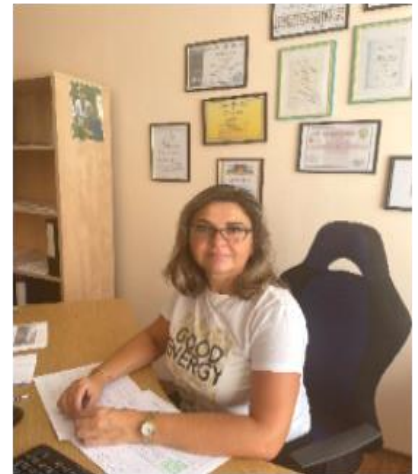


MADZHD SVITLANA, Professor

Gender: Female
Date of birth: March 18, 1976
Citizenship: Ukrainian
Languages: Ukrainian (mother tongue)

Current positions:

Professor, Department of Ecology and
Environmental Management National
University of Food Technologies (NUFT), Kyiv,
Ukraine



Contacts

Address: 68, Volodymyrska str, Kyiv, 01601, Ukraine

Phone: 380442879429 Слайд 10: Українські суперфуди

- **Ідея: П**
- **Приклади українських суперфудів:**
 - **Гречка:** багата на білок, залізо та амінокислоти, корисна для серця та імунної системи.
 - **Буряк:** містить вітаміни С, В, фолієву кислоту, покращує кровообіг і допомагає знижувати артеріальний тиск.
 - **Горіхи** (грецький горіх): корисні для мозку завдяки омега-3 жирним кислотам та антиоксидантам.
 - **Квашена капуста:** природне джерело пробіотиків, які покращують травлення та імунітет.
- **Перевага локальних продуктів:** Поясни, що українські суперфуди не поступаються закордонним, і можуть навіть бути кориснішими, оскільки локальні продукти краще сприймаються організмом.

Слайд 11: Суперїжа в історії та культурі

- **Вплив суперїжі на різні цивілізації:**
 - Розкажи про історичне значення деяких суперфудів у світових культурах. Наприклад, **кіноа** у стародавніх цивілізаціях Анд була «золотою зерниною», **морські водорості** – важливим елементом у японській дієті, а **мед** – джерелом енергії ще з часів Єгипту.
 - Також згадай про важливі продукти для української культури, як-от мед, часник, квашені овочі.
- **Традиції та сучасність:** Поясни, як традиційні суперфуди продовжують впливати на наше харчування сьогодні.

Слайд 12: Суперїжа та сучасні дослідження

- **Наукові відкриття:**

- Представ інформацію про сучасні дослідження, які підтверджують користь суперїжі для здоров'я. Наприклад, дослідження показують, що антиоксиданти в ягодах можуть знижувати ризик серцевих захворювань, а омега-3 в лососі сприяє поліпшенню мозкової діяльності.
 - Використай цитати або графіки з досліджень, якщо можливо, щоб підкріпити факти.
 - **Популярні міфи та наукові дані:** Наприклад, розкажи про наукові дані, які розвінчують міф про те, що суперїжа – це панацея від усіх хвороб.
-

Слайд 13: Як обирати якісну суперїжу?

- **Поради щодо вибору продуктів:**
 - Поясни, на що звертати увагу при покупці суперїжі: краще обирати органічні та сертифіковані продукти, звертати увагу на свіжість, термін придатності та умови зберігання.
 - **Як уникнути підробок:** Розкажи про популярні шахрайства, наприклад, з «хлорелою» чи «спіруліною», які можуть продавати з додаванням барвників.
 - **Джерела покупки:** Рекомендуй купувати суперфуди в перевірених магазинах або безпосередньо від виробників, особливо якщо мова йде про локальні продукти.
-

Слайд 14: Потенційні ризики та протипоказання

- **Необхідність балансу:** Поясни, що навіть суперїжа може нашкодити, якщо її вживати надміру, особливо без збалансованої дієти.
 - **Протипоказання для деяких категорій людей:** Наприклад, зелень (кале) у великих кількостях може негативно впливати на щитоподібну залозу. Горіхи у великих кількостях можуть викликати алергічні реакції.
 - **Рекомендація проконсультуватися з лікарем:** Завжди краще обговорити нові продукти з лікарем, особливо якщо є проблеми зі здоров'ям або алергії.
-

