



**ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ  
ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ  
ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
“Exercise is Medicine-Greece”  
2025**



Υπό την Αιγίδα

ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΙΑΒΗΤΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ  
ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΘΗΡΟΣΚΛΗΡΩΣΗΣ  
ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΛΙΠΙΔΙΟΛΟΓΙΑΣ ΑΘΗΡΟΣΚΛΗΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΝΟΣΟΥ



## Πανελλήνιες Εκπαιδευτικές Ημερίδες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας «Γ. Παπαδάκης»

25<sup>ο</sup>  
ΕΤΟΣ



ΦΥΣΙΚΗ  
ΠΑΡΟΥΣΙΑ

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

06 – 08 Φεβρουαρίου 2025  
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

# 6 Φεβρουαρίου 2025

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΗΜΕΡΙΔΕΣ**  
ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΥΓΕΙΑΣ «Γ. ΠΑΠΑΔΑΚΗΣ»  
ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ DIVANI CARAVEL, ΑΘΗΝΑ

**Φυσική Δραστηριότητα – Άσκηση**  
**Αναστάσιος Φιλίππου**

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ  
ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ  
ΟΜΑΔΩΝ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

2025

6-8  
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
PROGRAMME

7 Φεβρουαρίου 2025

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

49

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025

ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΚΑΛΚΩΤΑ

Η συμβολή της καρδιοπνευμονικής δοκιμασίας κόπωσης στην επαναξιολόγηση ασθενών με χειρουργηθείσα CTEPH - **Δ. Μπίρμπα** (Αθήνα)

16.00-17.00 Η εφαρμογή της καρδιακής αποκατάστασης το έτος 2025

Πρόεδροι: **Στ. Δημόπουλος** (Αθήνα), **Στ. Αδαμόπουλος** (Αθήνα)  
Σχολιαστές: **Μ. Ανδριοπούλου** (Αθήνα), **Λ. Καρατζάνος** (Αθήνα),  
**Μ. Κουτρομπή** (Αθήνα)

Η Ευρωπαϊκή και η Ελληνική προσέγγιση - **Κ. Δάβος** (Αθήνα)

Θεσμοθέτηση της Καρδιακής Αποκατάστασης στην Ελλάδα: Όνειρο ή Πραγματικότητα - **Αν. Φιλίππου** (Αθήνα)

Δομές και προγράμματα αποκατάστασης στην κοινότητα για ασθενείς με ΣΝ - **Ε. Κουϊδή** (Θεσσαλονίκη)

Η ψυχοκοινωνική προσέγγιση στην καρδιαγγειακή αποκατάσταση - **Αθ. Δρίτσας** (Αθήνα)

**Πέμπτη, 13 Φεβρουαρίου 2025**

14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και Συγγενών Διαταραχών

**Εφαρμογή προγραμμάτων άσκησης για την πρόληψη και διαχείριση νευροεκφυλιστικών νόσων" - Exercise is Medicine-Greece, "Η Άσκηση είναι Φάρμακο-Ελλάς"**

Ομιλίες μελών Εθνικού κέντρου ΕΙΜ



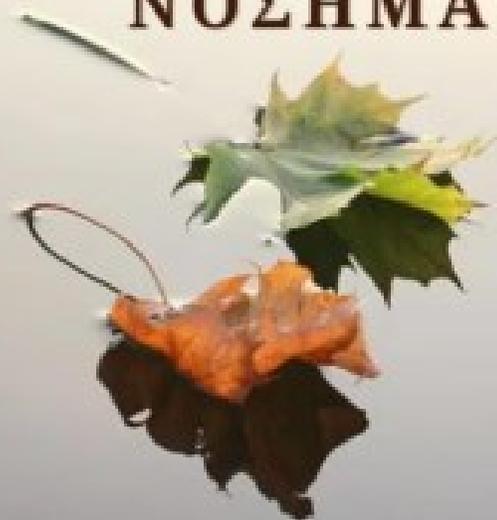
[www.alzheimer-conference.gr](http://www.alzheimer-conference.gr)

[info@alzheimer-hellas.gr](mailto:info@alzheimer-hellas.gr)

2310 810411, 2310 351451



**14ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ  
ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER &  
6ο ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ  
ΝΕΥΡΟΕΚΦΥΛΙΣΤΙΚΩΝ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ**



13-16 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025

GRAND HOTEL PALACE,

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

ΥΒΡΙΔΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

4 ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΑΙΘΟΥΣΕΣ

Ελληνικό Κολλέγιο  
Αθλητιατρικής

Σε συνδιοργάνωση με:

- Εργαστήριο Αθλητιατρικής ΤΕΦΑΑ ΑΠΘ
- Καρδιολογική Κλινική Γ.Ν. Καρδίτσας

Χορηγός Επικοινωνίας:



Υπό την Αιγίδα:



# Συνέδριο Καρδιολογία της Άθλησης

Με διεθνή συμμετοχή

21-22  
Φεβρουαρίου  
2025

Αμφιθέατρο II ΚΕΔΕΑ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ



ΜΕ ΦΥΣΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ

CONGRESS  
GROUP

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ-ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ-ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ  
CONGRESS GROUP CONFERENCE MANAGEMENT  
Χατζηκώστα 4, Πλ. Μαβίλη, Τ.Κ. 11521, Αθήνα  
Τηλ. 211 212 6577, Κιν. 6944 679746  
www.congressgroup.gr, e-mail: info@congressgroup.gr

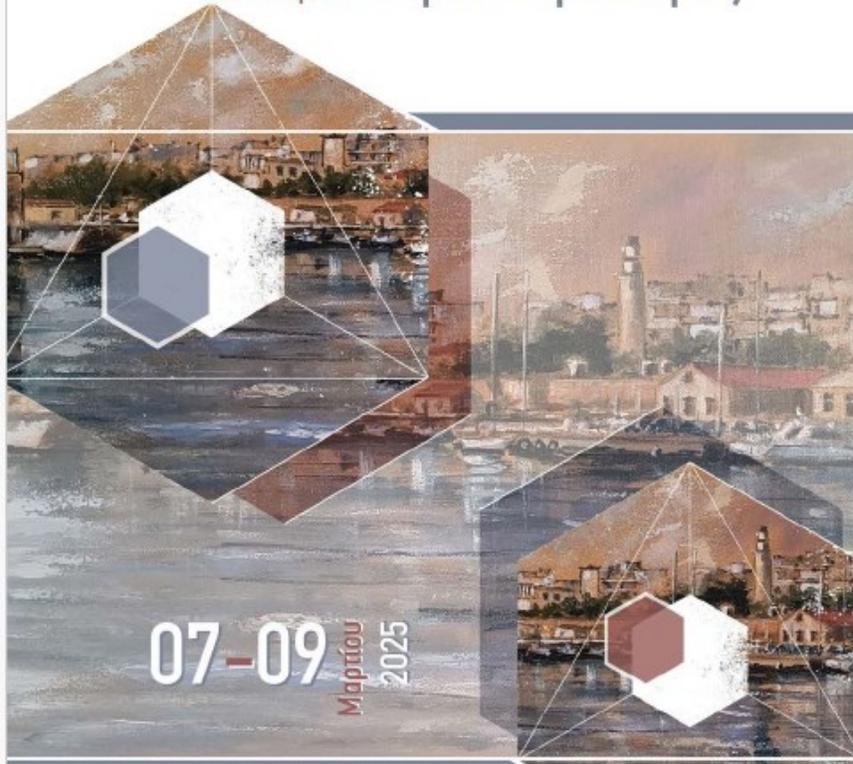


22 Φεβρουαρίου 2025

Αναστάσιος Φιλίππου:  
«Άσκηση και Υγεία:  
Οι δύο όψεις του ίδιου νομίσματος»

