



Ιμερόεσσα

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Συντονισμός Ημερίδας: Α. Σαχινίδης & Κ. Τσιρανίδου
Παρουσίαση: Έλενα Τσιαλαμπάνα

17:00-17:30
Χαιρετισμοί

17:30-17:45
Παχυσαρκία-Ιατρική προσέγγιση
Αλέξανδρος Σαχινίδης
MD, BSc, MSc, PhDc. Ειδικός Παθολόγος/ Ιατρός ΕΛ.ΑΣ.

17:45-18:00
Τα οφέλη της μεσογειακής (κρητικής) διατροφής στην υγεία μας
Συμβουλευτική για σωστή διατροφή κατά την περίοδο των εξετάσεων
και υιοθέτηση του κρητικού προτύπου διατροφής.
Μαρία Βοϊτσιδου,
Κλινική διαιτολόγος/διατροφολόγος,
Απόφοιτος Χαροκόπειου Πανεπιστημίου, MSc

18:00-18:45
Ο κρητικός χορός δυναμώνει το σώμα, ισορροπεί την ψυχή
Ιωάννης Μεγαλακάκης
Χορευτής/Χορογράφος/Σκηνοθέτης/ Δάσκαλος Κρητικών Χορών
Ερευνητής/Συγγραφέας/Στιχουργός

18:45-19:00
Χειρουργική αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, νεώτερες εξελίξεις
Ιωάννης Τερζής
MD, PhD Χειρουργός παχυσαρκίας
Τ.Δ/ντης Χειρουργικής κλινικής Ναυτικού Νοσοκομείου Αθηνών
Head of Bariatric and Metabolic Clinic at King Salman Specialist Hospital
Δ/ντης Ιατρικού Κέντρου αντιμετώπισης διαταραχών βάρους και
μεταβολισμού

19:00-19:15
Η συναισθηματική πείνα ως μιας άλλης μορφής εξάρτησης. Η σχέση
της με το γονεϊκό δεσμό και τη συναισθηματική νοημοσύνη
Σταματίνα Κάραλη
Psychologist (MBPsS)/ Drug Counselor/ Special Art Therapist
Psychiatric Clinic of the University Hospital at Crete
Founder and Director of the Art and Health (Hellas)

19:15-19:30
Επίλογος: Ένας βιωματικός διάλογος ανάμεσα στη θεωρία και την
πράξη. Θεραπευτής και θεραπευόμενος, σε κοινά βιώματα
Κική Τσιρανίδου
Πρόεδρος ΔΣ Ιμερόεσας
Σταματίνα Κάραλη
Διευθύντρια της Art and Health