



Дорогие друзья,

Греческий Культурный Центр (ГКЦ) рад препроводить информацию о 18-й конференции по профилактике и здоровью «Здоровье для всех»

Греческий Культурный Центр-ГКЦ благодарит ведущего греческого журналиста **Ахиллеаса Пападионисиу** за предоставленную информацию.

Предлагаем вашему вниманию пост-релиз организаторов на русском и греческом языках:



18-я конференция по профилактике и здоровью «Здоровье для всех» открыта для всех пациентов!

Прошло 18 лет с тех пор, как Петалуда впервые организовала информационную конференцию, направленную на обучение самих пациентов!

С тех пор многое изменилось, и Петалуда расправила крылья!

Конференция начиналась как кампания по повышению осведомленности об остеопорозе и заболеваниях скелета и сегодня охватывает такие важные темы здравоохранения, как:

Заболевания опорно-двигательного аппарата, хронические венозные заболевания, респираторные заболевания, диабет, кардиологические заболевания, бессонница, физические упражнения и питание, пищевые добавки, менопауза, вакцинация, психология, коморбидность с другими заболеваниями. Как и каждый год, в этом году Ассоциация «Бабочка» намерена отметить Всемирный день остеопороза, организовав 18-ю профилактическую конференцию «Здоровье для всех» в субботу, 4 октября 2025 года, в отеле Divani Caravel.

Это единственная открытая для публики конференция, которая объединяет врачей и пациентов, информируя их о новейших достижениях.

Опытные специалисты передают свои знания, поддерживают зрелый диалог с пациентами и с энтузиазмом поддерживают работу «Бабочки».

Также для всех желающих будут проводиться профилактические осмотры, такие как: измерение плотности костной ткани, сканирование стоп, липометрия, проверка слуха, мышечное укрепление, консультации физиотерапевта, измерение уровня сахара в крови, подологические осмотры и т.д. Осмотры проводятся по предварительной записи.

Вход для членов бесплатный. Для тех, кто не является членом ассоциации, взимается символический вступительный взнос в размере 5 евро, собранные средства будут направлены на нужды ассоциации.

Информация и телефоны: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25.

Большое спасибо, ждем вас!

Ассоциация здоровья скелета Petalouda – некоммерческая организация, официально признанная Международным фондом остеопороза (IOF).

Petalouda – единственная признанная ассоциация, чья главная цель – информировать общественность об остеопорозе, питании, физических упражнениях, психологии, профилактике и здоровье скелета. Деятельность Petalouda распространяется как на территории Аттики, так и на всей территории Греции.

Petalouda поддерживает прекрасные рабочие отношения с научными ассоциациями, занимающимися остеопорозом, а также с Лабораторией исследований заболеваний опорно-двигательного аппарата Медицинского факультета Афинского университета. Petalouda в сотрудничестве с вышеуказанными организациями проводит эпидемиологические и другие исследования для сбора и обработки данных об этом хроническом заболевании. Petalouda также активно организует информационные дни, семинары, конференции и занимается публикацией публикаций. В результате этих долгосрочных усилий Ассоциация здоровья скелета Петалуда заняла первое место за выдающийся прогресс среди 186 стран на Всемирном конгрессе, состоявшемся в Майами (США) в декабре 2007 года, а также 1-ю премию среди 212 стран за создание лучшей рекламной кампании (Лучшая медиа-кампания) на Всемирном конгрессе ассоциаций остеопороза, состоявшемся в Хельсинки (Финляндия) с 31.05 по 02.06.2013 года.

Τηλ. Επικοινωνία: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25 email: info@osteocare.gr, URL: www.osteocare.gr

www.facebook.com/osteocaregr

www.youtube.com/osteoporosisgr

www.twitter.com/osteocaregr

www.instagram.com/petalouda_team

<https://www.linkedin.com/company/osteocaregr>

<https://www.tiktok.com/@sylogos.petalouda>



Πέρασαν 18 χρόνια από τότε που η Πεταλούδα οργάνωσε για πρώτη φορά ενημερωτικό Συνέδριο με στόχο την εκπαίδευση των ίδιων των ασθενών!