ὑ Διαργάνωση: ΕΔΕΜΣΕΦ- ΕΛΛΗΝΙΚΗ & ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΟΡΙΑΚΑ ΣΤΟΙΧΕΥΜΕΝΩΝ ΕΛΑΤΟΜΩΣΤΡΩΜΕΝΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ  
ὑ Σε συνεργασία με: Πανεπιστημιακή Ογκολογική Κλινική, Δημοκρατικού Πανεπιστημίου Θράκης, Αλεξανδρούπολη  
ὑ Υπό την αιγίδα: ΕΟΠΕ | Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης | Ιατρικός Σύλλογος Ξθρου | Ιατρικός Σύλλογος Ροδόσης | Ιατρικός Σύλλογος Εύβοιας

# Πανελλήνιο Σύγχρονα Συνέδριο Θέματα Ογκολογίας



07-09  
Μαρτίου  
2025

Ολοκληρωμένη Μόρια Συνεργάζονται Ιατρικές Εκπαίδευσης (CME-CPD)

Ξενοδοχείο  
Ramada Plaza Thraki  
Αλεξανδρούπολη

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ὑ Διαργάνωση: ΕΔΕΜΣΕΦ- ΕΛΛΗΝΙΚΗ & ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΟΡΙΑΚΑ ΣΤΟΙΧΕΥΜΕΝΩΝ ΕΛΑΤΟΜΩΣΤΡΩΜΕΝΩΝ ΘΕΡΑΠΕΙΩΝ  
ὑ Σε συνεργασία με την: Πανεπιστημιακή Ογκολογική Κλινική, Δημοκρατικού Πανεπιστημίου Θράκης  
Πανελλήνιο Σύγχρονα  
Συνέδριο Θέματα Ογκολογίας



07-09  
Μαρτίου  
2025  
Ξενοδοχείο Ramada Plaza Thraki  
Αλεξανδρούπολη

**Παρασκευή 7 Μαρτίου 2025**

Ramada Plaza Thraki, Αλεξανδρούπολη

**Στρογγυλή Τράπεζα ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ  
Ο ρόλος της άσκησης - Α. Φιλίππου**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΝΩΣΗ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΩΝ

28ος Κύκλος

ΕΝΤΑΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ  
ΣΤΗΝ ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΙΑ

Σακχαρώδης Διαβήτης-  
Λιπίδια-Παχυσαρκία

HORMONES SYMPOSIA "MENELOS BATRINOS"

6-8 Μαρτίου 2025 | ΑΘΗΝΑ

Πολεμικό Μουσείο

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:

Ελληνική Ενδοκρινολογική Εταιρεία | Πανελλήνια Ένωση Ενδοκρινολόγων  
Λ. Αλεξάνδρας 14, 10682 Αθήνα, Τηλ.: 210 7774370 - 7474046, e-mail: info@endo.gr, Website: www.endo.gr

**8 Μαρτίου 2025:**

**Αναστάσιος Φιλίππου**

**«Άσκηση για απώλεια ΣΒ: ποια μοντέλα άσκησης είναι αποτελεσματικά σε κάθε ηλικία»**

28ος Κύκλος Εντατικής Εκπαίδευσης στην  
Ενδοκρινολογία

Πολεμικό Μουσείο Αθηνών

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

Η αυξανόμενη αναγνώριση των επαγγελματιών της άσκησης στην υγειονομική περίθαλψη: Μια νίκη για τη διεπιστημονική συνεργασία

**March 18, 2025 by Exercise is Medicine**

Updates from EIM



 **ACSM**  
EXERCISE IS  
**MEDICINE**<sup>®</sup>

[The Growing Recognition of Exercise Professionals in Healthcare: A Victory for Collaboration](#)

# 1 Απριλίου 2025

## ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

ΕΚΔΗΛΩΣΗ

### ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ, ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Θα μιλήσουν οι:

**Μιχάλης ΚΟΥΤΣΙΛΙΕΡΗΣ**, ομ. Καθηγητής Φυσιολογίας

Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών

**Γενοβέφα ΚΟΛΟΒΟΥ**, Καρδιολόγος, Διευθύντρια

Τμήματος Πρόληψης Καρδιαγγειακών Νοσημάτων Νοσοκ. Metropolitan

**Αναστάσιος ΦΙΛΙΠΠΟΥ**, Καθηγητής Πειραματικής Φυσιολογίας,

Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών

Συντονίζει η : **Σωτηρία ΛΥΜΠΕΡΗ**, Καρδιολόγος, τ. Διευθύντρια της

Καρδιολογικής Κλινικής του Γ.Ν. Αθηνών, Η ΣΩΤΗΡΙΑ, Μέλος Δ.Σ

του ΦΣΠ

*Η Παρουσία σας θα είναι ιδιαίτερη τιμή για εμάς*

Με την Αιγίδα του Δήμου Κηφισιάς



Φιλοπρόοδος Σύλλογος Πολιτείας

[www.filoproodospoliteias.com](http://www.filoproodospoliteias.com)



**ΤΡΙΤΗ 1 ΑΠΡΙΛΙΟΥ**

**ώρα 19.00**

**Αίθουσα Πολιτιστικού**

**«Δήμαρχος Β. Γκατσόπουλος»**

Δημαρχείου Κηφισιάς,

Διονύσου και Μυρσίνης 2



## **ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗΝ ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΙΣ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΕΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ**

**με στόχο**

**την κινητοποίηση της Πανεπιστημιακής Κοινότητας προς την τακτική σωματική άσκηση για την προαγωγή της υγείας.**

# 4 Απριλίου 2025, «Η Άσκηση είναι Φάρμακο – Διάχυση στα Πανεπιστήμια»

Αμφιθέατρο Μικροβιολογίας της Ιατρικής Σχολής,  
στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Αθλητισμού



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
"EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

Friday, April 4th, 2025:  
 “Exercise is Medicine –  
 Dissemination in Universities”





# INTERNATIONAL DAY OF SPORT FOR DEVELOPMENT AND PEACE

**April 6, 2025**

6 Απριλίου  
2025  
Παγκόσμια  
Ημέρα  
Αθλητισμού

# Πεζοπορία στο Λυκαβηττό

Ανακαλύψτε τη Δύναμη της Φύσης  
Η Άσκηση Είναι Φάρμακο!

**ACSM**  
EXERCISE IS  
**MEDICINE**<sup>®</sup>  
Greece

Σημείο Συνάντησης:  
Parking Λυκαβηττού

Κυριακή 6 Απριλίου, 2025  
Ώρα : 10πμ

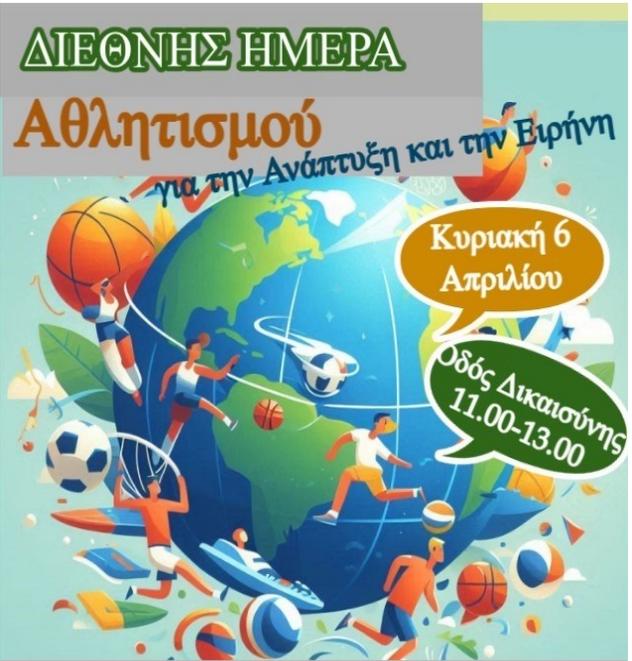
Πληροφορίες: Κωνσταντίνος Σεντούκας 698 9479576

Για περισσότερες πληροφορίες : [info@exerciseismedicine.gr](mailto:info@exerciseismedicine.gr)



**International Day of Sport  
for Development and  
Peace,  
April 6, 2025  
Athens: Symbolic Hike  
to Lycabettus Hill**





Διοργάνωση: Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής Ν. Ηρακλείου (Ε.Π.Φ.Α.Ν.Η.)

