ul. Jana Kilińskiego 1) na parterze.



W Dziale Spraw Studenckich można m.in. złożyć wersję papierową wniosku o stypendium, uzyskać informacje dotyczące umorzenia kredytu studenckiego, złożyć wniosek o wyjazd krajowy w ramach konferencji czy uzyskać wsparcie w sprawach dotyczących organizacji studenckich.



85 748 5409



dzss@umb.edu.pl



Biuro ds. Dostępności

Biuro ds. Dostępności to miejsce, w którym wsparcie mogą znaleźć studentki i studenci ze szczególnymi potrzebami – zarówno wynikającymi z niepełnosprawności, przewlekłej choroby, kryzysu psychicznego, jak i przejściowych trudności wpływających na studiowanie. W Biurze można uzyskać wsparcie w pokonywaniu barier organizacyjnych, komunikacyjnych i edukacyjnych oraz znaleźć pomoc w dostosowaniu procesu kształcenia, skorzystać z porad specjalistów lub wypożyczyć sprzęt wspomagający.



Biuro ds. Dostępności znajduje się w Domu Studenta nr 1 przy ul. Akademickiej 3



85 686 4666 |



dostepnosc@umb.edu.pl

https://www.umb.edu.pl/biuro_ds_dostepnosc



Pełnomocnik Rektora ds. Osób ze Szczególnymi Potrzebami



dr n. farm. Izabela Prokop-Bielenia



85 748 5867



bosp@umb.edu.pl, izabela.prokop-bielenia@umb.edu.pl



Wydziałowy doradca edukacyjny



dr hab. Małgorzata Borzym-Kluczyk



85 748 5689



malgorzata.borzym-kluczyk@umb.edu.pl



Konsultant edukacyjny



Rafał Gawkowski



rafal.gawkowski@podlaskisejmikon.pl

Dyżury odbywają się w każdy wtorek, w godzinach 9:00 - 15:00. Konsultant edukacyjny i wydziałowy doradca edukacyjny tworzą zespół wspomagający działania na rzecz dostępności w zakresie równego dostępu do edukacji. To osoby, które pomagają znaleźć rozwiązania ułatwiające naukę i funkcjonowanie na Uczelni - jeżeli jako student napotykasz bariery związane z organizacją studiów, komunikacją, dostępnością zajęć lub potrzebujesz pomocy w ustaleniu odpowiedniej formy wsparcia.



Biblioteka i szkolenie biblioteczne

23 września 2026 r. zostanie uruchomione szkolenie biblioteczne online.

Przypomnienie o szkoleniu oraz wykaz obowiązkowych podręczników otrzymasz e-mailem. Po zaliczeniu szkolenia uzyskasz dostęp do konta czytelnika i będziesz mógł/a korzystać z zasobów Biblioteki m.in.

- rezerwować niezbędne podręczniki,
- sprawdzać stan wypożyczonych książek,
- uzyskiwać dostęp do książek w formie PDF w międzynarodowych i polskich bazach elektronicznych.

Wypożyczalnia oraz czytelnia znajdują się w Pałacu Branickich na parterze. Czytelnia zapewnia idealne miejsce do nauki - panuje tam cisza i spokój.

Jeśli natomiast wolisz uczyć się w większej grupie zachęcamy do skorzystania z pokoju głośnej nauki.

<https://biblioteka.umb.edu.pl/>



Biuro Wsparcia Rozwoju Studentów i Doktorantów

To miejsce, w którym możesz uzyskać informacje, wsparcie i skorzystać z inicjatyw pomagających odnaleźć się na Uczelni oraz rozwijać swoje umiejętności.

Jednym z naszych działań jest Program mentoringowy UMB KOMPAS dla studentów rozpoczynających naukę na UMB. W programie otrzymasz wsparcie starszego studenta – Mentora, który pomoże Ci odnaleźć się w nowym środowisku akademickim i podzieli się swoim doświadczeniem.

Udział w programie jest bezpłatny i dobrowolny.



Zeskanuj kod QR i dowiedz się więcej o programie oraz rekrutacji.



