



AGENDA WSTĘPNA | DZIEŃ 1 (18.04)

stan na 10.02.2020 r.

„MEDYCINA STYLU ŻYCIA W PRAKTYCE”

8:30 – 11:30

Sesja warsztatowa #1 (kolejność alfabetyczna)

Aktywność fizyczna na receptę
Badania laboratoryjne w praktyce dietetyka
Budowanie zdrowych nawyków żywieniowych dzieci
Dialog motywujący
Insulinooporność
Techniki komunikacji a zmiana zachowań zdrowotnych
Medycyna kulinarna
MSZ – gra zespołowa – tworzenie i organizacja zespołów interdyscyplinarnych
Shinrin yoku
Zdrowy kręgosłup w miejscu pracy

12:00-14:00

Sesja warsztatowe #2 (kolejność alfabetyczna)

Budowanie dobrej relacji z jedzeniem
Dieta roślinna w praktyce
Jedzenie intuicyjne
Less waste i zero waste
Media społecznościowe w edukacji zdrowotnej
Mindfulness
Podstawy psychodietetyki
Praktyczna edukacja żywieniowo-kulinarna
Styl życia w niewydolności serca
Techniki relaksacyjne

14:30-15:50

Sesja wykładowa #1: Medycyna stylu życia w praktyce klinicznej

Program Dr. Deana Ornisha
Complete Health Improvement Program
Medycyna kulinarna
Prosto z gabinetu lekarza: studium przypadków klinicznych

16:00-17:20

Sesja wykładowa #2: Medycyna stylu życia systemowo

Edukacja żywieniowa
Podatek od cukru, akcyza na alkohol i inne rozwiązania
Polityka antytytoniowa w Polsce i na świecie – ocena skuteczności
Otoczenie sprzyjające zdrowiu – dobre praktyki

17:20-18:00

Sesja prezentacji ustnych



AGENDA WSTĘPNA | DZIEŃ 2 (19.04)

stan na 10.02.2020 r.

„ŻYWNOŚĆ. PLANETA. ZDROWIE.”

9:00 – 10:50

Sesja wykładowa #1: Wokół raportu EAT Lancet

11:05:12:50

Sesja wykładowa #2: Medycyna stylu życia fundamentem systemu ochrony zdrowia

13:30-14:30

Panel dyskusyjny: „Jak jeść?”

14:30-15:30

Sesja wykładowa #3: O sztuce zmiany zachowań zdrowotnych

15:45-17:15

Sesja równoległa #1: Medycyna rodzinna

Czy w gabinecie lekarza rodzinnego jest miejsce na MSZ?

Recepta na aktywność fizyczną

Recepta na zdrowe odżywianie

Recepta na niepalenie

Recepta na sen i zarządzanie stresem

15:45-17:15

Sesja równoległa #2: Pediatria

Medycyna stylu życia a otyłość i nadwaga u dzieci

1000 pierwszych dni

Warzywa w diecie dziecka – jak?

Aktywność fizyczna dzieci