Слайд 15: Практичні поради та щоденні рецепти

- **Ідеї простих страв з суперфудами:**
 - Смузі: з ягодами, шпинатом, насінням чіа та грецьким йогуртом.
 - Салати: із зеленню, авокадо, лляним насінням та медом як заправка.
 - Сніданки: вівсянка з додаванням горіхів, насіння льону та фруктів.
 - **Поради з приготування та зберігання:**
 - Як оптимально приготувати суперфуди, щоб зберегти їхні корисні властивості (наприклад, уникати довгого кип'ятіння зелені, щоб зберегти вітаміни).
 - Де і як зберігати суперїжу (наприклад, насіння в прохолодному темному місці).
-

Слайд 16: Заклик до дії та мотивація

- **Підсумок:** Коротко повтори основні переваги вживання суперфудів, які розглянули.

- **Заклик до здорового харчування:** Заохотьте слухачів спробувати додати суперфуди у свій раціон для підвищення енергії та підтримки здоров'я.
- **Мотиваційний посил:** Наголоси, що суперїжа – це не обов'язково дорогі та екзотичні продукти. Це доступний і простий спосіб поліпшити своє самопочуття.

Слайд 17: Питання та відповіді (розширений варіант)

- Визначте час для відповідей на питання. Запропонуйте аудиторії поділитися своїм досвідом з суперїжею чи задати питання щодо рецептів або поєднань продуктів.

E-mail: madzhd@ykr.net

www: <http://nuft.edu.ua>

Education

2024	Prometheus advanced training course 'Academic Integrity';
2024	Prometheus advanced training course 'Fundamentals of Project Management';
2023	advanced training, International Scientific and Practical Conference 'European Integration of Higher Education of Ukraine in the Context of the Bologna Process: Digitalisation and Quality Assurance of Higher Education';
2023	in-service training, Information days of the EU Erasmus+ Programme: opportunities in education, youth and sports for newcomers
2023	advanced training, Jean Monnet International Winter School 'Academic Project Management and Effective Communication';
2023	advanced training, National Academy of Agrarian Sciences of Ukraine 'Ecology of the agro- and biosphere. Environmental safety of the agrosphere. Economics of nature management. Environmental management and marketing. Agrococosmos';
2023	advanced training, State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management: 'Modern challenges of public administration on the basis of environmental safety';
2021	advanced training, State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management. Academy of Postgraduate Education and Management: 'Modern technologies of environmental protection';
2021	advanced training, State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management. State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management: 'Topical issues of environmental safety in Ukraine';
2019	defended her dissertation for the degree of Doctor of Technical Sciences in the speciality 21.06.01 - 'Environmental Safety' at the State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management
2016	received the academic title of Associate Professor of the Department of Ecology;
2012	graduated from the National Aviation University with a degree in 'Jurisprudence'.
2011	defended her dissertation for the degree of Candidate of Technical Sciences in the speciality 21.06.01 - 'Environmental Safety' at the State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management.
2002 -	graduated with honours from the Faculty of Natural Sciences and Geography of the Drahomanov National Pedagogical University, specialising in Biology.

Employment

2003 – onward	Professor of the Department of Ecology and Environmental Management, National University of Food Technologies;
2021-2023	Professor of the Department of Green Economy and Environmental Economics, State Environmental Academy of Postgraduate Education and Management.
2020-2021	Professor of the Department of Ecology, National Aviation University.
2011-2020	Associate Professor of the Department of Ecology, National Aviation University.
2002-2011	Assistant of the Department of Ecology, National Aviation University.

Teaching experience

Lecture courses: «Ecology», «Environmental Safety», «Environmental Impact Assessment», «Sustainable Development Strategy», «Strategy of Cyclic and Green Economy», «Ecology in the Hospitality Industry», «International Environmental Policy», «Environmental Policy and Regulatory Technologies in the European Union».

Supervisor of qualification works for the Master's degree in «Ecology» 101.