Με την υποστήριξη

ACSM EXERCISE IS MEDICINE GREECE

Πανελλήνιο Συνδένδιο Αθλητικού Τύπου (ΠΣΑΤ)

https://epfanh.webnode.gr/

Συμμετέχουν

- Γυμναστικός Σύλλογος Ν. Καζαντζάκης
- Πολιτιστικό και Λογογραφικό Σωματείο Χορού "Χοροστάσι"
- Πολιτιστικός Σύλλογος Αγίου Ιωάννου, ομάδα Λάτιν
- Σύλλογος "Άλληεργρή" Ηρακλείου
- Καθηγητές Φ.Α. σε διάφορες δράσεις



**International Day of Sport for Development and Peace,**  
**April 6, 2025**

**Crete: Athletic events in Heraklion**



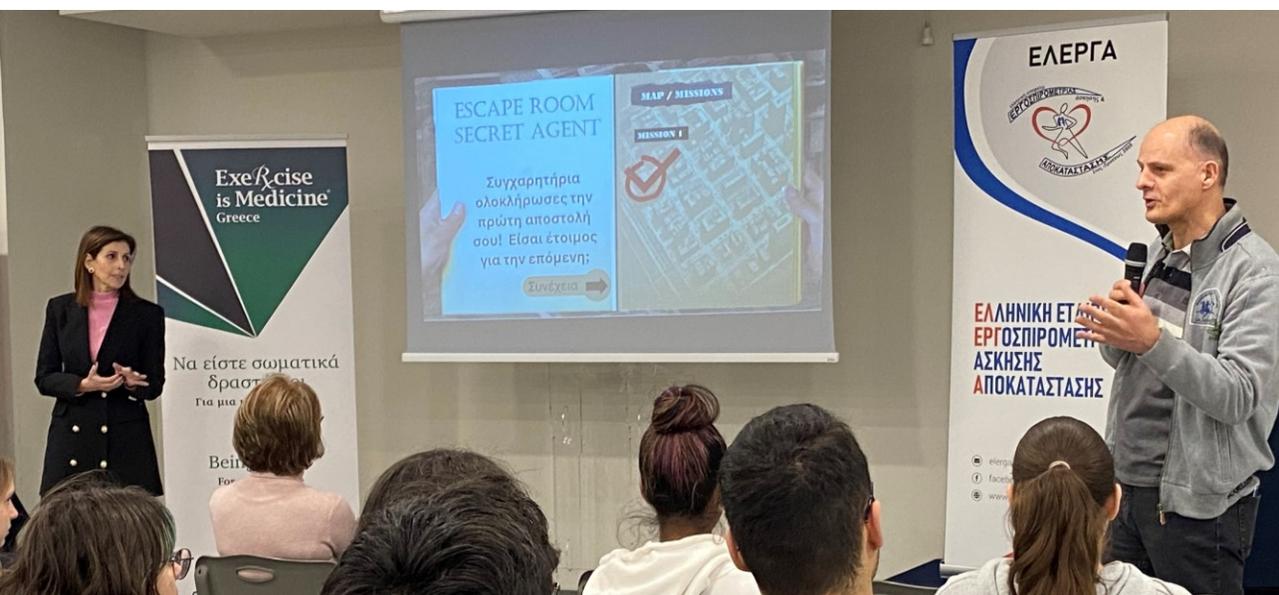
**ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ:**  
Πρώθηση της Σωματικής  
Δραστηριότητας στη  
Σχολική Κοινότητα της  
Δευτεροβάθμιας  
Εκπαίδευσης (ΔΕ) Πειραιά



**April 8, 2025**

✨ **Promotion of Physical Activity** ✨  
Secondary School Community of Piraeus  
📍 Peace & Friendship Stadium (SEF)





**April 8, 2025**  
✨ Promotion of Physical Activity ✨  
Secondary School Community of Piraeus  
📍 Peace & Friendship Stadium (SEF)



Η ΑΣΚΗΣΗ ΕΙΝΑΙ  
ΦΑΡΜΑΚΟ  
για όλες τις ηλικίες

Κοινή δράση- άσκηση  
εφήβων- ηλικιωμένων



# Περπατάμε μαζί!

ΣΤΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ > 60  
ΕΤΩΝ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΟΥΝ  
ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ

10.4.25  
11.00 π.μ

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ

ACSM  
EXERCISE IS  
MEDICINE®  
Greece



ΣΗΜΕΙΟ  
ΕΚΚΙΝΗΣΗΣ

Στάδιο  
Ορώπου

April 10, 2025  
✦ Youth & Elderly:  
WALKING TOGETHER!



✦  
Public High School of Oropos 🏫  
x Senior Citizens' Center of Nea Palatia 🧓  
📍 Oropos Stadium

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
"EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

Public High School of Oropos



April 10, 2025

✨ Youth & Elderly: WALKING TOGETHER! ✨

Oropos Stadium



Senior Citizens' Center of Nea Palatia

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025



**April 10, 2025**  
**Youth & Elderly:**  
**WALKING TOGETHER!**





ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
"EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

**April 10, 2025**  
**Youth & Elderly:**  
**WALKING TOGETHER!**

**April 11, 2025 — World Parkinson's Day**

✨ **Rhythm – Movement – Life!** ✨

5th Open Elderly Care Center

📍 Trikala, Central Greece



April 11, 2025 — World Parkinson's Day

🌟 Rhythm – Movement – Life! 🌟



**ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ**

11 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2025  
10:00 – 12:00  
5<sup>ο</sup> ΚΑΠΗ ΤΡΙΚΑΛΩΝ  
(ΘΕΟΔΟΣΟΠΟΥΛΟΥ 18)

**"Ρυθμός – Κίνηση – Ζωή"**

*Ελάτε να κινηθούμε, να τραγουδήσουμε και να μοραστούμε τη δύναμη του ρυθμού! Μια ανοιχτή, συμμετοχική εμπειρία γεμάτη μουσική, χαμόγελα και φροντίδα για το σώμα και το πνεύμα.*

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ



# Κλινικά Σενάρια Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας 2024-25

## *Συνταγογράφηση της σωματικής άσκησης στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας*

Φιλίππου Αναστάσιος  
Καθηγητής  
Φυσιολογίας-Φυσιολογίας της Άσκησης  
Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ

Πρόεδρος Εθνικού Κέντρου  
Exercise is Medicine-Greece

### ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ

Εργαστήριο Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, Γενικής Ιατρικής και Έρευνας Υπηρεσιών Υγείας  
Τμήμα Ιατρικής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

Εργαστήριο Έρευνας στη Γενική Ιατρική και την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας  
Τμήμα Ιατρικής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ  
ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

30° ΕΟΠΕ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΛΟΓΙΑ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

