



**ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ
ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ
ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ
“EXERCISE IS
MEDICINE-**GREECE**”
2024**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΡΚΙΝΟΥ
ΕΛΛΟΚ



**Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ
ΣΤΟ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ
ΣΥΝΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ
ΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ**

WYNDHAM GRAND ATHENS

2-4.2.2024

Κυριακή 4 Φεβρουαρίου 2024

Στρογγυλή τράπεζα

**«Από τη θεωρία στην πράξη: Κίνηση για ζωή»,
στο πλαίσιο του 8ου Ετήσιου Συνεδρίου της ΕΛΛΟΚ,
με τίτλο:**

**«Ο Άνθρωπος στο Επίκεντρο: Συν-Δημιουργώντας το Πλαίσιο»,
Wyndham Grand Athens, Αθήνα**



Υπό την Αιγίδα

ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΘΗΡΟΣΚΛΗΡΩΣΗΣ

ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΛΙΠΙΔΙΟΛΟΓΙΑΣ ΑΘΗΡΟΣΚΛΗΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΝΟΣΟΥ



Πανελλήνιες Εκπαιδευτικές Ημερίδες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας «Γ. Παπαδάκης»

24^ο
έτος



ΦΥΣΙΚΗ
ΠΑΡΟΥΣΙΑ

«Η Διατροφή στην Πρόληψη
και Αντιμετώπιση του Σακχαρώδη Διαβήτη,
των παραγόντων Καρδιαγγειακού κινδύνου
και των Μεταβολικών Νοσημάτων»

08 - 10 Φεβρουαρίου 2024

Ξενοδοχείο

Divani Caravel

ΚΕΓΜ Τουριστικές και Συνεδριακές Επιχειρήσεις Α.Ε. Congress World
Μιχαλακοπούλου 27, 115 28 Αθήνα
Διοργάνωση Συνεδρίων, Δημόσιες Σχέσεις
Τηλ.: 210 72 10001, 210 72 10052, FAX: 210 72 10051
website: congressworld.gr

8-10 Φεβρουαρίου 2024

Πανελλήνιες Εκπαιδευτικές Ημερίδες «Γ. Παπαδάκης»

Η διατροφή στην προληψη και αντιμετώπιση του
σακχαρώδη διαβήτη, των παραγόντων καρδιαγγειακού
κινδύνου και των μεταβολικών νοσημάτων.

Divani Caravel

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2024

ΠΟΛΥΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ

ΝΑΥΤΙΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ



ΤΕΤΑΡΤΗ
21.02.24

Αίθουσα Διαλέξεων
ΝΑΥΤΙΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ
ΑΘΗΝΩΝ



ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΙ ΦΟΡΕΙΣ



Εθνικός Σύνδεσμος
Νοσηλευτών Ελλάδας ΕΣΝΕ



ΕΕΦΙΑΠ
Ελληνική Εταιρεία Φυσικής
Ιατρικής & Αποκατάστασης

Exercise
is Medicine
Greece

ΔΩΡΕΑΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Χορηγούνται Μόρια Συνεχιζόμενης Ιατρικής Εκπαίδευσης
από τον Πανελλήνιο Ιατρικό Σύλλογο

Οργάνωση - Γραμματεία
free spirit
getting you there!

Θεσσαλονίκης 12, 153 44 Γέρακας, Αθήνη
Τ: 210 6048260, F: 210 6047457
E: info@free-spirit.gr
www.free-spirit.gr

Τετάρτη 21 Φεβρουαρίου 2024

**Συμμετοχή του Εθνικού κέντρου στην
Πολυθεματική Επιστημονική Ημερίδα
του Ναυτικού Νοσοκομείου Αθηνών**

Ημερίδα στη μνήμη του Σταύρου Δεδούκου

9 Μαρτίου 2024

X·AGON
FITNESS LEGACY

FITNESS LEGACY
Conference

Αφιέρωμα στον ασπράγκτο Σταύρο Δεδούκο
Το Δόκιμο | Τον Επαγγελματία | Τον Ανήλικο



Υγεία και Άσκηση.
Πρόληψη - Μακροζωία - Ευ ζειν.
Κλειστό γήπεδο ΤΑΕ KWON DO

X·AGON
FITNESS LEGACY

FITNESS LEGACY
Conference

X·AGON
FITNESS LEGACY

FITNESS LEGACY
Conference



Τρίτη, 19 Μαρτίου 2024

**Ημερίδα Εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Β΄ Αθήνας
με θέμα «Προαγωγή της Άσκησης στην Εκπαίδευση»**

Αμφιθέατρο 1ου και 2ου ΕΠΑΛ Αγίας Παρασκευής Αττικής

Ομιλητές: Αναστάσιος Φιλίππου, Φλώρα Ζαράνη, Χρήστος Τριάντης.

Οργάνωση: Ομάδα Εργασίας «Προαγωγή της Άσκησης στην Εκπαίδευση»

**ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ
“EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024**



29 Μαρτίου 2024

Πρόγραμμα Θεραπευτικής Άσκησης σε ωφελούμενους στο Κέντρο Ημέρας Άνοιας Ιωαννίνων

Οργάνωση: Ομάδα Εργασίας «Άσκηση και Ψυχική Υγεία» σε συνεργασία με την Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Έρευνας και Παρέμβασης (ΕΨΕΠ).