Publications and presentations

200 publications, of which 183 are scientific and 17 are educational and methodological, including 75 scientific papers published in domestic and international peer-reviewed professional journals, including 11 in periodicals included in the Scopus and Web of Science.

She is the author of 6 textbooks, 3 methodological monographs, 1 course of lectures, 2 laboratory workshops and 6 methodological recommendations.

She has presented 73 reports at international and national scientific conferences.

Citation index – 594, h-index – 10.

Peer reviewed articles

1. Madzhd S.M. Assessment of environmental impact: management / S.M. Madzhd // *Uriady i dobychi v nauke*. - 2024. - №3(3). - P. 314-321.

2. Madzhd S.M. Scientific bases of controlling the state of bottom sediments as an indicator of the level of environmental hazard of hydroecosystems / S.M. Madzhd // *Biology and Ecology*. - 2024. - №1. - P. 78-83. Mikheiev O.M. Development of a hydrophytic structure of the bioplato type for phytoremediation / O.M. Mikheiev, O.V. Lapan, S.M. Majd, L.M. Cherniak // *Reports of the National Academy of Sciences of Ukraine*. - 2022. - №3. - P. 92-98.

3. Lapan O. Development of the hydrophytic structure of the bioplateau type for the purification of water bodies from ¹³⁷Cs / O. Lapan, O. Mikhyeyev, S. Madzhd, L. Cherniak, O. Maksimenko // *Ecologia Balkanica*. - 2022. - Volume 14, Issue 1. - P. 1-9.

4. Isayenko V.M. Prospects for the use of phytotechnologies to restore the state of polluted water bodies / V.M. Isayenko, S.M. Madzhd // *Ecological safety and environmental protection technologies*. - 2021. - №1. - P. 12-16.

5. Turevych A. Modern means of assessing the impact of emergencies on the environmental condition of the ground layer of the atmosphere / A. Turevych, S. Madzhd, L. Cherniak, A. Pavlyuk, V. Ojeh // *Web of Conferences*. - 2021. - 280. - P. 1-10.

6. Lapan O.V. Modification of the sorption capacity of the plant component of the bioplato to ¹³⁷Cs / O.V. Lapan, O.M. Mikheiev, S.M. Madzhd // *Nuclear Physics and Energy*. 2020. - 22(2). - P. 172-177.

7. Isayenko V.M. Application of the method of lichen indication to study the state of atmospheric air in the areas adjacent to the airport / V.M. Isayenko, S.M. Madzhd, Y.O. Protsak // *Bulletin of Kremenchuk National University*. - 2020. - №2 (121). - P. 66-72.

8. Madzhd S.M. The use of plants to indicate the state of soils of technogenically loaded territories / S.M. Madzhd, L.M. Cherniak, O.M. Mikheiev // *Bulletin of Kremenchuk National University*. 2020 - №1 (120). - P. 68-73.

9. Mikheiev A.N. Assessment of the Efficiency of Using the Immersed Wetland for Purification of Waters of Small Rivers / A.N. Mikheiev, S.M. Madzhd, Ya. I. Pysanko // *Journal of water chemistry and technology* - 2019. - Issue 2. - P. 131-135.

10. Isayenko V.M. Improving the method of monitoring the state of atmospheric air / V.M. Isayenko, S.M. Madzhd, V.F. Frolov, T.I. Dmytrukha // *Bulletin of Kremenchuk National University* - 2019. - No. 6 (119). - P. 43-48.

11. Isaenko V. Development of a procedure for determining the basic parameter of aquatic ecosystems functioning - environmental capacity / Isaenko V., Madzhd S., Pysanko Y., Nikolaiev K., Bovsunovskiy G., Cherniak L. // *Eastern-European Journal of Enterprise Technologies*. - 2019. - №1/10 (97). - P. 21-28.

12. Isayenko V.M. Water protection measures to improve the environmental safety of industrial wastewater of industrial enterprises / V.M. Isayenko, S.M. Madzhd, A.O. Panchenko, A.M. Bondar // *Science-intensive technologies*. - 2018. - No. 4. - P. 437-442.