Από τότε πολλά έχουν γίνει και η Πεταλούδα άνοιξε τα φτερά της!

Το Συνέδριο ξεκίνησε ως καμπάνια ευαισθητοποίησης για την οστεοπόρωση και τις σκελετικές παθήσεις και **σήμερα** καλύπτει μεγάλες θεματικές της υγείας, όπως:

Μυοσκελετικές παθήσεις, Χρόνια Φλεβική νόσος, Αναπνευστικά προβλήματα, Διαβήτης, Καρδιολογικά νοσήματα, Αϋπνία, Άσκηση – Διατροφή, Συμπληρώματα διατροφής, Εμμηνόπαυση, Εμβολιασμοί, Ψυχολογία, Συνοσηρότητα με άλλες παθήσεις.

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος ο Σύλλογος Πεταλούδα σκοπεύει να γιορτάσει την Παγκόσμια Ημέρα Οστεοπόρωσης υλοποιώντας το **18^ο Συνέδριο Πρόληψης «Health for all»**, το **Σάββατο 4 Οκτωβρίου 2025**, στο ξενοδοχείο **Divani Caravel**.

Πρόκειται για το μοναδικό Συνέδριο, ανοιχτό στο κοινό, το οποίο φέρνει κοντά γιατρούς και ασθενείς, ενημερώνοντας τους για τα τελευταίες εξελίξεις.

Έμπειροι, εξειδικευμένοι επιστήμονες μεταφέρουν τις γνώσεις τους, στηρίζουν τον ώριμο διάλογο με τους ασθενείς και στηρίζουν ένθερμα το έργο της Πεταλούδας.

Παράλληλα, θα πραγματοποιηθούν προληπτικές εξετάσεις για όλο τον κόσμο όπως: εξετάσεις οστικής πυκνότητας, πελματογράφηματα, λιπομετρήσεις, εξετάσεις ακοής, εξέταση μυϊκής ενδυνάμωσης, συμβουλευτική φυσικοθεραπεία, μέτρηση σακχάρου, ποδιατρική εξέταση κ.α. Οι εξετάσεις πραγματοποιούνται με ραντεβού.

Η είσοδος για τα μέλη είναι δωρεάν. Για τα μη μέλη υπάρχει μια συμβολική τιμή εισόδου στα 5€ και τα έσοδα θα διατεθούν για τους σκοπούς του σωματείου.

Πληροφορίες και τηλέφωνα στο: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25.

Ευχαριστούμε πολύ και σας περιμένουμε!

Ο Σύλλογος Σκελετικής Υγείας Πεταλούδα είναι ένα μη κερδοσκοπικό σωματείο επίσημα αναγνωρισμένο από το Διεθνές Ίδρυμα Οστεοπόρωσης (IOF).

Η Πεταλούδα αποτελεί το **μοναδικό αναγνωρισμένο σωματείο** το οποίο σαν κύριο στόχο έχει την **ενημέρωση του κοινού** γύρω από την **οστεοπόρωση**, τη **διατροφή**, την **άσκηση**, τη **ψυχολογία**, την **πρόληψη** και την **σκελετική υγεία**. Η δράση της Πεταλούδας επεκτείνεται τόσο μέσα στα όρια της Αττικής όσο και σε ολόκληρη την Ελλάδα.

Η Πεταλούδα διατηρεί άριστη σχέση συνεργασίας με επιστημονικά σωματεία που ασχολούνται με την οστεοπόρωση καθώς και με το Εργαστήριο Έρευνας Παθήσεων Μυοσκελετικού Συστήματος του Πανεπιστημίου Αθηνών της

Ιατρικής Σχολής. Η Πεταλούδα σε συνεργασία με τους παραπάνω φορείς διεξάγει επιδημιολογικές και άλλες μελέτες προκειμένου να συγκεντρωθούν και να επεξεργαστούν στοιχεία για την χρόνια αυτή νόσο.

Η Πεταλούδα επίσης δραστηριοποιείται στην διοργάνωση ενημερωτικών ημερίδων, σεμιναρίων, συνεδρίων και στην έκδοση εντύπων.