Biuro Wsparcia Rozwoju Studentów i Doktorantów UMB
Pałac Branickich, lewe skrzydło, wejście
do Biblioteki przy Sali Kolumnowej, pokój 191 (domofon)



85 748 5575



bwrs@umb.edu.pl

www.umb.edu.pl/biuro_wsparcia_rozwoju_studentow



Domy Studenta

Uczelnia dysponuje dwoma Domami Studenta: DS nr 1 przy ul. Akademickiej oraz DS nr 2 przy ul. Waszyngtona. Dostępne są pokoje jedno- i dwuosobowe, a opłaty – w zależności od standardu – wynoszą **od 750 do 1600 zł miesięcznie**.



W domach studenta znajdują się m.in. pokoje cichej nauki, sale TV, siłownie i sale seminaryjne, a w DS nr 1 także siedziby organizacji studenckich, Samorządu Studentów UMB, Klubu Studenckiego CoNieCo oraz Studenckiego Centrum Radiowego „Radiosupeł”.

https://www.umb.edu.pl/domy_studenta

ERASMUS +

Erasmus+ to program międzynarodowej wymiany studentów, który umożliwia wyjazdy na studia (jeden semestr lub cały rok) lub praktyki zagraniczne (5–30 dni albo 2–12 miesięcy). Na wyjazd możesz zdecydować się najwcześniej na II roku studiów, a łączny czas finansowania wynosi do 12 miesięcy. Warunkiem kwalifikacji jest odpowiednia średnia ocen (minimum 3,25 na studia lub 3,5 na praktyki) oraz potwierdzona znajomość języka obcego.

Szczegółowe informacje znajdziesz na stronie internetowej:
https://www.umb.edu.pl/s,22011/Erasmus+_2021-2027.

PORADNIA LEKARZA RODZINNEGO

Każdy, kto chce mieć blisko lekarza pierwszego kontaktu, może pójść do dowolnie wybranej przychodni i podpisać oświadczenie. W nocy i dniach wolnych od pracy przyjmują przychodnie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, które znajdują się w:

- Szpitalu Miejskim – ul. Sienkiewicza 79
- Szpitalu Wojewódzkim – ul. Wołodyjowskiego 2, a informacje o doraźnej pomocy stomatologicznej znajdują się na stronie:
<https://pacjent.gov.pl/leczenie-stomatologiczne>

BEZPŁATNA POMOC PSYCHOLOGICZNA

Studia mogą wiązać się z dużym obciążeniem psychicznym, dlatego w razie potrzeby warto skorzystać z bezpłatnego wsparcia psychologicznego oferowanego przez Uczelnię.

Porady psychologiczne dla studentów kierunku Farmacja, Analityka Medyczna, Kosmetologia I stopnia, w ramach projektu pn. „STOP DROP”, odbywają się w Centrum Zdrowia Psychicznego REVIT, ul. Swobodna 38 lok. 4, Białystok. W razie potrzeby porady mogą również odbywać się w trybie zdalnym za pomocą platformy uzgodnionej między psychologiem a studentem.
Psycholog - mgr Maciej Prusko.

Na porady należy zgłaszać się indywidualnie, kontaktując się bezpośrednio z poradnią:

☎ 666 607 599 | ✉ stopdrop@psychiatria.bialystok.pl

Psycholog jest dyspozycyjny w poniedziałki 14.00–19.00, inne terminy wizyt są możliwe po wcześniejszym uzgodnieniu z psychologiem.

Na wizytę trzeba zabrać legitymację studencką.

Kryzys czy nagły wypadek?

Jeśli czujesz się zagrożony lub potrzebujesz pilnej pomocy, jeśli sytuacja zagraża Twojemu życiu lub może spowodować krzywdę Tobie lub innej osobie – nie czekaj – zadzwoń pod numer 112 (numer alarmowy policji, pogotowia ratunkowego, straży pożarnej) lub 999 (pogotowie ratunkowe).



Usługi w zakresie zdrowia psychicznego w Białymstoku

Centrum Zdrowia Psychicznego

Adres: ul. Wołodyjowskiego 2
(naprzeciwko hali sportowej UMB)

☎ +48 85 831 7315 lub +48 85 831 7300

Osoby w kryzysie mogą zgłaszać się do Centrum Zdrowia Psychicznego z każdym problemem związanym ze zdrowiem psychicznym, niezależnie od tego, czy są to sprawy osobiste związane z utratą bliskiej osoby, myśli samobójcze, trudności w pogodzeniu się z chorobą, czy inne problemy związane ze zdrowiem psychicznym. Otrzymają oni pomoc dostosowaną do ich indywidualnych potrzeb.