Η δράση πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του

1^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου με διεθνή συμμετοχή “Exercise is Medicine**”**



Παρασκευή, 5 Απριλίου 2024

Δράση με θέμα «ΗΜΕΡΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ – Η ΑΣΚΗΣΗ ΕΙΝΑΙ ΦΑΡΜΑΚΟ»

Οργάνωση: Ομάδα Εργασίας «Προαγωγή της Άσκησης στην Εκπαίδευση»,

με τη συμμετοχή 18 συνολικά σχολείων Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης (5 από την Αθήνα και 13 από την Κρήτη)

με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Σωματικής Δραστηριότητας 2024





Exercise
is Medicine®
Greece



ΤΙΤΛΟΣ προσυνεδριακής επιστημονικής ημερίδας:

Άσκηση το κλειδί της υγιούς γήρανσης.

Παρασκευή, 5 Απριλίου 2024

Επιστημονική Διαδικτυακή και δια ζώσης Ενημερωτική Ημερίδα με θέμα: «Άσκηση: το κλειδί της υγιούς γήρανσης»,

στην Αίθουσα Διαλέξεων Πανελληνίου Ινστιτούτου Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, στη Θεσσαλονίκη,

**στο πλαίσιο των προσυνεδριακών δράσεων του
1ου Πανελληνίου Συνεδρίου με διεθνή συμμετοχή “Exercise is Medicine”**

Εισηγητές: Βασιλική Σ. Γαροπούλου, Χρήστος Α. Μουζακίδης



Παρασκευή 12 Απριλίου 2024

**Στρογγυλή τράπεζα
«Η ΑΣΚΗΣΗ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΕ ΧΡΟΝΙΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ»**

**στο πλαίσιο του 12ου Διεθνούς Συνεδρίου
«Ιατρική της Άθλησης στον 21ο Αιώνα»,
ΤΕΦΑΑ Θεσσαλονίκης ΑΠΘ**



ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
Ελευθίου Σοφ. 35524 Ρυθιάσι
Τ 2551 247743, 2551 247746
E info@tefaaevents.gr

ΑΘΗΝΑ
Βασιλίσσης Σ & Αλεξ. Α. Σουφλίου 98, 11527 Καλλιθέα
Τ 210 5250905
E athens@tefaaevents.gr

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2024



1^ο Πανελλήνιο Συνέδριο
με διεθνή συμμετοχή

**EXERCISE
is Medicine**

Η σπουδαιότητα της σωματικής άσκησης
στην πρόληψη και θεραπεία χρόνιων νόσων

ΥΒΡΙΔΙΚΟ

6+7
ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

Αμφιθέατρο
Φυσιολογίας
Ιατρική Σχολή
Αθηνών
Μικράς Ασίας 75, Γουδή

ExeRcise
is Medicine
Greece

ΕΓΓΡΑΦΗ
<https://www.eventora.com/el/Events/exercise-is-medicine-2024>
congress@exerciseismedicine.gr

ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΝΕΑ & ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ

Ολοκληρώθηκε το 1ο Πανελλήνιο
Συνέδριο «Exercise is Medicine»

16-17 Απριλίου 2024

1ο Πανελλήνιο Συνέδριο με διεθνή συμμετοχή "Exercise is Medicine"

Ποικίλες προσυνεδριακές δράσεις, κλινικά φροντιστήρια, παρουσιάσεις ερευνητικών εργασιών και κλινικών μελετών και επιστημονικές συζητήσεις υψηλού επιπέδου παρείχαν ένα εξαιρετικά γόνιμο περιβάλλον για την ανταλλαγή απόψεων, εμπειριών και προτάσεων μεταξύ επιστημόνων της υγείας και της άσκησης, ερευνητών και εκπαιδευτικών.

Στα κύρια συμπεράσματα του Συνεδρίου συγκαταλέγεται η σημαντικότητα και η ανάγκη ανάπτυξης ενός δικτύου εμπιστοσύνης και συνεργασίας μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών υγείας, των επιστημόνων της άσκησης και της κοινωνίας, για την προώθηση της άσκησης στην κλινική πρακτική και τη συνταγογράφησης της από το Εθνικό Σύστημα Υγείας.

<https://exerciseismedicine.gr/kentrikes-omilies/>

<https://exerciseismedicine.gr/synedeykseis/>

<https://exerciseismedicine.gr/prosinedriakes-drasesis/>

10^η

ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ

Σύγχρονες προκλήσεις στην
Κλινική Εργοσπιρομετρία &
την ΚαρδιοΑναπνευστική
Αποκατάσταση



18 ΜΑΪΟΥ 2024



ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΕΚΠΑ
ΓΙΜΣ Κλινική
Εργοσπιρομετρία, Άσκηση
Προηγμένη Τεχνολογία
& Αποκατάσταση



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΕΡΓΟΣΠΙΡΟΜΕΤΡΙΑΣ
ΑΣΚΗΣΗΣ & ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Exercise
is Medicine
Greece

Blocks Rehab
ΦΙΛΟΚΤΗΤΗΣ
Κέντρο
Αποκατάστασης &
Αποθεραπείας

ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

ΧΟΡΗΓΕΙΤΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

www.filoktitis.com.gr | 210 6670 000

18 Μαΐου 2024

Η Ελληνική Εταιρεία Εργοσπιρομετρίας, Άσκησης και
Αποκατάστασης σε συνεργασία με το
Εθνικό Κέντρο “**Exercise Is Medicine – Greece**”
διοργάνωσε
Διεπιστημονική Εκπαιδευτική Ημερίδα με τίτλο
“Σύγχρονες προκλήσεις στην Κλινική Εργοσπιρομετρία &
Καρδιοαναπνευστική Αποκατάσταση”,
στο Κέντρο Αποκατάστασης και Αποθεραπείας “Blocks
Rehab ΦΙΛΟΚΤΗΤΗΣ”