Αποτέλεσμα της πολύχρονης αυτής προσπάθειας ήταν ο Σύλλογος Σκελετικής Υγείας, Πεταλούδα να κατακτήσει την πρώτη θέση για την εξέχουσα πορεία του, μεταξύ 186 χωρών, στο Παγκόσμιο Συνέδριο που διεξήχθη στο Miami των Ηνωμένων Πολιτειών τον Δεκέμβριο του 2007 καθώς και το 1^ο βραβείο μεταξύ 212 χωρών για τη δημιουργία της καλύτερης καμπάνιας δημοσιοποίησης (Best Media Campaign), στο Παγκόσμιο Συνέδριο των Συλλόγων για την Οστεοπόρωση που διεξήχθη στο Ελσίνκι της Φιλανδίας, στις 31/5 – 2/6/2013.

Τηλ. Επικοινωνίας: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25 email: info@osteocare.gr, URL: www.osteocare.gr

www.facebook.com/osteocaregr

www.youtube.com/osteoporosisgr

www.twitter.com/osteocaregr

www.instagram.com/petalouda_team

<https://www.linkedin.com/company/osteocaregr>

<https://www.tiktok.com/@syllogos.petalouda>



18^ο

ανοιχτό για το κοινό

ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ & ΥΓΕΙΑΣ «HEALTH FOR ALL»

ΣΑΒΒΑΤΟ
4/10/25
ΕΣΘΙΑΣΤΗΡΙΟ
Divani Caravel | ΑΘΗΝΑ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΙΛΙΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

10:00 - 10:45

Η διατροφή του μέλλοντος και τα μυστικά της μακροζωίας. Κερνάμε πρωινό!

Μελίνα Σελάλμα
Σύμβουλος Διατροφής

12:15 - 12:45

Οστεοπόρωση: τα τελευταία δεδομένα

Γεώργιος Τροβάς
Ενδοκρινολόγος
Επ. Συνεργάτης ΕΕΠΜΣ

14:15 - 15:00

Από την καρδιά ως τα οστά - πρακτική γυμναστική!

Ιωάννα Δουρδούνη
Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής
KinisiFit

16:30 - 17:00

Αγάπη δίχως όρια και όρια με αγάπη

Αναστασία Κοτσοπούλου
Δρ. Ψυχολογίας

► **Κλήρωση 5 Echolight** ◀

10:45 - 11:15

Οστεοπόρωση, οστεοπενία, Βιταμίνη D: οδηγίες για καλή σκελετική υγεία

Αθανάσιος Φλώρος
Ρευματολόγος

12:45 - 13:15

Γυναίκα και Καρδιά

Κατερίνα Στεφανάκη
Ενδοκρινολόγος Γ.Ν. Αλεξάνδρα

15:00 - 15:30

Αϋπνίες: ένα σύγχρονο πρόβλημα ανεξαρτήτου ηλικίας

Λαμπρινή Καρβούνη
Γενικός Οικογενειακός Ιατρός

17:00 - 17:30

Ινομυαλγία ή χρόνια κόπωση; Γιατί αισθάνομαι συνέχεια κουρασμένη;

Κατερίνα Κατσαλήρα
Ρευματολόγος

11:15 - 11:45

Βαριά, πρησμένα πόδια: μια συχνή αλλά άγνωστη πάθηση. Πώς μπορώ να τα αντιμετωπίσω αποτελεσματικά;

Σπυριδών Βασδέκης
Ομ. Καθηγητής
Αγγειοχειρουργικής ΕΚΠΑ

13:15 - 13:45

Συμπληρώματα διατροφής και βιταμίνες: πού μπορούν να με βοηθήσουν;

Αφροδίτη Ηλιάδου
Διαιτολόγος - Διατροφολόγος
Master Practitioner in Eating Disorders and Obesity