22° ΕΕΑΟ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΛΟΓΙΑ ΡΑΔΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

Ανθρώπινο άγγιγμα  
στην ψηφιακή εποχή

**25 Απριλίου 2024**

“ Κλινική φυσιολογία της άσκησης ”

Φίλιππου Αναστάσιος, Ph.D.  
Αναπληρωτής Καθηγητής  
Φυσιολογίας – Φυσιολογίας της Άσκησης  
Ιατρική Σχολή, ΕΚΠΑ

**Exercise  
is Medicine®**  
Greece



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ  
ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

Ανθρώπινο άγγιγμα στην ψηφιακή εποχή

30° ΕΟΠΕ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΛΟΓΙΑ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

22° ΕΕΑΟ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΛΟΓΙΑ ΡΑΔΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑΣ

24-27 Απριλίου 2024  
Ξενοδοχείο Makedonia Palace, Θεσσαλονίκη

10 Μαΐου 2025

Διεπιστημονική Εκπαιδευτική Ημερίδα: “Προηγμένη Τεχνολογία στην Αποκατάσταση”  
Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης, Ίλιον

11<sup>η</sup>

ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ  
ΗΜΕΡΙΔΑ

10 Μαΐου 2025  
9:00 ως 16:00

Προηγμένη  
Τεχνολογία στην  
Αποκατάσταση

Εθνικό Κέντρο Αποκατάστασης



ΠΜΣ  
Κλινική Εργοσπυρομετρία  
Άσκηση  
Προηγμένη Τεχνολογία &  
Αποκατάσταση



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΕΡΓΟΣΠΥΡΟΜΕΤΡΙΑΣ  
ΑΣΚΗΣΗΣ &  
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

ΕΚΑ  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ  
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Exercise  
is Medicine  
Greece

Πληροφορίες: [www.ceerehab.com](http://www.ceerehab.com)



SCAN ME

ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΧΟΡΗΓΕΙΤΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE GREECE 2025



**Κυριακή, 4 Μαΐου  
2025**

Στο πλαίσιο δράσεων του προγράμματος “**Exercise is Medicine On Campus**”, το Εθνικό κέντρο συμμετείχε στον **6ο Καποδιστριακό Αγώνα Δρόμου και στον 1ο Φοιτητικό Αγώνα Δρόμου ΑΕΙ Αττικής**, στην Πανεπιστημιούπολη Ζωγράφου

# Sunday, May 4, 2025: 6th Kapodistrian Road Race and 1st Attica University Student Road Race



# Sunday, May 4, 2025: 6th Kapodistrian Road Race and 1st Attica University Student Road Race





**14 Μαΐου 2025**

# **WEBINAR**

## **WORKING GROUPS**

### **Cardio-oncology - Prevention and rehabilitation**

## **Exercise Programs for Cancer Patients:**

Types of exercise, challenges, practical issues and solutions, and implementation opportunities in Greece

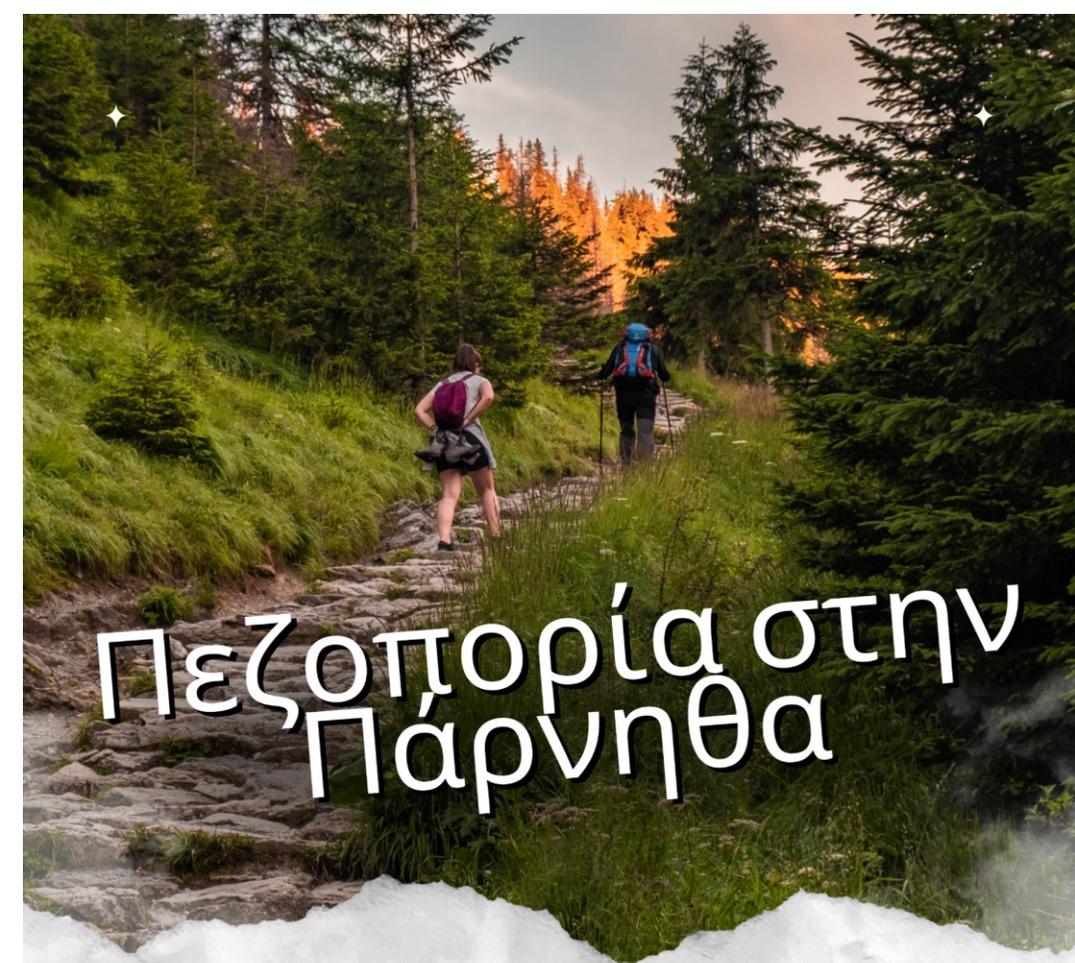
**Anastassios Philippou, PhD, FACSM**

**Professor**

**Physiology-Exercise Physiology**

**Medical School, NKUA**





# Πεζοπορία στην Πάρνηθα

Ανακαλύψτε τη δύναμη της φύσης μας  
μέσω της άσκησης!

 **EXERCISE IS  
MEDICINE®**  
Greece

Σημείο Συνάντησης:  
Καζίνο Πάρνηθας  
Κυριακή 25 Μαΐου, 2025  
Ώρα: 9:30 πμ



**Sunday, May 25, 2025,  
Attica**





## Mount Parnitha Hiking Event Sunday, May 25, 2025 · Attica



**May 27–30, 2025**

**Participation of the National EIM–Greece Center in the EIM National Center Directors Meeting 2025, Atlanta, Georgia**



October 1, 2024, to **May 30, 2025**: 8-month program “Prevention: Physical exercise and nutrition intervention in adults aged 50+ for healthy aging – **Ekamidi**”.