Usługi zdrowotne świadczone przez Centrum Zdrowia Psychicznego są bezpłatne.



https://www.umb.edu.pl/biuro_ds_dostepnosci/porady_psychologiczne

RELAKSACYJNE ZAJĘCIA SPORTOWE

Zajęcia pomagają poprawić postawę ciała, zwiększyć jego świadomość, zakres ruchu oraz zredukować stres i napięcie mięśniowe. Ćwiczenia z elementami jogi sprzyjają relaksacji, poprawiają samopoczucie i wspierają radzenie sobie z emocjami. Poziom zajęć jest dostosowany do potrzeb uczestników, z możliwością zgłoszenia specjalnych potrzeb i zastosowania racjonalnych usprawnień. Prowadzone są przez pracowników Studium Wychowania Fizycznego i Sportu w grupach maksymalnie 20-osobowych w hali sportowej lub sali gimnastycznej UMB. Zapisy odbywają się po rozpoczęciu roku akademickiego u prowadzących: Marcina Połuszejko i Kamila Kryńskiego.

ZAJĘCIA WARSZTATOWE ANTYSTRESOWE

Warsztaty antystresowe pomagają studentom lepiej radzić sobie z wyzwaniami studiowania, stresem i dbaniem o zdrowie psychiczne. Rozwijają umiejętności związane z motywacją, odpornością psychiczną, samoświadomością oraz korzystaniem ze wsparcia w sytuacjach kryzysowych. Zajęcia prowadzone są w kameralnych, maksymalnie 6-osobowych grupach przez specjalistki z Zakładu Psychologii i Filozofii UMB. Zapisy odbywają się po rozpoczęciu roku akademickiego w Dziale Projektów Pomocowych UMB.



https://www.umb.edu.pl/projektstop/warsztaty_antystresowe

WYPRAWKA PIERWSZAKA

Jak się przygotować przed pierwszymi zajęciami? Co na pewno będzie potrzebne?

O tym, co będzie potrzebne powiedzą prowadzący na pierwszych zajęciach. Po ukończeniu szkolenia bibliotecznego będzie można zarezerwować podręczniki, sprawdzić w jakiej formie będą dostępne (wypożyczalnia, czytelnia, zasoby elektroniczne).

SZKOLENIA

Na początku studiów czeka Cię kilka obowiązkowych szkoleń, których ukończenie jest niezbędne. Należą do nich:

- szkolenie BHP realizowane w formie wykładu i kończące się zaliczeniem na I roku
- szkolenie biblioteczne online, umożliwiające korzystanie z zasobów Biblioteki – informacja w sekcji Biblioteka
- szkolenie z praw i obowiązków studenta prowadzone przez Samorząd Studentów UMB.

Informacja o terminie szkolenia Samorządu zostanie przekazana oddzielnie oraz opublikowana na stronie i w mediach społecznościowych Samorządu Studentów UMB.

UCZELNIANY SAVOIR-VIVRE

Na Uczelni obowiązują zasady akademickiej uprzejmości. Zamiast zwykłego „Pani” czy „Pan” stosujemy pełne tytuły naukowe osoby prowadzącej (chyba że prowadzący życzy sobie inaczej). To wyraz szacunku i dobrego stylu.

Do prowadzących zwracamy się po najwyższym posiadanym tytule/stopniu naukowym bądź zawodowym, czyli:

- ▶ prof. dr hab. – Panie Profesorze / Pani Profesor
- ▶ dr hab. – Panie Docencie / Pani Docent
- ▶ dr – Panie Doktorze / Pani Doktor
- ▶ mgr – Panie Magistrze / Pani Magister

Jeśli wiesz, że musisz wyjść wcześniej z zajęć – poinformuj prowadzącego jeszcze przed rozpoczęciem zajęć. Dowiedz się też, czy konieczne będzie nadrobienie opuszczonego fragmentu zajęć.

Jedzenie i picie najlepiej zostawić na przerwę – szanujemy wspólną przestrzeń i koncentrację całej grupy.