13. Madzhd S. Scientific methodology for assessing the ecologically hazardous risks of the functioning of technogenically modified water systems / S.M. Madzhd, Y.I. Kulynych // *Bulletin of Kremenchuk National University*. - 2017. - №4 (105). - P. 88-95.

14. Udod V.M. Study of the causes and consequences of the transformation of technogenically altered water systems / V.M. Udod, S.M. Madzhd, Y.I. Kulynych // *Technogenic safety*. - 2017. - Vol. 289. Issue 277. - C. 10-16.

15. Madzhd S. Ecological assessment of the human-transformed systems of the Irpin river / S.M. Madzhd, Ya. I. Kulynych, A. A. Iavniuk // *Visnyk NAU*. - 2017. - No. 2. - P. 93-98.

16. Madzhd S The study of technogenically transformed water ecosystems within the aviation facilities operation area / S. Madzhd, Y. Pysanko // *Visnyk NAU*. - 2018. - №3. - P. 78-86.

Presentations at the congresses, symposiums, conferences

1. Madzhd S. Environmental sustainability: biotic potential of hydroecosystems / S. Madzhd, O. Nychyk // 'European dimensions of sustainable development': VI International Conference, May 15-17, 2024. - Kyiv: NUFT, 2024. - P. 38.

2. Madzhd S. Sustainable development strategy in the environmental policy of the European Union / S.M. Madzhd // 'Topical issues of biotechnology, ecology and nature management': International scientific conference, 26-27 April 2024: abstracts - Kharkiv: 2024 - P. 124-125.

3. Madzhd S.M. The project of restoration of the Kakhovka hydroelectric power station for sustainable development of society: International Scientific and Practical Conference, 22-24 November 2023: abstracts of the supplement - K.: KNUBA, 2023 - P. 29.

4. Madzhd S Environmental sustainability - an indicator of sustainable development of society // S.M. Madzhd / 'Sustainable development of the EU - best practices for Ukraine': Internet conf. 10 February 2024: abstracts - Lviv: 2024 - P 121-124.

5. Madzhd S European trends in the formation of climate change mitigation policy // S.M. Madzhd, O.V. Togachynska / 'Climate Change and Agriculture. Challenges for agricultural science and education': VII International Scientific and Practical Conference, 27 March 2024: abstracts - K.: 2024 - P 113-115.

6. Isayenko V.M. Analysis of environmental crimes against the nature of Ukraine and its citizens // V.M. Isayenko, S.M. Madzhd / 'Nature in Occupation - 10 Years of Russian Military Aggression against the Environment. Prospects for the restoration of protected areas of Ukraine': All-Ukrainian Scientific and Practical Conference, 28-29 March 2024: abstracts - Khmelnytskyi: 2024 - pp. 35-36.

7. Madzhd S.M. Environmental impact assessment: the war continues, problems are getting worse // S.M. Madzhd / 'Modern problems of biology, ecology and chemistry': VII International

Scientific and Practical Conference, 25-27 April 2024: abstracts - Zaporizhzhia: 2024 - P. 231-233.

8. Madzhd S.M. Sustainable development of Ukrainian society in the conditions of war: ecological and economic aspects // S.M. Madzhd / 'Ecological state of the environment and rational use of nature in the context of sustainable development': VI International Scientific and Practical Conference, 26-27 October 2023: abstracts - Kherson: 2023 - C. 332-334.

9. Madzhd S.M. Environmental challenges to the sustainable development of society in the context of hostilities // S.M. Madzhd / 'Actual problems, ways and prospects for the development of landscape architecture, gardening, urban ecology and phytomelioration': III International scientific and practical conference, 21.09.2023: abstracts - Bila Tserkva: 2023 - C. 72-74.

10. Bondar OI Environmental challenges to Ukraine's European integration // OI Bondar, S.M. Madzhd, S.I. Chernov, O.M. Koval / 'EU Constitutional Law in the Aspect of Ukraine's European Integration': International scientific and practical conference, 21.04.2023: abstracts - Kharkiv: 2023 - C. 254-256.

11. Madzhd S. Ecological assessment of groundwater at the airport zone / S. Madzhd, L. Cherniak, O. Mikhyyev // Innovative Development of Resource-Saving Technologies and Sustainable Use of Natural Resources: Universitas, 19-20 October 11, 2022. - P. 89-91.