15:30 - 16:00

Προσέχω τα δόντια μου σημαίνει προσέχω την υγεία και την ψυχολογία μου

Γεώργιος Μπουκουβάλας
Χειρ. Οδοντίατρος,
Συνεργάτης ΕΕΣ

17:30 - 18:00

Ερωτήσεις & απαντήσεις για τον Χρόνιο Μυοσκελετικό Πόνο & την Οσφυαλγία

Νικόλαος Παπαϊωάννου
Αν. Καθηγητής Ορθοπαιδικής
Πανεπιστημίου Αθηνών

11:45 - 12:15

Η σημασία της πρόληψης και του εμβολιασμού, κυρίως σε ομάδες υψηλού κινδύνου

Βασιλική Γεωργακοπούλου
Πνευμονολόγος - Φυματιολόγος,
Επιμ. Κλινικής Παθολογικής
Φυσιολογίας ΕΚΠΑ

13:45 - 14:15

Η αλήθεια για τη χρήση των διφωσφονικών φαρμάκων & η αξία της συνεχιζόμενης θεραπείας

Κωνσταντίνος Σταθόπουλος
Χειρ. Ορθοπαιδικός,
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής
ΕΚΠΑ

16:00 - 16:30

Οστεοπενία: είναι τόσο αθώα όσο νομίζουμε;

Κωνσταντίνος Μακρής
Χειρ. Ορθοπαιδικός - Αθλητίατρος

18:00 - 18:30

Άσκηση και χορός: ποιά τα οφέλη; Ζωντανή συμμετοχή.

Μαρία Μπουγιέση
PhD, Καθηγήτρια ελληνικού χορού για Προαγωγή Ευεξίας

ΠΑΡΑΛΛΗΛΗ ΖΩΝΗ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ (10:00-19:00)

ΟΙ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΜΟΝΟ ΚΑΤΟΠΙΝ ΡΑΝΤΕΒΟΥ

10:00 - 19:00

ΜΕΤΡΗΣΗ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ

10:00 - 19:00

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΚΟΗΣ

10:00 - 19:00

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ

10:00 - 18:00

ΛΙΠΟΜΕΤΡΗΣΗ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΣΒΕΣΤΙΟΥ

10:00 - 18:00

ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΗΜΑ - ΠΟΔΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ

12:30 - 15:30

ΕΞΕΤΑΣΗ ΦΛΕΒΩΝ

12:00 - 15:00

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΕΚΤΙΜΗΣΗ -

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

12:00 - 16:00

ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ

& ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΑΚΡΩΝ

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΡΑΝΤΕΒΟΥ**

**213 20 86 698
6979 25 25 70
6979 25 10 25**

Συμβολική τιμή εισόδου: 5€. Τα μέλη: Δωρεάν. Για γκρουπ άνω των 25 ατόμων: 3€/άτομο.
Η είσοδος για τα επίσημα μέλη του Συλλόγου μας είναι ελεύθερη μόνο με την επίδειξη της κάρτας μέλους τους.

www.osteocare.gr



МЫ ВМЕСТЕ !!! МЫ – ЕДИНЫЙ МИР !!!

**ВМЕСТЕ МЫ СИЛЬНЕЕ, МОЩНЕЕ, ВМЕСТЕ МЫ
ДУХОВНО БОГАЧЕ и, на самом деле, СЧАСТЛИВЕЕ !!!**



Πεταλούδα
σύλλογος σκελετικής υγείας

18^ο Συνέδριο
Πρόληψης & Υγείας
«Health for all»
ανοιχτό για το κοινό

Το Κέντρο Ελληνικού Πολιτισμού – Κ.Ε.Π είναι στην ευχάριστη θέση να προωθήσει ενημέρωση σχετικά με το 18^ο Συνέδριο Πρόληψης & Υγείας «Health for all» - ανοιχτό για όλους του ασθενείς!

Το Κ.Ε.Π. ευχαριστεί τον διακεκριμένο Έλληνα δημοσιογράφο **Αχιλλέα Παπαδιονυσίου** για την παροχή ενημέρωσης.

Παραθέτουμε σχετικό δελτίο τύπου των διοργανωτών:



18^ο Συνέδριο Πρόληψης & Υγείας «Health for all»

ανοιχτό για όλους του ασθενείς!

