Ιμερόεσσα
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

3η ΗΜΕΡΙΔΑ
Θεσσαλονίκη · 28.11.2026

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

«Το σώμα μας μιλάει. *Εμείς το ακούμε;»*

Γονιμότητα • Διατροφή • Ψυχική υγεία

ΠΟΤΕ	ΠΟΥ
Σάββατο 28 Νοεμβρίου 2026	**Mediterranean Palace Hotel**
09:30 – 14:00	Αίθουσα Nafsika · Θεσσαλονίκη

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ

Χρήστος Παππάς, Γυναικολόγος | **Κωνσταντίνος Κολόκας**, Γενικός Οικογενειακός Ιατρός

ΩΡΑ	ΕΝΟΤΗΤΑ	ΟΜΙΛΗΤΕΣ
09:30 – 10:00	***Προσέλευση – Εγγραφές***	
10:00 – 10:10	***Χαιρετισμοί***	
10:10 – 10:20	**Έναρξη – Παρουσίαση της ημερίδας** *Οι συντονιστές καλωσορίζουν και παρουσιάζουν τη θεματολογία*	**Χρήστος Παππάς** **Κωνσταντίνος Κολόκας**
10:20 – 10:40	**«Μπορεί το βάρος να επηρεάζει τη γονιμότητα;»**	**Άρτεμις Καρκανάκη** Γυναικολόγος Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής
10:40 – 10:55	**«Ο ρόλος των φαρμάκων στην αυτόματη σύλληψη»**	**Κωνσταντίνος Κολόκας** Γενικός Οικογενειακός Ιατρός
10:55 – 11:10	**«Μην ξεχνάμε και τον άντρα...»**	**Θεοδοσία Ζεγκινιάδου** Βιολόγος Αναπαραγωγής, M.H.Sc., Ph.D.
11:10 – 11:25	**«Εξωσωματική γονιμοποίηση σε άτομα με παχυσαρκία / Κρυοσυντήρηση ωαρίων και εμβρύων στις γυναίκες με παχυσαρκία»**	**Ελένη Μπουσιάκη** Εμβρυολόγος, MMedSci with Hons · Deputy Lab Manager, FIVI Μονάδα Ιατρικώς Υποβοηθούμενης Αναπαραγωγής, Ιατρικό Διαβαλκανικό Θεσσαλονίκης
11:25 – 11:45	**«Οι ψυχολογικές διαστάσεις της γονιμότητας: Σώμα, συναίσθημα, αυτοαξία και σχέσεις»**	**Ζωή Καραμπασιάδου** Ψυχολόγος (ΑΠΘ), MSc · Επιστημονικά Υπεύθυνη για θέματα Ψυχικής Υγείας, Ιμερόεσσα
11:45 – 12:05	**«Όταν η σχέση με το φαγητό επηρεάζει τη γονιμότητα»**	**Λάουρα Φιλέτι** Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, με εξειδίκευση στις Διατροφικές Διαταραχές
12:05 – 12:25	***Διάλειμμα – Καφές***	
12:25 – 12:45	**«Εμμηνόπαυση και κιλά: Όταν το σώμα αλλάζει τους κανόνες»**	**Βιολέττα Βαΐτση** Μαιευτήρας Γυναικολόγος, MD, Ph.D. (ΑΠΘ)
12:45 – 13:05	**«Η διατροφή κατά την εμμηνόπαυση»**	**Έλενα Αντωνίου** Διαιτολόγος – Διατροφολόγος
13:05 – 13:25	**«Μύθος ή Αλήθεια;»** *Διαδραστικό quiz με το κοινό*	**Συντονιστές & ομιλητές**
13:25 – 13:50	**«Τι θα θέλαμε να γνωρίζαμε νωρίτερα;»** *Οι ειδικοί απαντούν σε πραγματικές ερωτήσεις του κοινού*	**Συντονιστές & ομιλητές**
13:50 – 14:00	**Κλείσιμο – Τα 3 βασικά μηνύματα της ημερίδας**	**Συντονιστές & ομιλητές**

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ (ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ-ΘΡΑΚΗΣ)

ΧΟΡΗΓΟΙ
Merck · Lilly ΦΑΡΜΑΣΕΡΒ

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ
cross PHARMACEUTICALS · ΙΑΤΡΙΚΟ ΔΙΑΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ
LIVE MEDIA · BUSINESSWOMAN Για τη γυναίκα, επιχειρηματία, στέλεχος, εργαζόμενη · Polis MAGAZINO