



Τετάρτη 14 Μαΐου

Πάντειο Πανεπιστήμιο, Αίθουσα «Σάκη Καράγιωργα II»

Ο ρόλος της διατροφής στη ζωή μας

Πρόγραμμα:

9:30- 9:45 Χαιρετισμός – Παρουσίαση ομιλητών

9:45- 10:00 Διατροφική ισορροπία : πως και γιατί (*Διονύσιος Βλάχος, επιστημονικός διευθυντής της Eurodiet Med*)

10:00- 10:20 Διαταραχές πρόσληψης τροφής (*Μαρίτα Γεραρχάκη, κλινική ψυχολόγος, μέλος ΔΣ ΑΝΑΣΑ*)

10:20- 10:35 Παχυσαρκία και ο ρόλος της ενεργειακής ισορροπίας (*Μαργαρίτα Οκτωράτου , Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, Επιστημονική Συνεργάτης του Ινστιτούτου Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής*)

10:35- 10:45 Συζήτηση

10:45- 11:00 **Διάλειμμα**

11:00- 11:15 Η αλήθεια για τη Μεσογειακή διατροφή (*Χάρης Δημοσθενόπουλος, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Λαϊκό»*)

11:15- 11:30 Χρήση συμπληρωματικών διατροφής (αλήθεια – μύθοι) (*Χάρης Δημοσθενόπουλος, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών «Λαϊκό»*)

11:30- 11:45 ΓΝΩΣΗ: Η καλύτερη δίαιτα αδυνατίσματος (*Κωνσταντίνος Ξένος, κλινικός διαιτολόγος – διατροφολόγος*)

11.45- 12:00 Υγιεινή διατροφή και καρκίνος- Κ.Ε.Φ.Ι (*Μυρτώ Σκοτίδα, μέλος του ΔΣ του ΚΕΦΙ, υπεύθυνη της εκστρατείας «Τροφος»*)

12:00 – 12:15. Συζήτηση

12:00- 12:20 Ευχαριστίες- Απονομή βεβαιώσεων παρακολούθησης