Πέρασαν 18 χρόνια από τότε που η Πεταλούδα οργάνωσε για πρώτη φορά ενημερωτικό Συνέδριο με στόχο την εκπαίδευση των ίδιων των ασθενών!

Από τότε πολλά έχουν γίνει και η Πεταλούδα άνοιξε τα φτερά της!

Το Συνέδριο ξεκίνησε ως καμπάνια ευαισθητοποίησης για την οστεοπόρωση και τις σκελετικές παθήσεις και **σήμερα** καλύπτει μεγάλες θεματικές της υγείας, όπως:

Μυοσκελετικές παθήσεις, Χρόνια Φλεβική νόσος, Αναπνευστικά προβλήματα, Διαβήτης, Καρδιολογικά νοσήματα, Αυπνία, Άσκηση – Διατροφή, Συμπληρώματα διατροφής, Εμμηνόπαυση, Εμβολιασμοί, Ψυχολογία, Συνοσηρότητα με άλλες παθήσεις.

Όπως κάθε χρόνο έτσι και φέτος ο Σύλλογος Πεταλούδα σκοπεύει να γιορτάσει την Παγκόσμια Ημέρα Οστεοπόρωσης υλοποιώντας το **18^ο Συνέδριο Πρόληψης «Health for all»**, το **Σάββατο 4 Οκτωβρίου 2025**, στο ξενοδοχείο **Divani Caravel**.

Πρόκειται για το μοναδικό Συνέδριο, ανοιχτό στο κοινό, το οποίο φέρνει κοντά γιατρούς και ασθενείς, ενημερώνοντας τους για τα τελευταίες εξελίξεις.

Εμπειροί, εξειδικευμένοι επιστήμονες μεταφέρουν τις γνώσεις τους, στηρίζουν τον ώριμο διάλογο με τους ασθενείς και στηρίζουν ένθερμα το έργο της Πεταλούδας.

Παράλληλα, θα πραγματοποιηθούν προληπτικές εξετάσεις για όλο τον κόσμο όπως: εξετάσεις οστικής πυκνότητας, πελματογράφηματα, λιπομετρήσεις, εξετάσεις ακοής, εξέταση μυϊκής ενδυνάμωσης, συμβουλευτική φυσικοθεραπεία, μέτρηση σακχάρου, ποδιατρική εξέταση κ.α. Οι εξετάσεις πραγματοποιούνται με ραντεβού.

Η είσοδος για τα μέλη είναι δωρεάν. Για τα μη μέλη υπάρχει μια συμβολική τιμή εισόδου στα 5€ και τα έσοδα θα διατεθούν για τους σκοπούς του σωματείου.

Πληροφορίες και τηλεφωνα στο: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25.

Ευχαριστούμε πολύ και σας περιμένουμε!

Ο Σύλλογος Σκελετικής Υγείας Πεταλούδα είναι ένα μη κερδοσκοπικό σωματείο επίσημα αναγνωρισμένο από το Διεθνές Ίδρυμα Οστεοπόρωσης (IOF).

Η Πεταλούδα αποτελεί το **μοναδικό αναγνωρισμένο σωματείο** το οποίο σαν κύριο στόχο έχει την **ενημέρωση του κοινού** γύρω από την **οστεοπόρωση**, τη **διατροφή**, την **άσκηση**, τη **ψυχολογία**, την **πρόληψη** και την **σκελετική υγεία**. Η δράση της Πεταλούδας επεκτείνεται τόσο μέσα στα όρια της Αττικής όσο και σε ολόκληρη την Ελλάδα.

Η Πεταλούδα διατηρεί **άριστη σχέση συνεργασίας** με **επιστημονικά σωματεία** που ασχολούνται με την οστεοπόρωση καθώς και με το **Εργαστήριο Έρευνας Παθήσεων Μυοσκελετικού Συστήματος του Πανεπιστημίου Αθηνών της Ιατρικής Σχολής**. Η Πεταλούδα σε συνεργασία με τους παραπάνω φορείς διεξάγει **επιδημιολογικές και άλλες μελέτες προκειμένου να συγκεντρωθούν και να επεξεργαστούν** στοιχεία για την χρόνια αυτή νόσο.