- zawsze kontaktuj się za pośrednictwem oficjalnego uczelnianego adresu e-mail
- zaczynaj od: Szanowna Pani Doktor / Szanowny Panie Docencie / Szanowny Panie Profesorze ... zwracam się z prośbą o...
- zamiast „pozdrawiam” wybierz jedno z zakończeń: „z wyrazami szacunku” lub „z poważaniem”
- podpisz się podając imię, nazwisko, kierunek, rok studiów, ew. numer grupy ćwiczeniowej, jeśli sprawa dotyczy danych ćwiczeń.

SAVOIR-VIVRE

ETYKIETA

KULTURA DYSKUSJI

DOBRE MANIERY



PRZYGOTOWANIE DO ROZPOCZĘCIA ZAJĘĆ

Oto kilka porad i wskazówek
jak najlepiej przygotować się do pierwszych zajęć:

- 1 Zaloguj się do Wirtualnej Uczelni oraz poczty elektronicznej i sprawdź działanie kont.
- 2 Zapoznaj się z kampusem Uczelni.
- 3 Upewnij się, że prawidłowo odczytujesz plan i miejsce odbywania zajęć – w szkole średniej lekcje odbywały się zazwyczaj w jednym budynku – na studiach będą to różne lokalizacje.
- 4 Zaprzyjżnij się ze stroną dziekanatu i śledź ją na bieżąco – tam będą publikowane najważniejsze informacje (harmonogram, plan studiów, podział na grupy, termin szkoleń, termin odbioru legitymacji). Polub profil Uczelni i Wydziału na Facebooku.
- 5 Przed pierwszymi zajęciami zajrzyj na stronę zakładu, w którym one się odbywają. Znajdziesz tam tematy zajęć, regulamin, zasady dotyczące zaliczeń i egzaminów oraz inne ważne informacje.
- 6 W sprawie ubezpieczenia należy kontaktować się z Samorządem Studenckim (szczegóły znajdziecie na stronie internetowej Samorządu lub na profilu Facebookowym). Ubezpieczenia nie wykupisz w dziekanacie.



SŁOWNICZEK PIERWSZAKA

► BECZKA

Sala wykładowa znajdująca się na 1 piętrze Collegium Universum.

► BLACKBOARD

Platforma służąca do prowadzenia niektórych zajęć, seminariów lub wykładów w formie online.

► DZIEŃ REKTORSKI/DZIEŃ DZIEKAŃSKI

Dzień wolny od zajęć. Ustanawiany przez Rektora/Dziekana wskutek wydarzeń, których nie można było przewidzieć w momencie planowania roku akademickiego.

► ECF

Euroregionalne Centrum Farmacji

► KOŁOKWIUM (nazwa potoczna to KOŁOS lub KOŁO)

Forma sprawdzenia wiedzy przyswojonej na zajęciach. Od egzaminu odróżnia je to, że może odbywać się kilkakrotnie w trakcie semestru i obejmować mniejszy zakres materiału. Może być na ocenę, zaliczenie lub w formie punktów zbieranych przez cały rok.

► SALA KOLUMNOWA

Sala wykładowa znajdująca się w lewym skrzydle Pałacu Branickich.

► SESJA

Jest to czas w roku akademickim, w którym odbywają się egzaminy i zaliczenia końcowe: mamy sesję zimową, która jest zakończeniem semestru zimowego i sesję letnią, która jest zakończeniem semestru letniego.

► SYLABUS

Każdy przedmiot, który będziesz mieć w trakcie studiów posiada sylabus. Jest to plik, który znajdziesz na stronie Wydziału:



https://www.umb.edu.pl/wf/kosmetologia/informacje_dla_studentow/sylabusy

Sylabus zawiera wszystkie informacje dotyczące przedmiotu m.in.: formę prowadzenia, rodzaj zaliczenia, treści programowe czy potrzebną literaturę. Hasło do podstrony z sylabusami zostanie udostępnione przez Wirtualną Uczelnię.

► UDSK

Uniwersytecki Dziecięcy Szpital Kliniczny

► USK

Uniwersytecki Szpital Kliniczny

► WEJŚCIÓWKA

Rodzaj kartkówki sprawdzający wiedzę studenta. Odbywa się przed rozpoczęciem zajęć.

► WYJŚCIÓWKA

Rodzaj kartkówki sprawdzający wiedzę studenta. Odbywa się przed zakończeniem zajęć.

► ZERÓWKA (in. TERMIN ZEROWY)

Jest to możliwość podejścia do egzaminu wcześniej niż wypada jego pierwszy termin. Zasady podejścia do takiego egzaminu czy sama możliwość skorzystania z takiej opcji jest zależna od prowadzących zajęcia.

