



Θεσσαλονίκη, Τρίτη 15 Ιανουαρίου 2013

## **ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**Ο τομέας Διαπολογίας των ΙΕΚ ΞΥΝΗ διοργανώνει την**

**1η ημερίδα με θέμα:**

### **“ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ ΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ”**

#### **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

09.00-09.30: Προσέλευση και εγγραφές

09.30-09.40: Έναρξη ημερίδας – Χαιρετισμός

Αναστασία Κόκκαλη, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, B.Sc (Hons), S.R.D., Υπεύθυνη Τομέα Διαιτολογίας ΙΕΚ ΞΥΝΗ

#### **1<sup>η</sup> ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ**

09.40-09.50: Χαιρετισμός από τον Καθηγητή Καρδιολογίας ΑΠΘ-Πρόεδρο της Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης Βορείου Ελλάδος κ. Απόστολο Ευθυμιάδη

09.50-10.10: «Διατροφή και καρκίνος»  
Χρήστος Θασίτης, Διαιτολόγος

10.10-10.30: «Διατροφή και ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος»  
Αθηνά Ρούντου, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος

10.30-10.50: «Τροφές και ουσίες που μειώνουν τη χοληστερίνη και βελτιώνουν την υγεία της καρδιάς»  
Σοφία Παυλίδου, Ιατρός – Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης Β. Ελλάδος

10.50-11.10: «Συμπληρώματα διατροφής: Τι πρέπει να προσέχουμε»  
Διονύσης Ευγενίδης, Φαρμακοποιός, Γεν. Γραμ. Φαρμακευτικού Συλλόγου Θεσσαλονίκης

*Συντονισμός: Απόστολος Ευθυμιάδης Καθηγητής Καρδιολογίας ΑΠΘ, Πρόεδρος Εταιρείας Αθηροσκλήρωσης Βορείου Ελλάδος, Αναστασία Κόκκαλη, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Υπεύθυνη Τομέα Διαιτολογίας ΙΕΚ ΞΥΝΗ*

#### **11.30-12.00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

#### **2<sup>η</sup> ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ**

12.00-12.20: «Πράσινο Τσάι: Πολύτιμος σύμμαχος στην υγεία»  
Καλλιόπη Χατζημιχαήλ, Χημικός, Επιστ. Συνεργάτης ΕΛΑΪΣ – Unilever



- 12.20-12.40: **«Κρέας; Όχι ευχαριστώ – Οδηγός Χορτοφαγίας»**  
Κωνσταντίνος Κούτσικας, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος
- 12.40-13.00: **«Ισορροπημένη Διατροφή μέσα σε Λίγα Λεπτά»**  
Θανάσης Μαναβής, Περιφερειακός Διευθυντής Β. Ελλάδος της AGRINO ABEE
- 13.00-13.20: **«Μυστικά σωστής διατροφής στο σχολείο–αντιμετώπιση παιδικής παχυσαρκίας»**  
Ασημένια Καναρίδου, Κλινικός Διαιτολόγος-Διατροφολόγος

*Συντονισμός: Αναστασία Κόκκαλη, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος B.Sc (Hons), S.R.D.*

### **13.30 – 14.00 ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

#### **3<sup>η</sup> ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΒΑΡΟΣ**

- 14.00-14.20: **«Χειρουργικές επεμβάσεις παχυσαρκίας: σύγχρονα δεδομένα»**  
Δημήτρης Κανέλλος, Χειρουργός – Λαπαροσκόπος – Χειρουργός Παχυσαρκίας, Ειδικευθείς στο Vivantes Klinikum Βερολίνου
- 14.20-14.40: **«Διατροφική υποστήριξη μετά από επέμβαση παχυσαρκίας»**  
Φαίδρα Δάγκογλου, Διαιτολόγος, Ιατρικό Διαβαλκανικό Θεσ/νίκης
- 14.40-15.00: **«Διατροφικές διαταραχές: Το τίμημα του σύγχρονου τρόπου ζωής»**  
Σωτήρης Δαργκίνης, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος M.P. in Eating Disorders
- 15.00-15.20: **«Διατροφικές διαταραχές: Ψυχοθεραπευτική προσέγγιση»**  
Ιωάννης Παπαδόπουλος, Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπευτής
- 15.20-15.50: **«Αντιοξειδωτικά: ο ρόλος τους στην απώλεια βάρους»**  
Δημήτρης Γρηγοράκης, Κλινικός Διαιτολόγος-Διατροφολόγος

*Συντονισμός: Αναστασία Κόκκαλη, Κλινικός Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Υπεύθυνη Τομέα Διαιτολογίας IEK EYNNH*

- 15.50-16.00: **Closing session – Συμπεράσματα ημερίδας – Συζήτηση**
- 16.00-17:30: **Παρουσίαση βιβλίου: «Διατροφή ORAC σε συνταγές που θα λατρέψετε»**  
Δημήτρης Γρηγοράκης, Κλινικός Διαιτολόγος-Διατροφολόγος

*\*Σημείωση: Οι συμμετέχοντες θα παραλάβουν πιστοποιητικό παρακολούθησης και φάκελο με τα πρακτικά*