Αθήνα, 12 Ιουνίου 2024 Μνημόνιο Συνεργασίας με την Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης

Exercise
is Medicine®
Greece



Μνημόνιο Συνεργασίας

σε εκπαιδευτικό, επιστημονικό και ερευνητικό επίπεδο

του Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα»

(Exercise is Medicine - GREECE)

με την Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης

1. Το Ελληνικό Εθνικό Κέντρο «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα», με έδρα την Αθήνα, Μικράς Ασίας 75, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ (Εργαστήριο Φυσιολογίας, κτήριο 16), 11527, Γουδής-Αθήνα, το οποίο εκπροσωπείται από τον Πρόεδρο του Διοικητικού Συμβουλίου (ΔΣ), κ. Αναστάσιο Φιλίππου, Αναπληρωτή Καθηγητή της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ), και
2. Η «Ελληνική Εταιρεία Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης» με έδρα την Αθήνα, 3ης Σεπτεμβρίου 144, ΤΚ 11251, που εκπροσωπείται από τον Πρόεδρο του ΔΣ κ. Γρηγόρη Μπογδάνη, Καθηγητή της Σ.Ε.Φ.Α.Α. του ΕΚΠΑ,

αι οποίαι θα καλούνται εφεξής «συμβαλλόμενοι», σύμφωνα με την απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου του Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα» (Τακτική Συνεδρίαση της 18^{ης} Απριλίου 2024) και του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιοχημείας και Φυσιολογίας της Άσκησης (80^η Συνεδρίαση του Δ.Σ. της 11-6-2024) συμφώνησαν και συναποδέχονται τα ακόλουθα:

ΠΡΟΟΙΜΙΟ

Στο πλαίσιο κοινών στόχων των δύο συμβαλλόμενων φορέων:

- Το όραμα του μη κερδοσκοπικού Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάδα» είναι η ανάδειξη της σημασίας και του ρόλου που έχει η σωματική άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία ασθενειών ή παθήσεων, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας ή οικονομικής κατάστασης, με ελάχιστο κόστος για το Εθνικό Σύστημα Υγείας, προς όφελος ολόκληρης της ελληνικής κοινωνίας.

Αθήνα, 18 Ιουνίου 2024 Μνημόνιο Συνεργασίας με την Ελληνική Εταιρεία Εσωτερικής Παθολογίας

Exercise
is Medicine®
Greece



Μνημόνιο Συνεργασίας

σε εκπαιδευτικό, επιστημονικό και ερευνητικό επίπεδο

του Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα»

(Exercise is Medicine - GREECE)

με την Ελληνική Εταιρεία Εσωτερικής Παθολογίας

1. Το Ελληνικό Εθνικό Κέντρο «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα», με έδρα την Αθήνα, Μικράς Ασίας 75, Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ (Εργαστήριο Φυσιολογίας, κτήριο 16), 11527, Γουδής-Αθήνα, το οποίο εκπροσωπείται από τον Πρόεδρο του Διοικητικού Συμβουλίου (ΔΣ), κ. Αναστάσιο Φιλίππου, Αναπληρωτή Καθηγητή Φυσιολογίας - Φυσιολογίας της Άσκησης της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (ΕΚΠΑ), και
2. Η «Ελληνική Εταιρεία Εσωτερικής Παθολογίας» με έδρα την Αθήνα, Λεωφ. Κηφισίας 46, που εκπροσωπείται από τον Πρόεδρο του ΔΣ, κ. Νικόλαο Τεντολούρη, Καθηγητή Παθολογίας – Διαβητολογίας της Ιατρικής Σχολής του ΕΚΠΑ,

αι οποίοι θα καλούνται εφεξής «συμβαλλόμενοι», σύμφωνα με την απόφαση του Διοικητικού Συμβουλίου του Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Ελλάδα» (τακτική συνεδρίαση της 18ης Απριλίου 2024) και του Διοικητικού Συμβουλίου της Ελληνικής Εταιρείας Εσωτερικής Παθολογίας (συνεδρίαση της 10^{ης} Ιουνίου 2024) συμφώνησαν και συναποδέχονται τα ακόλουθα:

ΠΡΟΟΙΜΙΟ

Στο πλαίσιο κοινών στόχων των δύο συμβαλλόμενων φορέων:

- Το όραμα του μη κερδοσκοπικού Εθνικού Κέντρου «Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάδα» είναι η ανάδειξη του ρόλου που έχει η σωματική άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία ασθενειών ή παθήσεων, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας ή οικονομικής κατάστασης, με ελάχιστο κόστος για το Εθνικό Σύστημα Υγείας, προς όφελος ολόκληρης της ελληνικής κοινωνίας.
- Το Εθνικό Κέντρο «Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάδα» ενημερώνει και ενθαρρύνει τον ιατρικό κόσμο και τους οργανισμούς παροχής υπηρεσιών υγείας της χώρας να ενσωματώσουν στην κλινική πρακτική την επιστημονικά

Πέμπτη 13 Ιουνίου 2024
Ομιλία στη συνεδρία με θέμα «Η επιδημία της παχυσαρκίας:
Στρατηγικές αντιμετώπισης»



ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ
Δημόσιας Υγείας 2024

ΤΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ▾

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΟΜΙΛΗΤΕΣ

ΧΟΡΗΓΟΙ

ΧΡΗΣΙΜΑ

ΝΕΑ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ 2024

«Η υγεία του πληθυσμού υπό το πρίσμα της
κλιματικής κρίσης»

📍 Σχολή Δημόσιας Υγείας ΠΑ.Δ.Α.

