

1. Dr Φιλίτσα Σουγιουλτζόγλου**ΥΓΙΕΙΝΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΗ ΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ**

- Διατροφικές ανάγκες παιδιών σχολικής ηλικίας. Μύθοι και αλήθειες. Συστάσεις των διεθνών οργανισμών για τη θερμιδική πρόσληψη και τη λήψη των θρεπτικών συστατικών
- Οδηγίες για τη σωματική δραστηριότητα.
- Διαιτητικές συνήθειες στην Ελλάδα. Ακολουθούμε τη Μεσογειακή διατροφή;
- Προβλήματα διατροφικής συμπεριφοράς : από την υποθρεψία και τη νευρογενή ανορεξία στην παχυσαρκία
- Παιδική παχυσαρκία : Είναι συχνή; Πόσο παχύσαρκα είναι τα Ελληνόπουλα;
- Πότε ένα παιδί είναι παχύσαρκο;
- Συνηθισμένες αιτίες. Τι κάνουμε λάθος στην Ελλάδα;
- Επιπτώσεις άμεσες και απώτερες
- Παχύσαρκα παιδιά-καρδιαγγειακοί διαβητικοί ενήλικες
- Πρόληψη και αντιμετώπιση
- Μπορεί ένα παιδί να κάνει δίαιτα;
- Εκπαίδευση παιδιού και οικογένειας στην υγιεινή διατροφή. Το καλό παράδειγμα Ο ρόλος του σχολείου. Συνεχής ενημέρωση

2. Χρήστος Βουλγαράκης

- Τι είναι χοληστερίνη.
- Μορφές καλής και κακής χοληστερίνης στα παιδιά.
- Θεραπεία μέσω διατροφική και σωματικής άσκησης.
- Τροφές που απαγορεύονται, που επιτρέπονται και τροφές που οπωσδήποτε πρέπει να λαμβάνονται από τα παιδιά.

3. Εύα Γιαννούλη

Τίτλοι εισήγησης:

- Τι είναι οι Διατροφικές Διαταραχές;
- ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ (Νευρικής Ανορεξίας και Βουλιμιάς)
- Προδιαθεσικοί Παράγοντες (ψυχολογικοί)
- Πρακτικές στη Θεραπεία (περιβάλλον ασθενούς)

4. Άντα Ζαχαριάδου**ΠΑΙΔΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ****ΜΑΘΑΙΝΟΝΤΑΣ ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ**

A. Παιδιά 6-12 ετών: Χαρακτηριστικά και ιδιαιτερότητες της ηλικίας

B. Διατροφική εκπαίδευση: Τα σημεία που πρέπει να προσέξουμε

Γ. Οι βασικές αρχές της καθημερινής διατροφής

Παρουσίαση ενδεικτικού προγράμματος διατροφής

1. Dr Φιλίτσα Σουγιουλτζόγλου

Απόφοιτος Ιατρικής Σχολής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

Ειδική Παθολόγος-Διαβητολόγος

Διδάκτορας Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης σε θέματα πρόληψης διαβήτη Μετεκπαιδευθείσα στην Μ. Βρετανία στα μεταβολικά νοσήματα και στην ενδοκρινολογία της κύησης

Απόφοιτος Κέντρου Επαγγελματικής Εκπαίδευσης Αθηνών στη Διαιτολογία

Επιστημονικός συνεργάτης κλινικής “Γένεσις”

Μέλος της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας και της Διαβητολογικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδας

2. Χρήστος Βουλγαράκης

Παιδίατρος – Νεογνολόγος.

Πρ. Επιστημονικός Συνεργάτης ΑΧΕΠΑ

Μετεκπαιδευθείς στην παιδονευρολογία

3. Εύα Γιαννούλη

Η Εύα Γιαννούλη σπούδασε στο Brighton College of Technology και κατέχει πτυχίο

Εφαρμοσμένης Ψυχολογίας από το University of North London. Έχει μεταπτυχιακές

επιμορφώσεις στο νοσοκομείο Παπαγεωργίου Α΄ ψυχιατρική κλινική Α.Π.Θ.

Έχει εργαστεί στην Ελλάδα και το εξωτερικό ως σύμβουλος Ερευνητικής Ανάπτυξης και Αυτογνωσίας Νευρο-Γλωσσικός προγραμματισμός (ΣΥΝΑ –Επιλογή στη ζωή).

Το 2008-2009 ήταν εξωτερικός επιστημονικός σύμβουλος του Εκπαιδευτικού Ομίλου

ΑΝΑΤΟΛΙΑ και οργάνωσε την ημερίδα του σχολείου «Ο ρόλος της συναισθηματικής

Νοημοσύνης στην εκπαίδευση». Είναι υπεύθυνη λειτουργίας του κέντρου ΣΥΝΑ

(Σύναξη Ψυχολογικής Υποστήριξης Нарκομανών) για απεξάρτηση και επανένταξη

ατόμων εθισμένων στο αλκοόλ και τα ναρκωτικά.

4. Άντα Ζαχαριάδου

Γεννήθηκε το 1972. Αποφοίτησε το 1990 από το Αμερικάνικο Κολέγιο Ανατόλια και το

1995 από το Οικονομικό Τμήμα, της Σχολής Νομικών και Οικονομικών Επιστημών του Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Εργάστηκε 15 χρόνια στον τομέα της διαφήμισης. Το 2009 αποφοίτησε από το Τμήμα

Διατροφής και Διαιτολογίας, της Σχολής Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής του

Αλεξάνδρειου Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Θεσσαλονίκης.

Διατηρεί διαιτολογικό γραφείο και είναι υπεύθυνη του τμήματος διατροφής σε χώρο εκγύμνασης στην περιοχή Θέρμη Θεσσαλονίκης.

Είναι παντρεμένη και μητέρα μιας κόρης 8 ετών.