



Ελληνική Γεροντολογική και
Γηριατρική Εταιρεία

Από το 1977
Δίπλα στην τρίτη ηλικία!



Επιμορφωτική ημερίδα Η ευεξία στη γυναίκα

Σάββατο 07 Μαρτίου 2020

Ώρα 17:00

Αμφιθέατρο «Αντώνης Τρίτσης»
Πνευματικό Κέντρο Δήμου Αθηναίων
Ακαδημίας 50, Αθήνα

Ελεύθερη συμμετοχή

Συνδιοργάνωση:

Πανελλήνια Ένωση Εκπαιδευτικών Λειτουργών Φυσικής Αγωγής
Σοροπτιμιστικός Όμιλος «Λυκαβηττός»
Ελληνική Γεροντολογική και Γηριατρική Εταιρεία

Υπό την αιγίδα



ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

Οργανωτική Επιτροπή

- Μαρία Αλεβίζου, εκπαιδευτικός, Πρόεδρος της 1^{ης} Κοινότητας Δήμου Αθηναίων
- Μαρία Αποστολοπούλου, Πρόεδρος της 3^{ης} Κοινότητας Δήμου Αθηναίων
- Ανδριανή Βούξινου, εκπαιδευτικός, Γενική Γραμματέας της ΠΕΝΕΛΦΑ
- Ιωάννης Γ. Καραϊτιανός, Πρόεδρος Ελληνικής Γεροντολογικής και Γηριατρικής Εταιρείας
- Βασιλική Μπαλτήρα, Γενική Γραμματέας του Σοροπτιμιστικού Ομίλου Αθηνών «Λυκαβηττός»
- Ερατώ Παλαιολόγου, Πρόεδρος του Σοροπτιμιστικού Ομίλου Αθηνών «Λυκαβηττός»
- Βασιλική Τερζή εκπαιδευτικός, μέλος ΔΣ της ΠΕΝΕΛΦΑ
- Νικόλαος Τριπόδης, Πρόεδρος της ΠΕΝΕΛΦΑ

Επιστημονική Επιτροπή

- Ελευθέριος Αναστασάκης MD, MSc, PhD, DFFP, Μαιευτήρας, Χειρουργός, Γυναικολόγος, Επιμελητής Γυναικολογικής Κλινικής Ναυτικού Νοσοκομείου Αθηνών
- Δρ Ιωάννης Γ. Καραϊτιανός, Αμ. Επίκουρος Καθηγητής Χειρουργικής Πανεπιστημίου Αθηνών
- Λένα Κουτσελίνη, Ph.D, Παθολογοανατόμος- Κυτταρολόγος, τ. Αναπληρώτρια Καθηγήτρια της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ
- Ευρυδίκη Κραββαρίτη, MD, Α΄ Προπαιδευτική Παθολογική Κλινική, Ιατρική Σχολή Αθηνών
- Ειρήνη Λιδωρίκη MSc, Κλινική Διαιτολόγος – Διατροφολόγος
- Ερατώ Παλαιολόγου MEd, εκπαιδευτικός, Ειδική Γραμματέας της ΠΕΝΕΛΦΑ
- Δημήτριος Πατατούκας, Ιατρός φυσικής και ιατρικής αποκατάστασης ΦΙΑΠ, Διευθυντής Φυσικοθεραπευτηρίου Ασκληπιείου Βούλας
- Δρ Νικόλαος Τριπόδης, επίτιμος Σχολικός Σύμβουλος



Σάββατο, 07 Μαρτίου 2020

Πρόγραμμα

17:00-17:20 Προσέλευση, καφές

Προεδρείο

Ιωάννης Γ. Καραϊτιανός, Ελένη Κουτσελίνη, Ερατώ Παλαιολόγου, Νικόλαος Τριπόδης

17:20-17:30 Χαιρετισμοί

17:30-17:50 «Ο ρόλος της διατροφής στην ευεξία και την ποιότητα ζωής στην τρίτη ηλικία»,
Ειρήνη Λιδωρίκη

17:50-18:10 «Έλλειψη Βιταμίνης D», Ευρυδίκη Κραββαρίτη

18:10-18:30 «Σωματική άσκηση και φυσική δραστηριότητα», Δημήτριος Πατατούκας

18:30-18:50 «Εμμηνόπαυση και η διαχείρισή της», Ελευθέριος Αναστασάκης

18:50-19:10 «Δερματικές βλάβες και καρκίνος του δέρματος», Ιωάννης Γ. Καραϊτιανός

19:10-19:20 Αναστοχασμός, Σύνθεση, Συμπεράσματα

Συντονιστές Εκπαιδευτικής ημερίδας

Ερατώ Παλαιολόγου, Νικόλαος Τριπόδης