📅 13–15 Ιουνίου 2024

στο πλαίσιο του Πανελληνίου Συνεδρίου Δημόσιας Υγείας 2024
«Η υγεία του πληθυσμού υπό το πρίσμα της κλιματικής κρίσης»
Ελληνική Εταιρεία Δημόσιας Υγείας (Ε.Ε.Δ.Υ.), ΠΑΔΑ



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ
“EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024



Εταιρεία
Ιατρικών Σπουδών



Ετήσιο
Πανελλήνιο
Ιατρικό
Συνέδριο **2024**

Αυτοάνοσα, Αυτοφλεγμονώδη, Ρευματικά, Μυοσκελετικά και Μεταβολικά Νοσήματα

Συνεργασία των ιατρικών ειδικοτήτων, Θεραπευτικές εξελίξεις,
Αναδυόμενες θεραπείες και Ποιότητα ζωής των ασθενών

28-30

Ιουνίου 2024

ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ
VOLOS PALACE HOTEL

Βόλος



Θεσσαλονίκη: Σταδίου 50Α, 55534 Πυλαία, Θεσσαλονίκη Τηλ: 2310 247743, 2310 247734, e-mail: info@globalevents.gr
Αθήνα: Βαλάντρα 2 & Λεωφ. Α. Συγγρού 168, 17671 Καλλιθέα, Αθήνα, Τηλ: 210 3250260, e-mail: athens@globalevents.gr
www.globalevents.gr

Σάββατο, 29 Ιουνίου 2024

Θεματική ενότητα με τίτλο: Θεραπευτική Άσκηση στην Ιατρική,
από το Εθνικό κέντρο “**Exercise Is Medicine – Greece**”,

Ετήσιο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο 2024
«Αυτοάνοσα, Αυτοφλεγμονώδη, Ρευματικά, Μυοσκελετικά και
Μεταβολικά Νοσήματα»,
Ξενοδοχείο Volos Palace, Βόλος.

11.00-12.00

10^η ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΙΑΤΡΙΚΗ

Συνεργασία: ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ «EXERCISE IS
MEDICINE», ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗΣ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ
& ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΙΑΤΡΙΚΗ-ΙΕΦΑΙ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ

Προεδρείο: Μ. Κουτσιλιέρης

Άσκηση και οστεοπόρωση

Α. Φιλίππου

Θεραπευτική άσκηση και ρευματικά νοσήματα

Π. Αθανασίου

Καλύτερη υγεία για άτομα με αναπηρία. Ο ρόλος της άσκησης

Χ. Ευαγγελινού

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024

30 Ιουλίου 2024

Ομιλία του Προέδρου του Εθνικού κέντρου **Exercise Is Medicine – Greece** με θέμα
«EXERCISE IS MEDICINE: Establishing physical exercise as an integral part of health
care»

στο πλαίσιο του

3rd International Rehabilitation Conference

by Metropolitan College, Αθήνα

Athens, Greece

8-9, November 2024



UNDER THE AUSPICES



HELLENIC REPUBLIC
Ministry of Migration & Asylum

Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου 2024



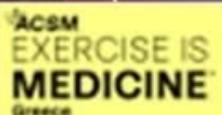
Ισσωρία Αρτεμις

ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΔΟΛΙΧΟΣ ΔΡΟΜΟΣ
50 Σταδίων (9.613,5 μέτρα)

ΑΡΧΑΙΑ ΤΕΥΘΩΡΝΗ ΚΟΤΡΩΝΑ
Δήμος Ανατολικής Μάνης

ΣΗΜΕΙΟ ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ
Λιμάνι Σκουταρίου ώρα 10:00

ΤΕΡΜΑΤΙΣΜΟΣ
Λιμάνι Κότρωνα



Issoria Artemis Run

ΟΡΓΑΝΩΣΗ

- ▶ ΔΗΜΟΣ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗΣ ΜΑΝΗΣ
- ▶ ΟΜΟΙΟΙ ΤΗΣ ΜΑΝΗΣ Ινστιτούτο για την Προβολή & την Ανάπτυξη της Μάνης
- ▶ ΙΕΦΑΙ Ινστιτούτο Εφαρμοσμένης Φυσιολογίας & Άσκησης στην Ιατρική
- ▶ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών



ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ www.homoioimanis.com

Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου 2024

Χορήγηση αιγίδας και
συμμετοχή του ΔΣ και μελών του Εθνικού κέντρου
Exercise Is Medicine – Greece
στον 6^ο ΑΓΩΝΑ ΔΡΟΜΟΥ «ΙΣΣΩΡΙΑ ΑΡΤΕΜΙΣ 2024»

που οργανώθηκε από το Ινστιτούτο για την προβολή και
την ανάπτυξη της Μάνης «ΟΜΟΙΟΙ της ΜΑΝΗΣ»



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024



Κυριακή 29 Σεπτεμβρίου 2024

Συμμετοχή του Εθνικού κέντρου [Exercise Is Medicine – Greece](#) στο συμβολικό αγώνα δρόμου και περίπατο του 16ου [Greece Race For the Cure®](#), το οποίο αναδείχθηκε ως η 2η μεγαλύτερη διοργάνωση [Race for the Cure®](#) στην Ευρώπη!



ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΧΡΟΝΙΚΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ:
1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024 – 30 ΜΑΪΟΥ 2025

*Το πρόγραμμα επιλέχθηκε στον 7ο κύκλο του προγράμματος
«Σημεία Στήριξης» του Ιδρύματος Μποδοσάκη.
-Πρόληψη και Προαγωγή Υγείας Ενηλίκων-
ιατοδότης: Κοινωνικό Ίδρυμα Κοινωνικού και Πολιτιστικού Έργου - ΚΙΚΠΕ)*

Εγγραφές – Πληροφορίες

ΑΘΗΝΑ: 210-746 2612 (από 15:00 – 18:30) & 693 667 90

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: 2310-810411, (εσωτερικό 154)



1 Οκτωβρίου 2024

Το Εθνικό Κέντρο «**Exercise Is Medicine – Greece**» και το Πανελλήνιο Ινστιτούτο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων επιλέχθηκαν προς χρηματοδότηση από το Κοινωνικό Ίδρυμα Κοινωνικού και Πολιτιστικού Έργου – ΚΙΚΠΕ, για την εφαρμογή του 8μηνου Προγράμματος
“Πρόληψη: Παρέμβαση σωματικής άσκησης και διατροφής σε ενήλικες 50 ετών και άνω με στόχο την υγιή γήρανση-«Εκαμήδη»”

90 **Επιστημονικό Forum**

4-6
Οκτωβρίου 2024

Ογκολογία
Quo Vadis?
Για Διασταυρούμενα
Μονοπάτια της Υγείας

Μάνη
Ξενοδοχείο
Porto Vitilo

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΣΥΝΕΛΕΣΙΩΝ

GA ΧΟΡΗΓΗΣΟΥΝ
 22 ΜΟΡΙΑ
 ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗΣ
 ΑΤΡΙΚΗΣ
 ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
 (CME-CFD)

Τηλ. : 210 6867552-3
 E-mail: info@gk.gr
 Site: www.gk.gr

4 Οκτωβρίου 2024

**Συμμετοχή του Εθνικού Κέντρου
Exercise Is Medicine – Greece**

στη Στρογγυλή τράπεζα

«Καρκίνος και τρόπος ζωής»

στο πλαίσιο του

**9ου Επιστημονικού Forum με τίτλο
Ογκολογία: Quo Vadis?**

**Ελληνικό Κολλέγιο Μαστολογίας,
ξενοδοχείο Porto Vitilo, Λακωνία**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗΣ ΠΑΘΟΛΟΓΙΑΣ | HELLENIC SOCIETY OF INTERNAL MEDICINE
Αδ. Μπ. Κηφισίας 46, 115 26 Αθήνα | 46 Kifissias Ave, 115 26 Athens, Greece
Tel: (+30) 210 7245 421 • www.hsintmed.gr • hsintmed@hsintmed.gr • info@hsintmed.gr



27^ο

Πανελλήνιο Συνέδριο

Εσωτερικής Παθολογίας

www.hsintmed2024.gr

Προάγοντας τη γνώση στην
Παθολογία επί 37 χρόνια

2-5 Οκτωβρίου
2024

στο ΜΕΓΑΡΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΘΗΝΩΝ

Αθήνα

Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση στην Παθολογία:
Τι νεότερο στη διάγνωση και στη θεραπεία των
νοσημάτων που αντιμετωπίζει ο Παθολόγος

ΠΡΟΘΕΣΜΙΑ ΥΠΟΒΟΛΗΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ: 30 ΙΟΥΝΙΟΥ 2024



Θεσσαλονίκης 12, 153 44 Γέρακας, Τ: 2106048260, Ε: info@free-spirit.gr www.free-spirit.gr

4 Οκτωβρίου 2024

Ομιλία του Προέδρου του Εθνικού κέντρου

Exercise Is Medicine – Greece

με θέμα

«Θεραπευτική άσκηση: Αρχές εφαρμογών και η αναγνώρισή της
ως συμπληρωματική θεραπεία για τα χρόνια νοσήματα»

στο πλαίσιο του

27^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Εσωτερικής
Παθολογίας (Ε.Ε.Ε.Π.),

στο Μέγαρο Διεθνές Συνεδριακό Κέντρο Αθηνών.

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024

Σάββατο, 5 Οκτωβρίου 2024

Χορήγηση αιγίδας στην 9η Ημερίδα Διατροφής που διοργάνωσε η Εταιρεία Μελέτης Παραγόντων Κινδύνου για Αγγειακά Νοσήματα (Ε.Μ.Πα.Κ.Α.Ν.) με θέμα «Διατροφικές παρεμβάσεις στην Πρόληψη και Αντιμετώπιση των Καρδιομεταβολικών Παραγόντων Κινδύνου»,
Λαϊκό Νοσοκομείο, Αθήνα



9^η Ημερίδα Διατροφής

Σάββατο 5 Οκτωβρίου 2024

Λαϊκό Νοσοκομείο, Αθήνα



Διατροφικές Παρεμβάσεις στην Πρόληψη
και Αντιμετώπιση των Καρδιομεταβολικών
Παραγόντων Κινδύνου