Η Πεταλούδα επίσης δραστηριοποιείται στην **διοργάνωση ενημερωτικών ημερίδων, σεμιναρίων, συνεδρίων** και στην **έκδοση εντύπων**.

Αποτέλεσμα της πολύχρονης αυτής προσπάθειας ήταν ο Σύλλογος Σκελετικής Υγείας, Πεταλούδα να κατακτήσει την **πρώτη θέση** για την εξέχουσα πορεία του, μεταξύ 186 χωρών, στο **Παγκόσμιο Συνέδριο** που διεξήχθη στο **Miami των Ηνωμένων Πολιτειών τον Δεκέμβριο του 2007** καθώς και το **1^ο βραβείο** μεταξύ 212 χωρών για τη δημιουργία της καλύτερης καμπάνιας δημοσιοποίησης (Best Media

Campaign), στο Παγκόσμιο Συνέδριο των Συλλόγων για την Οστεοπόρωση που διεξήχθη στο Ελσίνκι της Φιλανδίας, στις 31/5 – 2/6/2013.

Τηλ. Επικοινωνίας: 213 2086698, 6979 25 25 70, 6979 25 10 25 email:

info@osteocare.gr, URL: www.osteocare.gr

www.facebook.com/osteocaregr

www.youtube.com/osteoporosisgr

www.twitter.com/osteocaregr

www.instagram.com/petalouda_team

<https://www.linkedin.com/company/osteocaregr>

<https://www.tiktok.com/@syllogos.petalouda>



18^ο

Συνέδριο ΠΡΟΛΗΨΗΣ & ΥΓΕΙΑΣ
«HEALTH FOR ALL»

ανοιχτό για το κοινό

ΣΑΒΒΑΤΟ

4/10/25

ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ
Divani Caravel | ΑΘΗΝΑ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΙΛΙΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

