



Ρέθυμνο 2013



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
Π.Ε. ΡΕΘΥΜΝΗΣ

Σάββατο
20 Απριλίου
Σπίτι του Πολιτισμού



Μπορούμε να είμαστε υγιείς;
Επιλογές και παράγοντες που σχετίζονται με την υγεία

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Η Περιφερειακή Ενότητα Ρεθύμνου
και η Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Π.Ε. Ρεθύμνου σας
προσκαλούν να τιμήσετε με την παρουσία σας
την ημερίδα με θέμα:

**“ Μπορούμε να είμαστε υγιείς; Επιλογές και παράγοντες που
σχετίζονται με την υγεία μας”.**

που θα πραγματοποιηθεί το **Σάββατο 20 Απριλίου**
και ώρα **17:00** στο Σπίτι του Πολιτισμού.

Ο Πρόεδρος της

Ε.Π.Φ.Α.Ρ.

Στέφανος Δαμανάκης

Η Αντιπεριφερειάρχης

Π.Ε Ρεθύμνης

Μαρία Λιονή

5:30-5:45 Εγγραφές

5:45-6:00 Έναρξη ημερίδας - Χαιρετισμοί

6:00-6:20 **“Σακχαρώδης διαβήτης στα παιδιά. Υπογλυκαιμία
(συμπτώματα, αντιμετώπιση). Σωματική άσκηση.”**

Ν. Κεφαλογιάννης (Συντονιστής Διευθυντής Παθολογίας,
Δ/ντης Διαβητολογικού Κέντρου Β.Π.Γ. Νοσοκομείο Ηρακλείου Κρήτης).

6:20-6:40 **“Μπορούμε να σταθούμε υγιείς μέσα στην οικονομική κρίση;”**

Χρήστος Λιονής (Καθηγητής Γενικής Ιατρικής και Α΄θμιας Φροντίδας
Τμήμα Ιατρικής Παν/μιου Κρήτης).

6:40-7:00 **“Παράγοντες που συμβάλλουν στην έναρξη και τροποποίηση
συμπεριφορών υγείας (κάπνισμα, διατροφή κ.λ.π.)”.**

Ευάγγελος Καραδήμας (Αναπληρωτής Καθηγητής, Ψυχολογία της υγείας
Παν/μιο Κρήτης, τμήμα Ψυχολογίας).

7:00-7:15 **“Ο ρόλος του εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής στην
καλλιέργεια Θετικών αθλητικών στάσεων στους μαθητές,
ως παράγοντας ισόβιας επένδυσης υγείας”.**

Λήδα Ζαμπετάκη (Σχολικός σύμβουλος Φυσικής Αγωγής
Α΄βάθμιας και Β΄βάθμιας εκπαίδευσης, καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής).

7:15-7:30 Ερωτήσεις - Συζήτηση

Διάλλειμα - Καφές

7:40-8:00 **Άσθμα και Άσκηση.** Μαρία Βαρούχα (Πνευμονολόγος).

8:00-8:20 **“Η αξία του πρωινού για τους μαθητές και η διατροφή στο
σχολείο”.** Στέλλα Σιτά (Διατολόγος - Βιολόγος).

8:20-8:40 Ερωτήσεις - Συζήτηση

Κλείσιμο Ημερίδας