Υπό την Αιγίδα

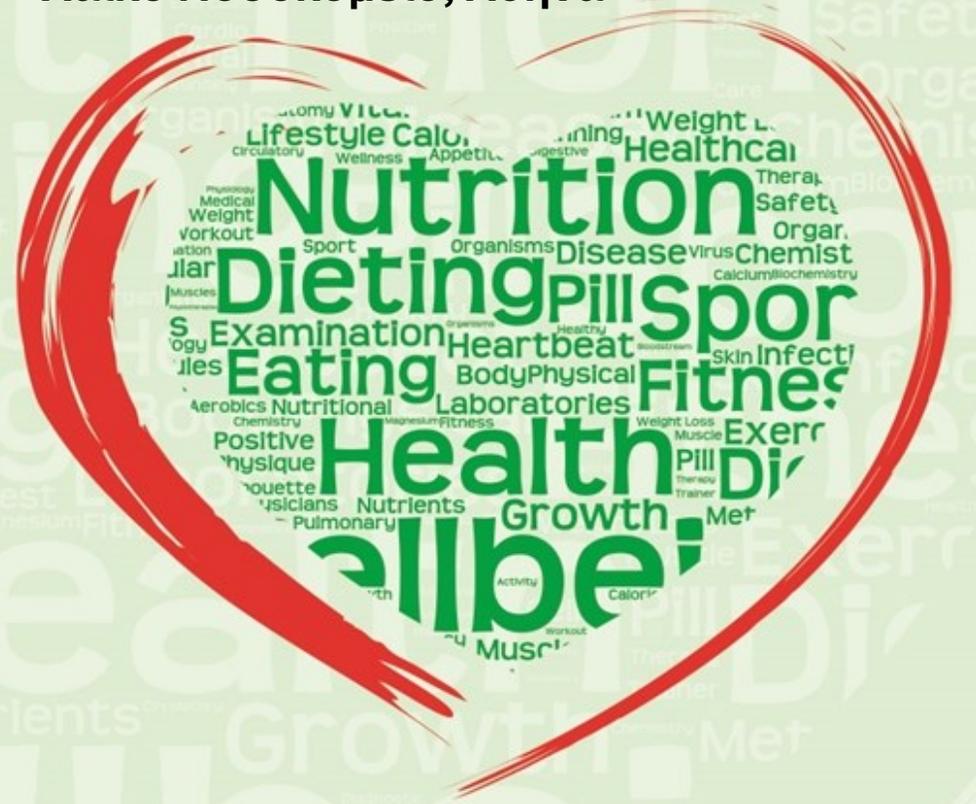


Ένωσης Διαιτολόγων -
Διατροφολόγων Ελλάδος
(Ε.Δ.Δ.Ε.)

Exercise
is Medicine
Greece

Εθνικού Κέντρου
"Exercise is Medicine - Greece"

Σε Συνεργασία με τη
Νοσηλευτική Υπηρεσία Γ.Ν.Α. ΛΑΪΚΟ



The poster features a light blue background with a large, stylized 'C' in red and green on the left. The text 'Cardio LIFEstyle 2024' is prominently displayed. Below it, a white Greek sentence reads 'Μία μοναδική 2ημερη γιορτή για την καρδιά, για όλους μας!'. The dates '5 & 6 Οκτωβρίου 2024' are in large blue font, followed by 'ΣΕΡΑΦΕΙΟ' and the address 'Κέντρο Αθλητισμού, Πολιτισμού & Καινοτομίας Πειραιώς - Αθήνα'. At the bottom left, it says 'Live Event με φυσική παρουσία'. On the right, there is a circular graphic with a colorful globe and the text 'Συνδιοργανωτές' above the logos for 'ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ' and 'Exercise is Medicine Greece'.

**Cardio
LIFEstyle
2024**

Μία μοναδική 2ημερη γιορτή για την καρδιά, για όλους μας!

Save the date!
5 & 6 Οκτωβρίου 2024
ΣΕΡΑΦΕΙΟ
Κέντρο Αθλητισμού, Πολιτισμού & Καινοτομίας
Πειραιώς - Αθήνα

Live Event με φυσική παρουσία

Συνδιοργανωτές
ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ
Exercise is Medicine
Greece

5-6 Οκτωβρίου 2024

Το Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας και το Εθνικό Κέντρο “**Exercise Is Medicine – Greece**”,
συνδιοργάνωσαν