Ekamidi Healthy Aging



**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»  
αποδότης: Κοινωνιφελές Ίδρυμα Κοινωνικού και Πολιτιστικού Έργου - ΚΙΚΠΕ)*

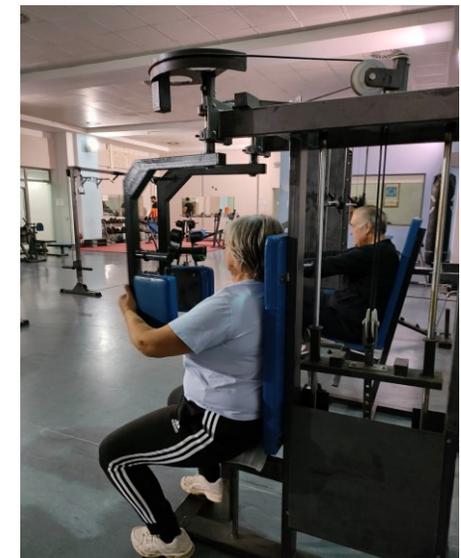
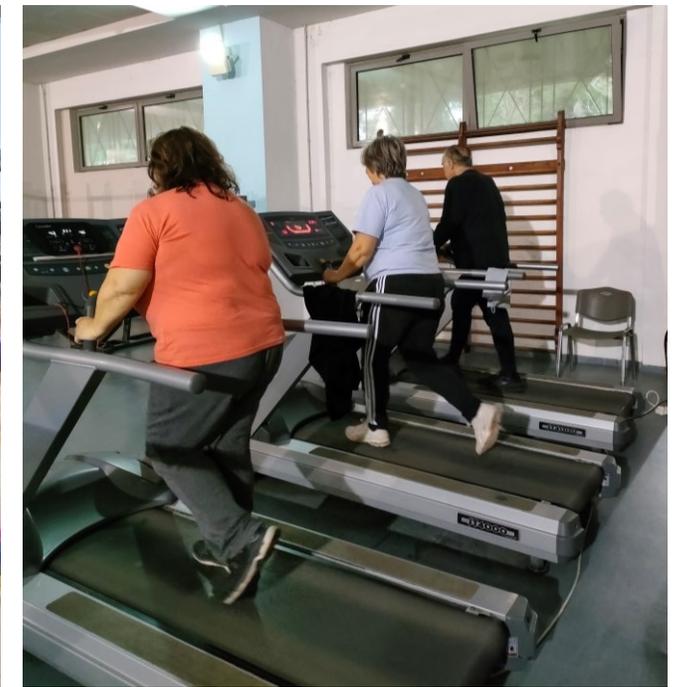
Εγγραφές – Πληροφορίες

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

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: 2310-810411, (εσωτερικό 154)



# October 1, 2024 - May 30, 2025: Health Prevention and Promotion Program for adults





Διαδικτυακό webinar «Ο Ρόλος του Φαρμακοποιού στη βελτίωση της Ζωής των ογκολογικών ασθενών»

**Δευτέρα 16 Ιουνίου 2025**

15.20-16.20:

**Βελτίωση της ποιότητας ζωής  
στην καθημερινότητα των ογκολογικών ασθενών**

Συμμετέχων:

Αναστάσιος Φιλίππου, Καθηγητής Φυσιολογίας Άσκησης,  
Ιατρική Σχολή ΕΚΠΑ

**19 Ιουνίου 2025:**

**Women's Health Conference  
«A Holistic Approach to Prevention,  
Fertility and Wellbeing»**

**ΤΕΧΝΟΠΟΛΗ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ**



**Ομιλία με θέμα «Η Άσκηση είναι Φάρμακο»**



**24 Ιουνίου 2025**

**ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ «ΒΗΜΑ»  
Α. Φιλίππου**

**Η θεραπευτική άσκηση θεωρείται από την επιστημονική κοινότητα όχι μια επικουρική θεραπεία, αλλά ακόμη και θεραπεία πρώτης γραμμής.**



ΥΓΕΙΑ #άσκηση #διαβήτης #υπέρταση

## Άσκηση: Το καλύτερο δώρο για την υγεία σου

Μύθοι και αλήθειες για την άσκηση και τις χρόνιες νόσους

04-07-2025 09:54

Κείμενο: **Μάριον Κοντογιάννη**



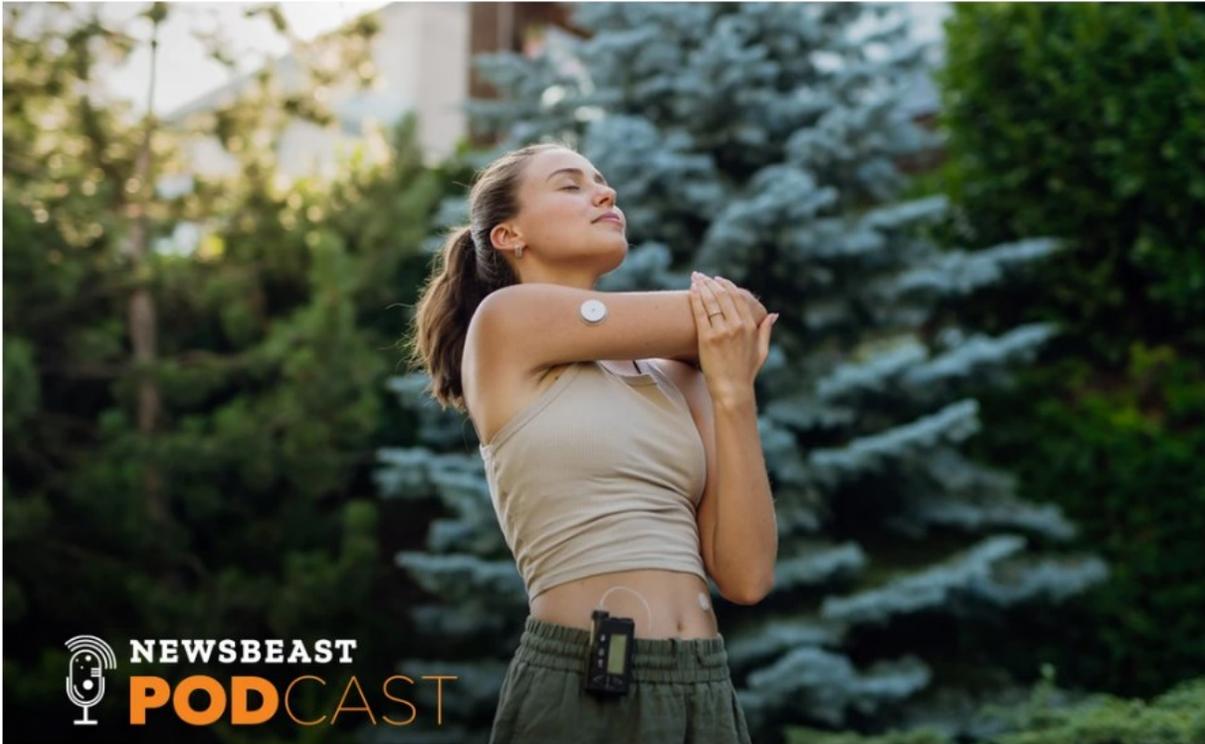
Η ιδέα ότι η άσκηση είναι μόνο για όσους θέλουν να αποκτήσουν γράμμωση ή να «χάσουν κιλά» είναι πλέον ξεπερασμένη. Στο σημερινό **podcast του Newsbeast από το «Α ως το ... Ω3»** που ακολουθεί, σας παρουσιάζουμε την θέση της επιστημονικής κοινότητας η οποία μιλά ξεκάθαρα: η σωστή, στοχευμένη σωματική δραστηριότητα λειτουργεί σαν φάρμακο για πολλές χρόνιες παθήσεις, βελτιώνοντας τη λειτουργία του σώματος και την ποιότητα ζωής.

