

ΣΑΒΒΑΤΟ
13|04|2019
10:00-16:00

ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «Ν. ΛΟΥΡΟΣ» ΜΗΤΕΡΑ



από ζευγάρι γονείς

Ανοιχτή εκδήλωση για νέα ζευγάρια



είσοδος
ελεύθερη

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Σας προσκαλούμε να παρακολουθήσετε την ημερίδα που θα πραγματοποιηθεί στο ΜΗΤΕΡΑ, το **Σάββατο 13 Απριλίου**, ώρα **10:00** με **σημαντικά θέματα** και **ομιλίες επιστημόνων υγείας** για τη Διατροφή, Ομορφιά και την Περιποίηση, τη Ψυχολογία και την Επιστροφή του νεογνού στο σπίτι.

Στο τέλος της εκδήλωσης σας περιμένουν εκπλήξεις και πλούσια δώρα!

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ



10:00 - 10:05 Καλωσόρισμα από την κ. Ειρήνη Ζυγοπούλου,
υπεύθυνη Επικοινωνίας NOUFIO Communication Services

10:05 - 10:20 Διατροφή στην εγκυμοσύνη
Ανδριάντα Τσιμπονέριου, Ενδοκρινολόγος,
Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Αναπληρώτρια Διευθύντρια
Τμήματος Ενδοκρινολογίας, Μεταβολισμού και Σακχαρώδη Διαβήτη
ΜΗΤΕΡΑ

10:20 - 10:35 Διαβήτης κύησης: Τι πρέπει να προσέξουμε
Ευανθία Διαμάντη - Κανδαράκη, Ενδοκρινολόγος - Διαβητολόγος,
Καθηγήτρια Ιατρικής Σχολής Παν/μίου Αθηνών,
Διευθύντρια Τμήματος Ενδοκρινολογίας & Διαβήτη Ομίλου ΥΓΕΙΑ

10:35 - 10:50 Μητρικός θηλασμός: στάση ζωής
Σοφία Δήμου, Μαία, Ομάδα Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ

10:50 - 11:05 Διατροφή βρέφους 6-12 μηνών
Ηλίας Μπούζιος, Παιδίατρος,
Επιμελητής Παιδιατρικής Κλινικής Παιδων ΜΗΤΕΡΑ

11:05 - 11:20 Άσκηση και απώλεια βάρους
Πέτρος Θωμάκος, Παθολόγος - Διαβητολόγος,
Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Συνεργάτης Διαβητολογικού
Κέντρου και Κλινικής ΥΓΕΙΑ

11:20 - 11:40 Διάλειμμα Καφέ

**11:40 - 11:55 Οι αλλαγές στο δέρμα και οι μεταβολές του σώματος
την περίοδο μετά τον τοκετό**
Κυριάκος Βολονάκης, Δερματολόγος,
Επιστημονικός Υπεύθυνος Δερματολογικού Τμήματος - Αισθητικής
Δερματολογίας και Αντιγήρανσης DoCare ΜΗΤΕΡΑ

**11:55 - 12:15 Εξειδικευμένες Ανάγκες του Ευαίσθητου Δέρματος
της Μητέρας και του Νεογέννητου**
Τόλης Γιακουμάκης,
Επιστημονικός Διευθυντής La Roche-Posay

12:15 - 12:55 Ελαφρύ γεύμα

ΔΙΑΤΡΟΦΗ

ΟΜΟΡΦΙΑ-ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ

ΣΑΒΒΑΤΟ
13 | 04 | 2019

ημερίδα

10:00-16:00

ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «Ν. ΛΟΥΡΟΣ»
ΜΗΤΕΡΑ

- ◆ Συντονίστρια εκδήλωσης:
Ειρήνη Ζυγοπούλου, υπεύθυνη Επικοινωνίας
NOUFIO Communication Services

ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

- 12:55 - 13:10** **Τι θα πρέπει να γνωρίζω πριν γεννήσω;**
Ελένη Βασιώτου, Προϊσταμένη Μαία,
Συντονίστρια Αίθουσας τοκετών ΜΗΤΕΡΑ
- 13:10 - 13:25** **Νέοι γονείς, νέοι ρόλοι, νέες προκλήσεις**
Ελίνα Γκίκα, Ψυχολόγος,
Διευθύντρια Τμήματος Ψυχικής Υγείας & Ψυχολογικής Υποστήριξης
ΜΗΤΕΡΑ
- 13:25 - 13:40** **Επιλόχεια κατάθλιψη**
Νικόλαος Τσόπελας, Ψυχίατρος, Συνεργάτης Ομίλου ΥΓΕΙΑ
- 13:40 - 13:55** **Πρόωρο νεογνό**
Μένη Σακλαμάκη - Κοντού, Παιδίατρος - Νεογνολόγος,
Διευθύντρια Μονάδας Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών ΜΗΤΕΡΑ
- 13:55 - 14:10** **Διάλειμμα Καφέ**

ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

- 14:10 - 14:25** **Η φροντίδα του βρέφους σε απλά βήματα**
Κατερίνα Χατζή, Μαία ΜΗΤΕΡΑ
- 14:25 - 14:40** **Ορόσημα ανάπτυξης βρέφους 0 - 12 μηνών**
Δέσποινα Μπαστάκη, Αναπτυξιολόγος,
Επιστημονική Συνεργάτης Τμήματος Αναπτυξιακής Παιδιατρικής
Παίδων ΜΗΤΕΡΑ
- 14:40 - 14:55** **Ασφάλεια στο σπίτι**
Γιώργος Χατζηγεωργίου, Παιδίατρος,
Αναπληρωτής Διευθυντής Παιδιατρικής Κλινικής Παίδων ΜΗΤΕΡΑ
- 14:55 - 15:10** **Η σημασία του εμβολιασμού**
Χαρά Ασημάκη, Παιδίατρος - Λοιμξιολόγος,
Επιστημονική Συνεργάτης Τμήματος Παιδιατρικών Λοιμώξεων
Παίδων ΜΗΤΕΡΑ
- 15:10 - 15:20** **Υπηρεσία Πρόβα τοκετού ΜΗΤΕΡΑ**
Κατερίνα Αγαπητού, Εμπορική Διεύθυνση Ομίλου ΥΓΕΙΑ
- 15:20 - 16:00** **Μεγάλη Κλήρωση**
Ανακοίνωση των νικητών και παραλαβή των Δώρων

ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΧΟΡΗΓΟΙ



ΤΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΗΜΕΡΙΔΑΣ
ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «Ν. ΛΟΥΡΟΣ»
ΜΗΤΕΡΑ - Ερυθρού Σταυρού 6, 151 23, Μαρούσι - Αθήνα