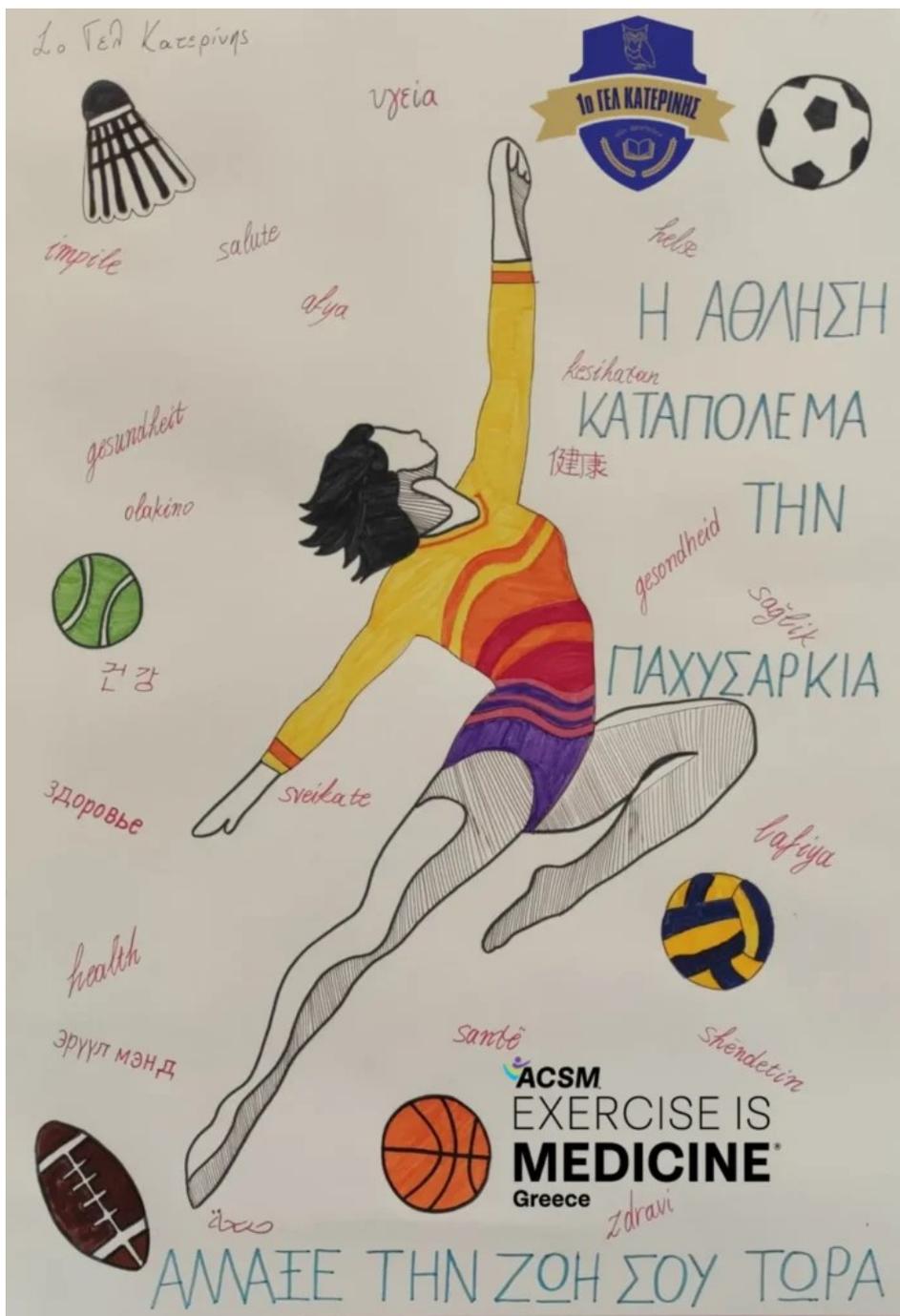
Διήμερη επιστημονική και ενημερωτική εκδήλωση για την καρδιά «**CARDIO LIFE STYLE 2024**»
στο «Σεράφειο», στην Αθήνα.



21-23 Οκτωβρίου 2024

Το Εθνικό Κέντρο **“Exercise Is Medicine – Greece”**, ως μέλος του δικτύου Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας Action4obesity συμμετείχε στο **“1ο Συνέδριο για την Αντιμετώπιση της Επιδημίας της Παχυσαρκίας”** με την ομιλία του Προέδρου του Εθνικού κέντρου με θέμα: **Συνταγογράφηση σωματικής δραστηριότητας για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας.**

Μέλη του Εθνικού κέντρου, επιστήμονες της άσκησης, συμμετείχαν, στη Διαδραστική Έκθεση «Πάρε τον Έλεγχο του Βάρους Σου!» και έδειξαν τρόπους αξιολόγησης της λειτουργικής ικανότητας ατόμων με Παχυσαρκία.



21-23 Οκτωβρίου 2024

Το 1ο Γενικό Λύκειο ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ ανταποκρινόμενο στην πρόσκληση της Ομάδας Εργασίας «Προαγωγή της Άσκησης στην Εκπαίδευση» για τη συμμετοχή του στο Εθνικό Πρόγραμμα Δράσης για την παιδική παχυσαρκία,

δημιούργησε αφίσα με τίτλο «Η άθληση καταπολεμά την παχυσαρκία»

στο πλαίσιο του “1ου Συνεδρίου για την Αντιμετώπιση της Επιδημίας της Παχυσαρκίας”, στην Τεχνόπολη του Δήμου Αθηναίων.



**Εθνικό Πρόγραμμα Δράσης για την παιδική παχυσαρκία
μέσω προώθησης της σωματικής δραστηριότητας
στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση**

29 Οκτωβρίου 2024

**Υποβολή στο ΥΠΑΙΘΑ
Πρότασης Δράσης EIM-GREECE - ΙΑΤΡΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ με τίτλο:**

**«Εθνικό Πρόγραμμα Δράσης για την παιδική
παχυσαρκία μέσω προώθησης της σωματικής
δραστηριότητας στην Πρωτοβάθμια και
Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση».**

