



Η ΑΣΚΗΣΗ ΩΣ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ 65+ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΠΟΧΗ

Ο Σύνδεσμος Υποτρόφων του Ιδρύματος Ωνάση, σας προσκαλεί σε διαδικτυακό σεμινάριο την Παρασκευή 25 Νοεμβρίου 2022 | 12:00

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- **«Γιατί το σώμα μας πρέπει να γυμνάζεται;»**

Ιωάννης Κουτεντάκης,

Ομότιμος Καθηγητής Εφαρμοσμένης Φυσιολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Πρόεδρος «EXERCISE IS MEDICINE-GR», μέλος του Ινστιτούτου Εφαρμοσμένης Φυσιολογίας και Άσκησης στην Ιατρική (ΙΕΦΑΙ)

- **«Μπορεί η άσκηση να προλάβει την άνοια;»**

Σωκράτης Παπαγεωργίου,

Αναπληρωτής Καθηγητής Νευρολογίας και Νευροψυχολογίας, Α΄ Πανεπιστημιακή Νευρολογική Κλινική ΕΚΠΑ, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, μέλος του Ινστιτούτου Εφαρμοσμένης Φυσιολογίας και Άσκησης στην Ιατρική (ΙΕΦΑΙ)

- **«Πρέπει να γυμνάζομαι αν έχω κατάθλιψη;»**

Ιωάννης Παπατριανταφύλλου,

Ψυχίατρος, PhD, Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Άνοιας

- **«Θεραπείει η άσκηση τον διαβήτη και την υπέρταση;»**

Αναστάσιος Φιλίππου,

Αναπληρωτής Καθηγητής Πειραματικής Φυσιολογίας, Εργαστήριο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ, Ιδρυτικό μέλος του Εθνικού Κέντρου «EXERCISE IS MEDICINE-GR», μέλος του ΔΣ του ΙΕΦΑΙ

- **«Άσκηση και νέες τεχνολογίες: πάνε μαζί;»**

Παναγιώτης Μπαμίδης,

Καθηγητής Ιατρικής Φυσικής και Πληροφορικής, Εργαστήριο Ιατρικής Φυσικής της Ιατρικής του Α.Π.Θ

- **«Τηλεάσκηση σε ομάδες: 2 σε 1!»**

Μαρή Μπαρδοπούλου,

MSc, PhDc, Ειδική Φυσική Αγωγή, Φυσιολογία της Άσκησης, Εργαστήριο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ, μέλος του ΙΕΦΑΙ

- **«Από την τηλεϊατρική... στην τηλεάσκηση!»**

Ευθαλία Αγγελοπούλου,

Νευρολόγος, MSc, Επιστημονικός Συνεργάτης Α΄ Νευρολογικής Κλινικής, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, ΕΚΠΑ

- **«Νοητική και σωματική άσκηση: η εικονική πραγματικότητα»**

Ευαγγελία Στανίτσα,

Κλινικός Νευροψυχολόγος, MSc, Επιστημονικός Συνεργάτης, Α΄ Νευρολογική Κλινική, Αιγινήτειο Νοσοκομείο, ΕΚΠΑ

- **«Αν γυμνάζομαι, οδηγώ καλύτερα;»**

Πέτρος Σταματέλος,

Ειδικευόμενος Νευρολογίας, PhDc Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