



W40
Hellas

γυναίκες
στην
ογκολογία

“Ζην και Ευζην”

Ενημέρωση και βιωματικά σεμινάρια
διατροφής, άσκησης και διαχείρισης άγχους
για ασθενείς με καρκίνο, τις οικογένειές τους,
τους φίλους τους και τους φροντιστές τους

Ηράκλειο Κρήτης
Κυριακή 3 Φεβρουαρίου 2019,
10:30 - 15:30
Ibis Styles Heraklion Central



Η σημασία της διατροφής

- στην πρόληψη του καρκίνου
- κατά τη διάρκεια της θεραπείας
- στην αποθεραπεία



Τσι κονγκ: η ευγενική άσκηση για το σώμα και την ψυχή

- στην πρόληψη του καρκίνου
- κατά τη διάρκεια της θεραπείας
- στην αποθεραπεία



Η σημασία της ψυχικής ενδυνάμωσης και της διαχείρισης του άγχους

- στην πρόληψη του καρκίνου
- κατά τη διάρκεια της θεραπείας
- στην αποθεραπεία

Σε συνεργασία:

Ασκληπιός ΔΙΑΓΝΩΣΙΣ
Ασκληπιείον Κρήτης
Παθολογική Ογκολογική Κλινική ΠαΓΝΗ
Ογκολογικό Τμήμα Γ.Ν. Ηρακλείου “Βενιζέλειο”
ΕΥΖΩ με τον Καρκίνο

Υπό την αιγίδα



ΕΤΑΙΡΙΑ
ΟΓΚΟΛΟΓΩΝ
ΠΑΘΟΛΟΓΩΝ
ΕΛΛΑΔΑΣ



ΙΑΤΡΙΚΟΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
REGION OF CRETE

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 10:30 - 11:00** Προσέλευση - Εγγραφές
- 11:00 - 12:30 ΟΜΙΛΙΕΣ**
Προεδρείο: Ζ. Σαριδάκη, Ε. Λινάρδου, Α. Χριστοπούλου, Α. Νικολαΐδη, Α. Ψυρρή, Ε. Γαλάνη, Σ. Αγγελάκη
(Παθολόγοι - Ογκολόγοι, Μέλη της Συντονιστική Επιτροπής των "Γυναικών στην Ογκολογία - W4O Hellas")
Ανδριανή Αγγελιδάκη (Δημοσιογράφος - Παρουσιάστρια)
Μαρίνα Τζανάκη (Φαρμακοποιός, με Μεταπτυχιακό στη Διοίκηση Μονάδων Υγείας, Μέλος ΔΣ "ΕΥΖΩ με τον Καρκίνο")
- 11:00 - 11:45** Μύθοι και αλήθειες για τις κλινικές μελέτες: Τι είναι κλινική μελέτη; Γιατί να συμμετέχω;
Ομιλητής: Μ. Σαλούστρος (Παθολόγος - Ογκολόγος)
- 11:45 - 12:15** Dr Google: Ιατρικά νέα και άρθρα στα ΜΜΕ και στο Internet. Πώς μπορείς να ξέρεις ότι είναι ακριβείς και αληθινές οι πληροφορίες;
Ομιλητής: Σ. Κολοκοτρώνη (Δημοσιογράφος)
- 12:15 - 16:00** Βιωματικά σεμινάρια
Τσι κονγκ, διατροφής, άσκησης και διαχείρισης άγχους για ασθενείς με καρκίνο, τις οικογένειές τους, τους φίλους τους και τους φροντιστές τους
- 12:15 - 12:30** Γνωριμία με τους συντελεστές
- 12:30 - 13:30** Τσι κονγκ: η ευγενική άσκηση για το σώμα και την ψυχή
• στην πρόληψη του καρκίνου
• κατά τη διάρκεια της θεραπείας
• στην αποθεραπεία
Συντελεστές: Ελένη Κουταλά (ΕΔΙΠ Ιατρικής Σχολής ΠΚ και Δασκάλα Τσι Τσι)
- 13:30 - 14:30** Η σημασία της διατροφής
• στην πρόληψη του καρκίνου
• κατά τη διάρκεια της θεραπείας
• στην αποθεραπεία
Συντελεστές: Στυλιανός Λιναρδάκης (Διατροφολόγος - Διαιτολόγος / Προϊστάμενος Τμήματος Διατροφής Βενιζέλειου Νοσοκομείου)
- 14:30 - 15:30** Η σημασία της ψυχικής ενδυνάμωσης και της διαχείρισης του άγχους
• στην πρόληψη του καρκίνου
• κατά τη διάρκεια της θεραπείας
• στην αποθεραπεία
Συντελεστές: Ρίτα Παπαδάκη (Κλινική Ψυχολόγος)
Κλινική "Άγιος Χαράλαμπος"