

Ημέρες Υγείας & Ποιότητας Ζωής

Μαθαίνω ♥ Αλλάζω ♥ Ζω καλύτερα!



Παρασκευή 31/10/14 17.00 "Ποιοτικός χρόνος με τα παιδιά μας; Ώρα για απενοχοποίηση!"

Υπάρχουν ιδανικοί γονείς; "Πετάξτε" τις ενοχές κι αντιμετωπίστε με θετικό τρόπο τη γονεϊκότητα Αλεξάνδρα Καππάτου, Ψυχολόγος – Παιδοψυχολόγος

Απενοχοποιήστε τη σωστή διατροφή. Τα πράγματα είναι πιο εύκολα απ' όσο νομίζετε! Νίκος Καφετζόπουλος, Κλινικός Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

Πολύτιμες συμβουλές για να κάνετε την άσκηση παρέα με τα παιδιά σας... παιχνίδι! Β Κοζομπόλη, Πρόεδρος Συλλόγου Ελλήνων Ολυμπιονικών

Συντονισμός συζήτησης: Αθανασία Ανεζάκη, Δημοσιογράφος-Συνιδρύτρια 4yourfamily.gr



Σάββατο, 1/11/14 11.30 και 17.00. Επιτυχής Μητρικός Θηλασμός και φροντίδα νεογνού.

Με αφορμή την έναρξη της Παγκόσμιας εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού (1-7/11), ειδικοί από τη Μαιευτική – Γυναικολογική Κλινική ΙΑΣΩ θα δώσουν συμβουλές για επιτυχή Μητρικό Θηλασμό και φροντίδα του νεογνού. Η έγκαιρη και έγκυρη ενημέρωση, η ενθάρρυνση και η υποστήριξη ενισχύουν την αυτοπεποίθηση της μητέρας και καθησυχάζουν τις ανησυχίες της, ώστε να γίνει ευκολότερη η εγκατάσταση του Μητρικού Θηλασμού.



Παρασκευή 7/11/2014: 14:00 – 20:00 & Σάββατο 8/11/2014: 11:00 – 17:00

Μεγάλη διήμερη εκδήλωση ενημέρωσης για τη σκελετική υγεία & προληπτικού ελέγχου για την κύφωση/σκολίωση

Ο Σύλλογος Σκελετικής Υγείας «Πεταλούδα» υπό την αιγίδα του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών οργανώνουν μεγάλη διήμερη εκδήλωση για την σκελετική υγεία με **Δωρεάν Μετρήσεις Κύφωσης & Σκολίωσης**. Εξειδικευμένοι επιστήμονες θα συμβουλευσουν το κοινό για την πρόληψη, την άσκηση και φυσικά δεν θα λείψουν οι ... πολλές εκπλήξεις!



Παρασκευή 21/11, 17.00 – 20.00 & Σάββατο 22/11, 11.30 – 20.00, διήμερη εκδήλωση ενημέρωσης, πρόληψης και διαχείρισης του Σακχαρώδη Διαβήτη.

Ο Σύλλογος Νέων Ελλήνων Διαβητικών, «Σ.Υ.Ν.Ε.Δ.», υπό την αιγίδα του Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών, προσκαλεί σε 2ημερη εκδήλωση για την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση του κοινού, με δωρεάν μετρήσεις σακχάρου και αξιολόγηση των αποτελεσμάτων τους. Εξειδικευμένοι επιστήμονες και επιστημονικοί συνεργάτες θα ενημερώνουν το κοινό για την πρόληψη και διαχείριση του σακχαρώδη διαβήτη. Το Σάββατο θα είναι αφιερωμένο στο Νεανικό Διαβήτη, με μετρήσεις, διαδραστικά παιχνίδια σωστής διατροφής για τα παιδιά, διατροφικές ιστορίες από την εκπομπή «Πες μου μια γλυκιά ιστορία», του ραδιοφωνικού σταθμού www.mindradio.gr, καθώς και με μια μουσική έκπληξη (με την ευγενική υποστήριξη της εξειδικευμένης εταιρίας σε προϊόντα για την αντιμετώπιση και διαχείριση του Σακχαρώδη Διαβήτη, 'PARAPHARM').