AKTYWNOŚĆ NAUKOWA I ORGANIZACYJNA

Jeśli zajęcia dydaktyczne to dla Ciebie za mało lub lubisz działać w organizacjach, a przy okazji poszerzać swoje zainteresowania, to świetnie się składa!

Czekają na Ciebie:

Innowacyjny Kosmetolog

Naszym celem jest zdobywanie umiejętności oraz najnowszej wiedzy z zakresu kosmetologii, medycyny estetycznej, podologii oraz trychologii. Chcemy rozwijać swoje pasje, ponieważ uważamy, że robiąc to, co się kocha, możemy zostać najlepszymi specjalistami. Jesteśmy otwarci na współpracę z każdym.

 https://www.umb.edu.pl/wf/organizacje_studenckie/innowacyjny_kosmetolog oraz na profilu Facebookowym organizacji.



Studenckie Koła Naukowe działające na Wydziale Farmaceutycznym przy jednostkach naukowych:

- [Zakład Biofarmacji i Radiofarmacji](#)
- [Zakład Biologii i Farmakognozji](#)
- [Zakład Biotechnologii](#)
- [Zakład Bromatologii](#)
- [Zakład Chemii Fizycznej](#)
- [Zakład Chemii Leków](#)
- [Zakład Chemii Leków \(Koło Naukowe Farmacji Społecznej\)](#)
- [Zakład Chemii Medycznej](#)
- [Zakład Chemii Nieorganicznej i Analitycznej](#)
- [Zakład Diagnostyki Biochemicznej](#)
- [Zakład Diagnostyki Hematologicznej](#)
- [Zakład Diagnostyki Mikrobiologicznej i Immunologii Infekcyjnej](#)
- [Zakład Farmacji Klinicznej](#)
- [Zakład Farmacji Stosowanej](#)
- [Zakład Farmakodynamiki](#)
- [Zakład Farmakoterapii Monitorowanej](#)
- [Zakład Fizjologii i Patofizjologii Doświadczalnej](#)
- [Zakład Immunologii](#)
- [Zakład Histologii i Cytofizjologii](#)
- [Zakład Kosmetologii Specjalistycznej](#)
- [Zakład Laboratoryjnej Diagnostyki Klinicznej](#)
- [Zakład Medycyny Estetycznej](#)
- [Zakład Syntezy i Technologii Środków Leczniczych](#)
- [Zakład Toksykologii](#)

 https://www.umb.edu.pl/wf/studia-przeddyplomowe/organizacje_studenckie/studenckie_kola_naukowe

NIE TYLKO NAUKA

Na naszej Uczelni działa wiele organizacji studenckich, w których możesz rozwijać swoje zdolności aktorskie, dziennikarskie, muzyczne czy sportowe.



Chór Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

 <https://www.facebook.com/ChorUMB>



Studencka Agencja Fotograficzno-Filmowa

 <https://www.facebook.com/umbsaiff>



Młody Medyk

 <https://www.facebook.com/mlodymedyk.umb>



Centrum Radiowe Radiosupel

 <https://www.facebook.com/Radiosupel>



Akademicki Związek Sportowy UMB

 <https://www.facebook.com/KUAZSUMB>



Klub CoNieCo

 <https://www.facebook.com/klubconieco>

To już wszystko co dla Ciebie przygotowaliśmy, mamy nadzieję, że ułatwi Ci to pierwsze kroki w nowym otoczeniu.

Wydział Farmaceutyczny z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej

Euroregionalne Centrum Farmacji

ul. Mickiewicza 2D, 15-222 Białystok
tel. 85 748 5431, e-mail: dziekfar@umb.edu.pl



Informacje dla Studentów



Biurowo Promocji i Rekrutacji

ul. Jana Kilińskiego 1, 15-089 Białystok
tel. 748 5473, e-mail: brip@umb.edu.pl
www.umb.edu.pl



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt pn. „STOP DROP - systemowe działania przeciwdziałające zjawisku drop-outu w UMB”
realizowany w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027
współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus.

Utwór dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe (CC BY 4.0)

Treść przewodnika: Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, druk i projekt graficzny: LIBRA-PRINT Sp. z o.o.



www.umb.edu.pl