Είμαι η Μάριον Κοντογιάννη και σε αυτό το επεισόδιο, συζητάμε με τον **Καθηγητή Φυσιολογίας – Φυσιολογίας της Άσκησης Αναστάσιο Φιλίππου** και μας εξηγεί γιατί η άσκηση δεν είναι πολυτέλεια, αλλά αναγκαιότητα, ειδικά αν ζεις με χρόνιες παθήσεις όπως:

- Σακχαρώδη Διαβήτη
- Υπέρταση και καρδιαγγειακά προβλήματα
- Αρθρίτιδα και μυοσκελετικοί πόνοι
- Παχυσαρκία
- Αναπνευστικές παθήσεις
- Κατάθλιψη και άγχος

### Τι θα ακούσεις στο επεισόδιο:

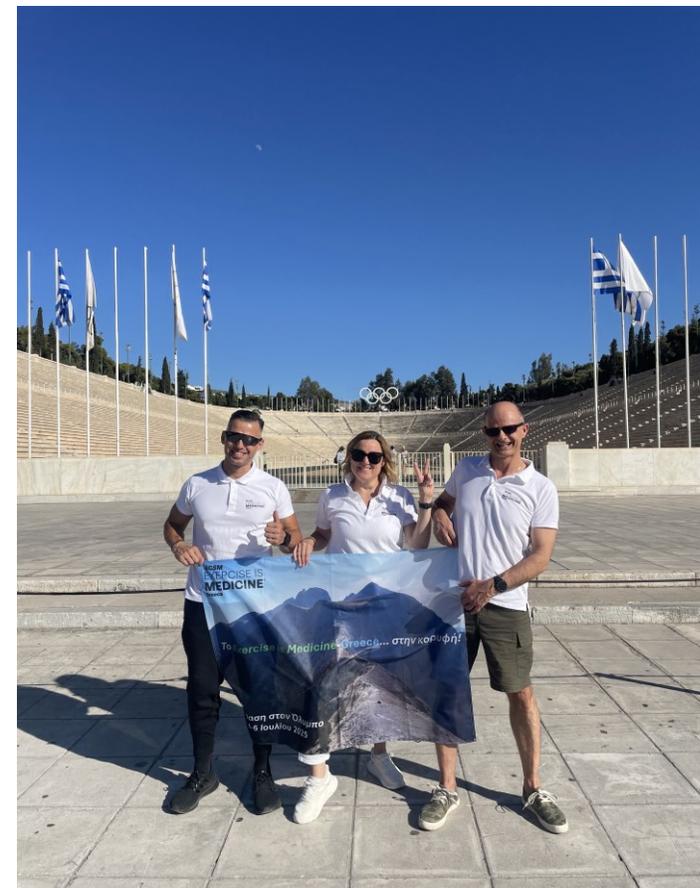
- Ποιος είναι ο ρόλος της σωματικής δραστηριότητας στη ρύθμιση χρόνιων νοσημάτων
- Γιατί η άσκηση βελτιώνει όχι μόνο το σώμα, αλλά και την ψυχική υγεία
- Τι σημαίνει “εξατομικευμένο πρόγραμμα άσκησης” και γιατί είναι απαραίτητο
- Πόση και τι είδους άσκηση είναι ασφαλής και αποτελεσματική
- Συχνά λάθη και μύθοι που κρατούν τους ανθρώπους σε ακινησία



Το Εθνικό Κέντρο “Exercise is Medicine–Greece”, συνεπές προς το όραμά του για την ανάδειξη της σημασίας της σωματικής άσκησης και με σύνθημα «Το Exercise is Medicine-Greece... στην κορυφή!» πραγματοποίησε συμβολική

**Ανάβαση στον Όλυμπο, στις 4–6 Ιουλίου 2025,**

στον Μύτικα, στα 2.918 μέτρα!





## Article

# Knowledge and Education on Physical Activity Health Benefits and Prescription Principles Among Greek Medical Students

Eirini Kyriakoulakou <sup>1</sup>, Apostolos Z. Skouras <sup>1</sup>, Charilaos Tsolakis <sup>1,2</sup>, Panagiotis Koulouvaris <sup>1</sup>  
and Anastassios Philippou <sup>3,\*</sup>

<sup>1</sup> 1st Department of Orthopaedic Surgery, School of Medicine, National and Kapodistrian University of Athens, 12462 Athens, Greece; e.kyriakoulakou@gmail.com (E.K.); apostolis.sk@gmail.com (A.Z.S.); tsolakis@phed.uoa.gr (C.T.); info@drkoulouvaris.gr (P.K.)

<sup>2</sup> Sports Performance Laboratory, School of Physical Education & Sports Science, National and Kapodistrian University of Athens, 17237 Athens, Greece

<sup>3</sup> Department of Physiology, Medical School, National and Kapodistrian University of Athens, 11527 Athens, Greece

\* Correspondence: tphilipou@med.uoa.gr

## Abstract

Physical activity (PA) is widely recognized as a therapeutic intervention for numerous non-communicable diseases. This study assessed Greek medical students' knowledge and education on PA across seven medical schools. A structured questionnaire was distributed electronically to all medical schools across Greece, with 135 students responding (67.4% female). Among respondents, 78.5% reported being taught about PA benefits, and 77.8% felt prepared to discuss them with patients. However, 30.2% had received less than two hours of formal PA education. Only 25.2% were aware of the World Health Organization (WHO) and Greek Central Board of Health (KESY) recommendations, while 81.5% expressed the need for additional education on PA and its role in health. Students who were taught about PA were more likely to address exercise physiology (42.5% vs. 17.2%,  $p = 0.013$ , OR = 16.4), cardiopulmonary exercise testing (52.8% vs. 24.1%;  $p = 0.006$ , OR = 3.5), and PA benefits (89.6% vs. 34.5%;  $p < 0.001$ , OR = 3.5). Although most medical students have been taught about PA's health benefits, only a small proportion have sufficient knowledge for effective prescription.

**Keywords:** lifestyle medicine; medical curriculum; medical education; physical education; WHO guidelines

**Δημοσίευση:  
9 Ιουλίου 2025**



Academic Editors: Yi Ding, Su-Je Cho and Cynthia Dong

Received: 24 May 2025

Revised: 4 July 2025

Accepted: 8 July 2025

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
“EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2025

**27 Αυγούστου 2025**

ΑΘΗΝΑ  
9.84

**ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ 9.84**  
**Αναστάσιος Φιλίππου**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΕΣΩΤΕΡΙΚΗΣ  
ΠΑΘΟΛΟΓΙΑΣ  
HELLENIC SOCIETY  
OF  
INTERNAL MEDICINE

# 28°

www.hsim2025.gr

Πανελλήνιο Συνέδριο

# Εσωτερικής Παθολογίας

Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση στην  
Εσωτερική Παθολογία: Γνώση, Καινοτομία,  
Προκλήσεις και Προοπτικές

**24-27**

Σεπτεμβρίου 2025

Μέγαρο Διεθνές Συνεδριακό Κέντρο

**Αθήνα**

Υπό την αιγίδα



ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΧΟΛΗ ΑΘΗΝΩΝ  
ATHENS MEDICAL SCHOOL



ΙΑΤΡΙΚΟΣ  
ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΘΗΝΩΝ

Προάγοντας τη γνώση στην Παθολογία επί 38 χρόνια

## ΤΕΤΑΡΤΗ 24 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2025

16.00-18.00

**ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ**

**Σωματική άσκηση και υγεία**

Συντονιστές: **Γ. Δημητριάδης, Μ. Κουτσιλιέρης**

- Το Μοριακό Αποτύπωμα της Φυσικής Δραστηριότητας στην Υγεία του Ανθρώπου  
**Μ. Κουτσιλιέρης**
- Θεραπευτική Άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία της Νοητικής έκπτωσης/άνοιας  
**Σ. Παπαγεωργίου**
- Θεραπευτική Άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία του Καρκίνου  
**Α. Φιλίππου**
- Θεραπευτική Άσκηση στην πρόληψη και θεραπεία των Μεταβολικών νοσημάτων  
**Γ. Δημητριάδης**