<p>10:00 - 10:45 Η διατροφή του μέλλοντος και τα μυστικά της μακροζωίας. Κερνάμε πρωινό! Μελίνα Σελάλα Σύμβουλος Διατροφής</p>	<p>12:15 - 12:45 Οστεοπόρωση: τα τελευταία δεδομένα Γεώργιος Τροβάς Ενδοκρινολόγος Επ. Συνεργάτης ΕΕΠΜΣ</p>	<p>14:15 - 15:00 Από την καρδιά ως τα οστά - πρακτική γυμναστική! Ιωάννα Δουρδούνη Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής KinisiFit</p>	<p>16:30 - 17:00 Αγάπη δίχως όρια και όρια με αγάπη Αναστασία Κοτσοπούλου Δρ. Ψυχολογίας ▶ Κλήρωση 5 Echolight ◀</p>
<p>10:45 - 11:15 Οστεοπόρωση, οστεοπενία, Βιταμίνη D: οδηγίες για καλή σκελετική υγεία Αθανάσιος Φλώρος Ρευματολόγος</p>	<p>12:45 - 13:15 Γυναίκα και Καρδιά Κατερίνα Στεφανάκη Ενδοκρινολόγος Γ.Ν. Αλεξάνδρα</p>	<p>15:00 - 15:30 Αϋπνίες: ένα σύγχρονο πρόβλημα ανεξαρτήτου ηλικίας Λαμπρινή Καρβώνη Γενικός Οικογενειακός Ιατρός</p>	<p>17:00 - 17:30 Ινομυαλγία ή χρόνια κόπωση; Γιατί αισθάνομαι συνέχεια κουρασμένη; Κατερίνα Κατσαλήρα Ρευματολόγος</p>
<p>11:15 - 11:45 Βαριά, πρησμένα πόδια: μια συχνή αλλά άγνωστη πάθηση. Πώς μπορώ να τα αντιμετωπίσω αποτελεσματικά; Σπυρίδων Βασδέκης Ομ. Καθηγητής Αγγειοχειρουργικής ΕΚΠΑ</p>	<p>13:15 - 13:45 Συμπληρώματα διατροφής και βιταμίνες: πού μπορούν να με βοηθήσουν; Αφροδίτη Ηλιάδου Διαιτολόγος - Διατροφολόγος Master Practitioner in Eating Disorders and Obesity</p>	<p>15:30 - 16:00 Προσέχω τα δόντια μου σημαίνει προσέχω την υγεία και την ψυχολογία μου Γεώργιος Μπουκουβάλας Χειρ. Οδοντίατρος, Συνεργάτης ΕΕΣ</p>	<p>17:30 - 18:00 Ερωτήσεις & απαντήσεις για τον Χρόνιο Μυοσκελετικό Πόνο & την Οσφυαλγία Νικόλαος Παπαϊωάννου Αν. Καθηγητής Ορθοπαιδικής Πανεπιστημίου Αθηνών</p>
<p>11:45 - 12:15 Η σημασία της πρόληψης και του εμβολιασμού, κυρίως σε ομάδες υψηλού κινδύνου Βασιλική Γεωργακοπούλου Πνευμονολόγος - Φυματιολόγος, Επιμ. Κλινικής Παθολογικής Φυσιολογίας ΕΚΠΑ</p>	<p>13:45 - 14:15 Η αλήθεια για τη χρήση των διφωσφονικών φαρμάκων & η αξία της συνεχιζόμενης θεραπείας Κωνσταντίνος Σταθόπουλος Χειρ. Ορθοπαιδικός, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ</p>	<p>16:00 - 16:30 Οστεοπενία: είναι τόσο αθώα όσο νομίζουμε; Κωνσταντίνος Μακρής Χειρ. Ορθοπαιδικός - Αθλητίατρος</p>	<p>18:00 - 18:30 Άσκηση και χορός: ποιά τα οφέλη; Ζωντανή συμμετοχή. Μαρία Μπουγιέση PhD, Καθηγήτρια ελληνικού χορού για Προαγωγή Ευεξίας</p>
<p>18:30 - 19:30 Κλείσιμο Συνεδρίου & πάρτυ για όλους!</p>			

ΠΑΡΑΛΛΗΛΗ ΖΩΝΗ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ (10:00-19:00)

ΟΙ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΜΟΝΟ ΚΑΤΟΠΙΝ ΡΑΝΤΕΒΟΥ

10:00 - 19:00	ΜΕΤΡΗΣΗ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ	12:30 - 15:30	ΕΞΕΤΑΣΗ ΦΛΕΒΩΝ
10:00 - 19:00	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΚΟΗΣ	12:00 - 15:00	ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΕΚΤΙΜΗΣΗ - ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ
10:00 - 19:00	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ	12:00 - 16:00	ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ & ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΥΝΑΜΗΣ ΑΚΡΩΝ
10:00 - 18:00	ΛΙΠΟΜΕΤΡΗΣΗ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΣΒΕΣΤΙΟΥ		
10:00 - 18:00	ΠΕΛΜΑΤΟΓΡΑΦΗΜΑ - ΠΟΔΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ		

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
ΡΑΝΤΕΒΟΥ

213 20 86 698
6979 25 25 70
6979 25 10 25

Συμβολική τιμή εισόδου: 5€. Τα μέλη: Δωρεάν. Για γκρουπ άνω των 25 ατόμων: 3€/άτομο.
 Η είσοδος για τα επίσημα μέλη του Συλλόγου μας είναι ελεύθερη μόνο με την επίδειξη της κάρτας μέλους τους.



www.ostecare.gr

ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ !!! ΕΙΜΑΣΤΕ ΕΝΑΣ ΕΝΙΑΙΟΣ ΚΟΣΜΟΣ !!!
 ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ !!! ΜΑΖΙ ΠΑΡΑΜΕΝΟΥΜΕ ΔΥΝΑΤΟΤΕΡΟΙ,
 ΣΘΕΝΑΡΟΤΕΡΟΙ, ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΕΜΠΛΟΥΤΙΣΜΕΝΟΙ και ειλικρινά
 ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΙ !!!