Το Εθνικό Κέντρο “**Exercise is Medicine-Greece**” - «Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάς» είναι μέλος του διεθνούς δικτύου με την επωνυμία “Exercise is Medicine®”, το οποίο συστάθηκε από τον μεγαλύτερο παγκοσμίως μη κερδοσκοπικό οργανισμό Αθλητικής Επιστήμης και Αθλητιατρικής (American College of Sports Medicine) και την Αμερικάνικη Ιατρική Εταιρεία (American Medical Association). Στόχος του εν λόγω διεθνούς δικτύου είναι η προώθηση της σωματικής άσκησης στο γενικό πληθυσμό και η ενσωμάτωσή της στα εθνικά συστήματα υγείας των χωρών/μελών. Το όραμα του μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα Εθνικού Κέντρου είναι η ανάδειξη της σημασίας και του ρόλου που έχει η σωματική άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία χρόνιων ασθενειών ή παθήσεων, ανεξαρτήτως φύλου, ηλικίας ή οικονομικής κατάστασης, με ελάχιστο κόστος για το Εθνικό Σύστημα Υγείας, προς όφελος ολόκληρης της ελληνικής κοινωνίας (βλ. σχετικά στοιχεία κατωτέρω).



Κυριακή 10 Νοεμβρίου 2024
Πεζοπορική Δράση και Συζήτηση στο αισθητικό δάσος Καισαριανής,
η οποία οργανώθηκε από κοινού από τις Ομάδες Εργασίας
«Μεταβολικών Νοσημάτων» και «Προαγωγής της Άσκησης στην Εκπαίδευση»
Του Εθνικού Κέντρου [Exercise Is Medicine – Greece](#)
με συντονιστή τον κ. Θάνο Γιαννόπουλο

20^ο Πανελλήνιο Συνέδριο
Φυσικής Ιατρικής & Αποκατάστασης
με διεθνή συμμετοχή



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
& ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

MOVING REHABILITATION FORWARD

Rehabilitation
2030

A CALL FOR ACTION

4
ΦΑΣΕΙΣ
12
ΒΗΜΑΤΑ
72 ΜΗΝΕΣ

13-16 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024

ΠΟΛΕΜΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ, ΑΘΗΝΑ

CONGRESS WORLD
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ | ΜΙΧΑΛΑΚΟΠΟΥΛΟΥ 27 • 115 28 – ΑΘΗΝΑ
Τηλ: 210-7210001, 210 72 10052 - Φαξ: 2107210051
www.congressworld.gr • e: reception@congressworld.gr

15 Νοεμβρίου 2024

«Άσκηση σε ογκολογικούς ασθενείς»
Ομιλητής: Αναστάσιος Φιλίππου, Πρόεδρος
Εθνικού Κέντρου “**Exercise Is Medicine – Greece**”

20^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Φυσικής Ιατρικής &
Αποκατάστασης: Moving Rehabilitation Forward
Rehabilitation 2030: A call for action

Ελληνική Εταιρεία Φυσικής Ιατρικής και
Αποκατάστασης, Πολεμικό Μουσείο – Αθήνα

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2024



Σάββατο 16 Νοεμβρίου 2024

Ομιλία του Προέδρου του Εθνικού κέντρου **Exercise Is Medicine – Greece**

με θέμα: “Διά Βίου Άσκηση”

**στο πλαίσιο του σεμιναρίου «Άθληση και ζωή μετά το...
χειροκρότημα για όλες και όλους»**

**Σύλλογος Παλαιμάχων Αθλητών Καλαθοσφαίρισης
Ελλάδας, Συνεδριακό Κέντρο Νέας Ιωνίας Αττικής**

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΣΕ ΜΜΕ

1 Απριλίου 2024

Τηλεοπτική συνέντευξη με θέμα: “Άσκηση και Νευροεκφυλιστικές παθήσεις”
Τηλεοπτικός Σταθμός «EPT3»



5 Απριλίου 2024

Ραδιοφωνική συνέντευξη με θέμα: “Η Άσκηση είναι Φάρμακο”
Ραδιοφωνικός Σταθμός «TALK RADIO»



6 Απριλίου 2024

Τηλεοπτική συνέντευξη με θέμα: “ Exercise is Medicine ”
Τηλεοπτικός Σταθμός «ERT News»



26 Απριλίου 2024

Συνέντευξη με θέμα: “ Η άσκηση ως συμπληρωματική θεραπεία σε πολλές χρόνιες παθήσεις”
Διαδικτυακή πύλη «The Powergame»



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΣΕ ΜΜΕ

27 Ιουνίου 2024

Συνέντευξη με θέμα: “Η άσκηση και η διατροφή στον πόλεμο εναντίον των αυτοάνοσων”
Διαδικτυακή πύλη «in2life»



27 Ιουνίου 2024

Συνέντευξη με θέμα: “Ολυμπιακοί Αγώνες στο Παρίσι: Οι αθλητές να μιλήσουν ανοιχτά για τους κινδύνους”
Εφημερίδα «Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ»



20 Οκτωβρίου 2024

Συνέντευξη με θέμα: “Η άσκηση είναι φάρμακο: Η σημασία της γυμναστικής στη διαχείριση χρόνιων παθήσεων”
Διαδικτυακή πύλη «NEWSBEAST»



24 Οκτωβρίου 2024

Ραδιοφωνική συνέντευξη με θέμα: “Άσκηση και παχυσαρκία”
Ραδιοφωνικός Σταθμός «TALK RADIO»



16 Δεκεμβρίου 2024

Ραδιοφωνική συνέντευξη με θέμα: “Άσκηση και Άνοια”
Ραδιοφωνικός Σταθμός «City 106.1»





**Ευχαριστούμε
θερμά για τη
συμμετοχή σας
στις δράσεις μας!**