## 24 Σεπτεμβρίου 2025



INTERNATIONAL  
CONFERENCE

# EXERCISE IS MEDICINE

Physical activity  
for health: Policies  
and best practices



2025 **10-12**  
**OCTOBER**  
HELLENIC OLYMPIC COMMITTEE  
AMPHITHEATRE  
ATHENS, GREECE

ACSM  
EXERCISE IS  
MEDICINE  
Greece

**10-12 Οκτωβρίου 2025**

**Scientific Organizing Committee** (alphabetical order)

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

Bamidis P.	Marinos G.
Carson B.	Mpeneka A.
Chatzinikita E.	Naska A.
Chryssanthopoulos C.	Nassis G.
Constantini N.	Neunhaeuserer D.
Dourida – Mitarachi M.	Nikoloaou G.
Duregon F.	Papaioannou T.
Fatouros I.	Pennas I.
Fountouki A.	Philippou A.
Giannaki C.	Pomakidou S.
Greka A.	Sakkas G.
Grentzelos T.	Serreqi L.
Joy L.	Sgantzos M.
Kolle E.	Stoutenberg M.
Kostopoulos N.	Tambalis K.
Kouidi E.	Toutouzas K.
Koutedakis Y.	Triantis C.
Koutsilieris M.	Tryfonos A.
Koutsouki D.	Vasilakopoulos T.
Maridaki M.	Zarani F.

# 2025 Conference -related EVENTS

**ACSM**  
EXERCISE IS  
**MEDICINE**<sup>®</sup>  
Greece





**30 Σεπτεμβρίου 2025**

ενημέρωση – συζήτηση  
 με αφορμή την

**Παγκόσμια ημέρα Νόσου Alzheimer**

στο ΚΑΠΗ Ν. Παλατίων Ωρωπού με θέμα:

**«Ενεργός και Υγιής Γήρανση – ένα δώρο ζωής»,**

Ομιλήτρια: Αθηνά Γρέκα, Ειδική Παθολόγος – Γηρίατρος

# ΕΝΕΡΓΟΣ & ΥΓΙΗΣ ΓΗΡΑΝΣΗ

ΤΡΙΤΗ 30/9

ΩΡΑ 7μμ

ΚΑΠΗ Ν. ΠΑΛΑΤΙΩΝ

Ενημέρωση- συζήτηση για  
την ενεργό και υγιή γήρανση  
Ένα δώρο ζωής  
Συνδιοργάνωση :



Ομιλήτρια  
Γρέκα Αθηνά  
Ειδικός Παθολόγος-  
Γηρίατρος



**2025 Conference  
-related EVENTS**





ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΑΣΠΙΔΑ.

εθνική δράση  
κατά της  
παιδικής  
παχυσαρκίας

12η Πανελλήνια Ημέρα  
Σχολικού Αθλητισμού  
Παρασκευή 26 Σεπτεμβρίου 2025

**Κινούμαι,**  
**Ενεργώ**  
**Δημιουργώ**



**26 Σεπτεμβρίου 2025**

**6ο Γυμνάσιο Νέας Ιωνίας  
Αττικής**

**«Η Άσκηση είναι  
Φάρμακο –  
Δώσε Βάρος!»**

Με αφορμή τη 12η  
Πανελλήνια Ημέρα Σχολικού  
Αθλητισμού και της Εθνικής  
Δράσης για την αντιμετώπιση  
της παιδικής παχυσαρκίας του  
Υπουργείου Υγείας,  
με τη συμμετοχή φοιτητών  
της ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ και  
υπεύθυνους της δράσης τον  
κ. Χρήστο Τριάντη και την Δρ.  
Φλώρα Ζαράνη

**2025 Conference  
-related EVENTS**



**September 26, 2025, "Exercise is Medicine: Shift the Weight!"**  
6th Gymnasium of Nea Ionia, Attica



**2025 Conference  
-related EVENTS**





**October 3, 2025**

# Promotion of Physical Activity in the Secondary School Community of Piraeus, Peace & Friendship Stadium (SEF)



2025 Conference  
-related EVENTS

Sunday, **October 12, 2025**, 16:00 -16:30 Presentation:  
“Exercise is Medicine – Shift the Weight!” Serafio, Athens

Υπό την αιγίδα της  
Α.Ε. του Προέδρου της Δημοκρατίας κυρίου Κωνσταντίνου Αν. Τασούλα

**2η ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ  
ΕΚΘΕΣΗ**

**Πάρε τον έλεγχο  
του βάρους σου**

ΣΥΜΜΑΧΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

11-12 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025 • ΣΕΡΑΦΕΙΟ ΑΘΗΝΑ

**ΟΜΙΛΙΑ**

“Η άσκηση είναι φάρμακο -  
Δώσε βάρος”

Φλώρα Ζαράνη,  
Κωνσταντίνος Σεντούκας

**ACSM  
EXERCISE IS  
MEDICINE<sup>®</sup>  
Greece**

ΚΥΡΙΑΚΗ 12.10 16.00-16.30

[www.action4obesity.gr](http://www.action4obesity.gr)

Είσοδος ελεύθερη



Υπό την αιγίδα της  
Α.Ε. του Προέδρου της Δημοκρατίας κυρίου Κωνσταντίνου Αν. Τασούλα

## 2η ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ

# Πάρε τον έλεγχο του βάρους σου



11-12 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025 • ΣΕΡΑΦΕΙΟ ΑΘΗΝΑ

ACSM

EXERCISE IS  
**MEDICINE**

Greece

ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΟ ΠΕΡΙΠΤΕΡΟ

- Πανελλήνιος Μαθητικός Διαγωνισμός Αφίσας: "Η άσκηση είναι φάρμακο"
- Παρουσίαση του εικαστικού θέματος: "Τέχνη - Κίνηση - Διατροφή - Υγεία", συνεργασία με το Βαρβάκειο Πρότυπο Γυμνάσιο

ΣΑΒΒΑΤΟ 11.10 11.00-20.00 ΚΥΡΙΑΚΗ 12.10 10.00-18.00

[www.action4obesity.gr](http://www.action4obesity.gr)

Είσοδος ελεύθερη

October 11-12, 2025:  
2nd Interactive Exhibition  
'Take Control of Your Weight',  
Serafio, Municipality of Athens

**EIM-GREECE:**  
**Greek Student Poster Competition**  
**"Exercise is Medicine"**  
and  
**Varvakeio Model Junior High School:**  
**Visual art intervention**  
**'Art – Movement – Nutrition – Health'**

ACSM  
EXERCISE IS  
**MEDICINE**  
Greece

2025 Conference  
-related EVENTS



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

# 12 Οκτωβρίου 2025: Η άσκηση είναι φάρμακο – Δώσε βάρος!



2025 Conference  
-related EVENTS



ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

# 18 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025

Ο ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΙΔΙΟΚΤΗΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΩΝ ΑΧΑΙΑΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ ΤΟ ΠΡΩΤΟ FITNESS EVENT ΣΤΗΝ ΠΑΤΡΑ

**ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ**  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

**ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ**  
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ ΑΧΑΪΑΣ

**ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ**  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΣΥΛΛΟΓΩΝ ΙΔΙΟΚΤΗΤΩΝ