12. Madzhd S.M. Determination of the rate of deposition of solid particles of anthropogenic origin in natural surface water bodies / V.M. Isayenko, S.M. Madzhd // VIII International Congress of Ecologists, 22-24 September 2021: abstracts - Vinnytsia, 2021. - P. 45-46.

13. Scientific bases of the ecological component of sustainable development / S.M. Madzhd // 'European dimensions of sustainable development': II International Scientific and Practical Conference, 25-26 June 2020: abstracts - K.: NUFT, 2020. - P. 47-48.

14. Madzhd S.M. Implementation of an integrated approach to the management of surface water bodies in the implementation of sustainable water use / S.M. Madzhd // Challenges in science of nowadays: I International scientific and practical conference, 26-28 December 2019: abstracts - Washington, USA, 2019.

15. Isayenko VM Integrated water resources management system of Ukraine / VM Isayenko, SM Madzhd // VII All-Ukrainian Congress of Ecologists with International Participation, 25-27 September 2019: abstracts - Vinnytsia, 2019. - P. 84.

16. Madzhd S.M. Structural and functional changes in the development of the water system in the conditions of technogenic transformation / S.M. Madzhd // 'Environmental safety as a basis for sustainable development of society. European experience and prospects': XIV International Scientific and Practical Conference, 14 September 2018: abstracts - Lviv, 2018. - P. 203.

17. Kulinich Y.I. Assessment of the ecological capacity of natural reservoirs under conditions of excessive anthropogenic load / Y.I. Kulinich, S.M. Madzhd // Clean Water. Fundamental, applied and industrial aspects: V International Scientific and Practical Conference, 26-27 October 2017: abstracts - Kyiv, 2017. - P. 147-149.

18. Madzhd S.M. The role of hydrobiotechnological systems in increasing the degree of wastewater treatment / S.M. Madzhd // VI All-Ukrainian Congress of Ecologists with International Participation, 20-22 September 2017: abstracts - Vinnytsia, 2017. - P. 68.

19. Madzhd S.M. Environmental measures to prevent qualitative depletion of water resources / S.M. Majd // Balanced nature management: traditions, prospects and innovations: I International Scientific and Practical Conference, 18-19 May 2017: abstracts - Kyiv: Institute of Agroecology and Nature Management of the National Academy of Agrarian Sciences of Ukraine, 2017.

Study guides:

1. *Environmental protection in aviation and rocket and space activities: a textbook* / H. M. Franchuk, O. Y. Drach, S. M. Madzhd. - K. : NAU, 2006. - 48 p.
2. *Ecology, environmental protection and balanced nature management in rocket and space activities: a textbook* / H. M. Franchuk, O. Y. Drach, S. M. Majd. - K. : NAU, 2008. - 88 p.
3. *General ecology: textbook* / G.M. Franchuk, S.M. Madzhd, M.M. Radomska, E.O. Bovsunovskyi - K.: NAU, 2015. 232 p.
4. *Transport ecology: textbook* / O.I. Zaporozhets, S.V. Boichenko, O.L. Matveeva, S.Y. Shamansky, T.I. Dmytrukha, S.M. Madzhd. - K.: Centre for Educational Literature, 2017. - 508 p.
5. *Radioecology: a textbook*. Mikheiev O.M., Madzhd S.M., Lapan O.V., Frolov V.F. - K.: NAU Publishing House, 2021. 260 p.
6. *Natural and man-made risks: a textbook* / Mikheiev O.M., Madzhd S.M., Lapan O.V. - Kyiv: NAU Publishing House, 2022. 243 p.

Monographs:

1. Mikheiev O.M. *Use of hydrophytic systems for the restoration of polluted water quality: monograph* / Mikheiev O.M., Madzhd S.M., Lapan O.V., Kulynych Y.I. - K.: Centre for Educational Literature, 2018. 171 p.
2. *The concept of features of structural and functional changes in the development of anthropogenically transformed aquatic ecosystems: monograph* / S.M. Madzhd. - Kyiv: Centre for Educational Literature, 2019. 260 p.