

1^ο

Πανελλήνιο Συνέδριο
με διεθνή συμμετοχή

EXERCISE is Medicine

Η σπουδαιότητα της σωματικής άσκησης
στην πρόληψη και θεραπεία χρόνιων νόσων



Exercise
is Medicine®
Greece

6+7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

Αμφιθέατρο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή Αθηνών
Μικράς Ασίας 75, Γουδή

Πέμπτη 14 Μαρτίου 2024

Δελτίο Τύπου

Γίνεται πραγματικότητα το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο «Exercise is Medicine»

Το Εθνικό Κέντρο «Exercise is Medicine – Greece» διοργανώνει φέτος το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο «Exercise is Medicine» στο Αμφιθέατρο Φυσιολογίας της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στις **6 & 7 Απριλίου 2024**. Η επιλογή των ημερομηνιών διεξαγωγής έχουν ειδικό συμβολισμό, καθώς εκείνες τις ημέρες τιμώνται η «Παγκόσμια Ημέρα Σωματικής Δραστηριότητας» και η «Παγκόσμια Ημέρα Υγείας».

Στο διήμερο Συνέδριο συμμετέχουν σύνεδροι από όλη την Ελλάδα και στόχος είναι να αναδειχθεί η σπουδαιότητα της - επιστημονικά τεκμηριωμένης - σωματικής άσκησης στο σχεδιασμό προγραμμάτων πρόληψης και θεραπείας ποικίλων χρόνιων νόσων. Πρόκειται για ένα πρωτοπόρο και πολύ ενδιαφέρον Συνέδριο που θα διεξαχθεί δια ζώσης, διατηρώντας συγχρόνως τις δυνατότητες εξ αποστάσεως (διαδικτυακής) παρακολούθησης. Θα φιλοξενήσει διακεκριμένους ομιλητές από όλη την Ελλάδα, προσκεκλημένους ομιλητές διεθνούς κύρους στο πεδίο της έρευνας και εφαρμογής της άσκησης σε κλινικούς πληθυσμούς, και εξέχοντες θεσμικούς εκπροσώπους του παγκόσμιου δικτύου Exercise is Medicine®.

Στο συνέδριο θα παρουσιασθούν **οι σημαντικότερες επιστημονικές εξελίξεις και τα σύγχρονα ερευνητικά και κλινικά δεδομένα που αφορούν στο ρόλο της σωματικής άσκησης στην πρόληψη και τη θεραπεία χρόνιων νόσων, με ενδεικτικές θεματικές την εφαρμογή της άσκησης σε καρδιαγγειακά και μεταβολικά νοσήματα, αναπνευστικές παθήσεις, νευροεκφυλιστικές νόσους και στον καρκίνο**. Οι εργασίες του συνεδρίου θα είναι εμπλουτισμένες με ειδικά κλινικά φροντιστήρια, καθώς και παράλληλες δράσεις/εκδηλώσεις που προγραμματίζονται προσυεδριακά σε όλη τη χώρα.

Το 1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο “Exercise is Medicine” φιλοδοξεί να παρέχει εξειδικευμένη γνώση στους συνέδρους και να αποτελέσει πεδίο ευρύτερου διεπιστημονικού και κοινωνικού διαλόγου για την αξιοποίηση της σωματικής άσκησης στην υγεία. Το συνέδριο τελεί υπό την αιγίδα των Υπουργείων Υγείας και Παιδείας, Θρησκευμάτων & Αθλητισμού, καθώς και της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και των Τ.Ε.Φ.Α.Α. της χώρας.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το Συνέδριο μπορείτε να βρείτε [εδώ](#).

Αν μπορούσαμε να δώσουμε σε κάθε άτομο την σωστή ποσότητα διατροφής και άσκησης – ούτε πολύ λιγότερη, ούτε πολύ περισσότερη – τότε θα είχαμε βρει τον ασφαλέστερο τρόπο για την Υγεία.

Ιπποκράτης
(460-370 Π.Χ.)

1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο με διεθνή συμμετοχή

EXERCISE is Medicine

Η σπουδαιότητα της σωματικής άσκησης
στην πρόληψη και θεραπεία χρόνιων νόσων



Exercise
is Medicine®
Greece

6+7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

Αμφιθέατρο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή Αθηνών
Μικράς Ασίας 75, Γουδή

Το Συνέδριο υλοποιείται με την ευγενική χορηγία των εταιρειών:

- TECHNOGYM
- Alpha Pilates Systems
- ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ Π.Χ. ΠΑΣΧΑΛΙΔΗΣ
- Broken Hill Publishers Ltd
- COCO-MAT-HOTEL
- New York College
- ΚΑΡΑΜΠΙΝΗΣ MEDICAL A.E.
- Serinth

Λίγα λόγια για το Εθνικό Κέντρο «[Exercise is Medicine-Greece](https://exerciseismedicine.gr/)»:

Το Εθνικό Κέντρο Exercise is Medicine–Greece (<https://exerciseismedicine.gr/>) είναι ο εθνικός εκπρόσωπος και μέλος του παγκόσμιου δικτύου με την επωνυμία Exercise is Medicine®, στόχος του οποίου είναι η προώθηση της σωματικής άσκησης στο γενικό πληθυσμό και η ενσωμάτωσή της στα εθνικά συστήματα υγείας των χωρών. Στο ίδιο πνεύμα, το ελληνικό Εθνικό Κέντρο στοχεύει στην προαγωγή της άσκησης και την ενσωμάτωσή της στην κλινική πρακτική, συμβάλλοντας στη βελτίωση της δημόσιας υγείας και τη μείωση του κόστους της στους Έλληνες πολίτες.

Αν μπορούσαμε να δώσουμε σε κάθε άτομο την σωστή ποσότητα διατροφής και άσκησης – ούτε πολύ λιγότερη, ούτε πολύ περισσότερη – τότε θα είχαμε βρει τον ασφαλέστερο τρόπο για την Υγεία.

Ιπποκράτης
(460–370 Π.Χ.)