



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