**Exercise is Medicine:** Παγκόσμιο κίνημα για την υγεία  
- Μια ευκαιρία για τα ελληνικά γυμναστήρια

Ματίνα Κουτρομπή  
Κλινική Εργοφυσιολόγος  
Emerging Leader-EIM Greece

Διοργανωτές:



Συνδιοργανωτές:



**24 Οκτωβρίου 2025**

**14:10-14:30 Σωματική άσκηση στον καρκίνο**

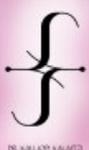
**Προεδρείο: Καθλιόπη Καλαϊτζή, Ιωάννα Γαλανού**

**14:10-14:30 Αναστάσιος Φιλίππου - Πρωτόκολλα θεραπευτικής άσκησης στον καρκίνο**

Η προοπτική της Μακροζωίας στον καρκίνο και η Επανάσταση της Ρομποτικής Χειρουργικής στον καρκίνο του μαστού



Πρόεδροι οργανωτικής - επιστημονικής ημερίδας



**Δρ. Καθλιόπη Καλαϊτζή**  
Ιατρός Φυσικής Ιατρικής  
Αποκατάστασης &  
Ιατρικής Τρόπου Ζωής

**Δρ. Ιωάννα Γαλανού**  
Χειρουργός Μαστού - Μαστολόγος



**Dr. IOANNA GALANOU**  
Χειρουργός Μαστού - Μαστολόγος  
Φυσική Ιατρική - Φυσιοθεραπεία  
Ογκολογική Χημειοθεραπεία - Πλαστική &  
Επανεμφυτεύση Αποκατάσταση Μαστού

Με την  
υποστήριξη του:



ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ "EXERCISE IS MEDICINE-GREECE" 2025

Cardio  
**LIFE**style  
2025  
2η ΧΡΟΝΙΑ

2 μέρες  
Μοναδική  
Γιορτή  
Καρδιάς!!

Δωρεάν, για όλους!!!

1 & 2  
Νοεμβρίου 2025



Πειραιώς 144, Αθήνα



Συνδιοργανωτές



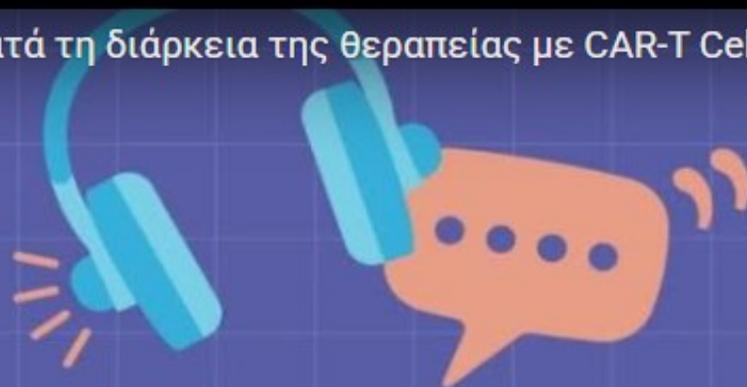
Exercise  
is Medicine®  
Greece

**November 1–2:**  
**Cardio Lifestyle 2025,**  
**Serafio,**  
**Municipality of Athens**

Διήμερη επιστημονική και  
ενημερωτική εκδήλωση  
για την καρδιά

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
“EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2025

Επ.7: Ολιστική φροντίδα κατά τη διάρκεια της θεραπείας με CAR-T Cells (Chimeric Antigen Receptor T λεμφοκυττάρων)



PODCAST BY  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΚΑΡΚΙΝΟΥ  
ΕΛΛΟΚ

**13 Νοεμβρίου 25**

Ο

Το podcast της ΕΛΛΟΚ (Ελληνική Ομοσπονδία Καρκίνου)

ΕΛΕΦΑΝΤΑΣ

ΣΤΟ

ΔΩΜΑΤΙΟ



# 2<sup>ο</sup> ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Υβριδικό συνέδριο



## Princeps ars medendi

14 & 15 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025

Αμερικανική Σχολή Κλασικών Σπουδών | Αμφιθέατρο Cotsen Hall



Με τη συμμετοχή  
φοιτητών Ιατρικής,  
Νοσηλευτικής  
και Βιολογίας

Υπό την Αιγίδα των



**14 Νοεμβρίου 2025**

Θεματική ενότητα: «**Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΤΟΥ ΤΡΟΠΟΥ ΖΩΗΣ  
ΩΣ ΠΡΟΛΗΨΗ ΣΤΗΝ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑ**»

**09:50-10:10 Ο ρόλος της άσκησης στην  
πρόληψη και θεραπεία του καρκίνου**

**Α. Φιλίππου**

# Excellence in Obesity

**21 & 22 NOE** 

**Μουσείο Μπενάκη,**  
Πειραιώς 138, Αμφιθέατρο

| [www.pemep.gr](http://www.pemep.gr) |

► Θα χορηγηθούν  
16 Ευρωπαϊκά Μόρια  
Συνεχιζόμενης Ιατρικής  
Εκπαίδευσης  
(ECMECs Credits)

Υπό την Αιγίδα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Υγείας



1<sup>η</sup> Επιστημονική Εκδήλωση Πανελλήνιας  
Εταιρείας Μελέτης της Παχυσαρκίας (PEMEM)

**21 Νοεμβρίου 2025**

◁ 12:20-12:40 Η άσκηση στην αντιμετώπιση της  
παχυσαρκίας  
Ομιλητής: Α. Φιλίππου

◁ 12:40-13:00 Κλινικό περιστατικό  
Ασθενής 67 ετών με ΔΜΣ 37kg/m<sup>2</sup> υπό αγωγή με GLP-1  
ανάλογο  
Μ. Γιαννακούλια & Α. Φιλίππου



ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΕΡΕΥΝΑΣ  
ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΗ



ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ  
με το Διαβητολογικό Κέντρο  
της Β' Παθολογικής Κλινικής  
του Πανεπιστημίου Αθηνών,  
ΙΠΠΟΚΡΑΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

Ετήσια Μετεκπαιδευτικά  
Σεμινάρια για το

ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

“ΒΑΣΟΣ ΚΑΡΑΜΑΝΟΣ”

[www.karamanosseminars.gr](http://www.karamanosseminars.gr)

24  
28

ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ  
2025

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ 

ΓΡΑΦΕΙΟ  
ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ  
ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ



Λακωνικό 17, 106 80 Αθήνα  
Τηλ: 210 36 34 944  
E-mail: [info@eic.gr](mailto:info@eic.gr)  
Site: [www.eic.gr](http://www.eic.gr)

**Δευτέρα 24 Νοεμβρίου 2025**

**12:00 – 12:30**

**Η άσκηση στην αντιμετώπιση  
του Σακχαρώδους Διαβήτη  
Α. Φιλίππου**



Ελληνική Ιατρική Εταιρεία  
Κλινικών Εφαρμογών & Θεραπευτικής  
Χρόνιων Νοσημάτων

ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



1<sup>ο</sup>

## ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΧΡΟΝΙΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ

ΑΠΟ ΤΗ ΒΑΣΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗ  
ΕΩΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ  
ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΣΤΗΝ  
Π.Φ.Υ

28-30 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025

Ξενοδοχείο: **Xenia Palace**, Πορταριά-Πήλιο

Υπό την Αιγίδα  
ΤΟΥ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ  
ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ



Primary Care

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



CONGRESS WORLD  
Οργάνωση Συνεδρίων  
Μικραϊσσοπούλου 27, 115 28 Αθήνα  
T. 210 7222 518, F. 210 7210 089  
E. info@congressworld.gr, reception@congressworld.gr  
W. http://www.congressworld.gr

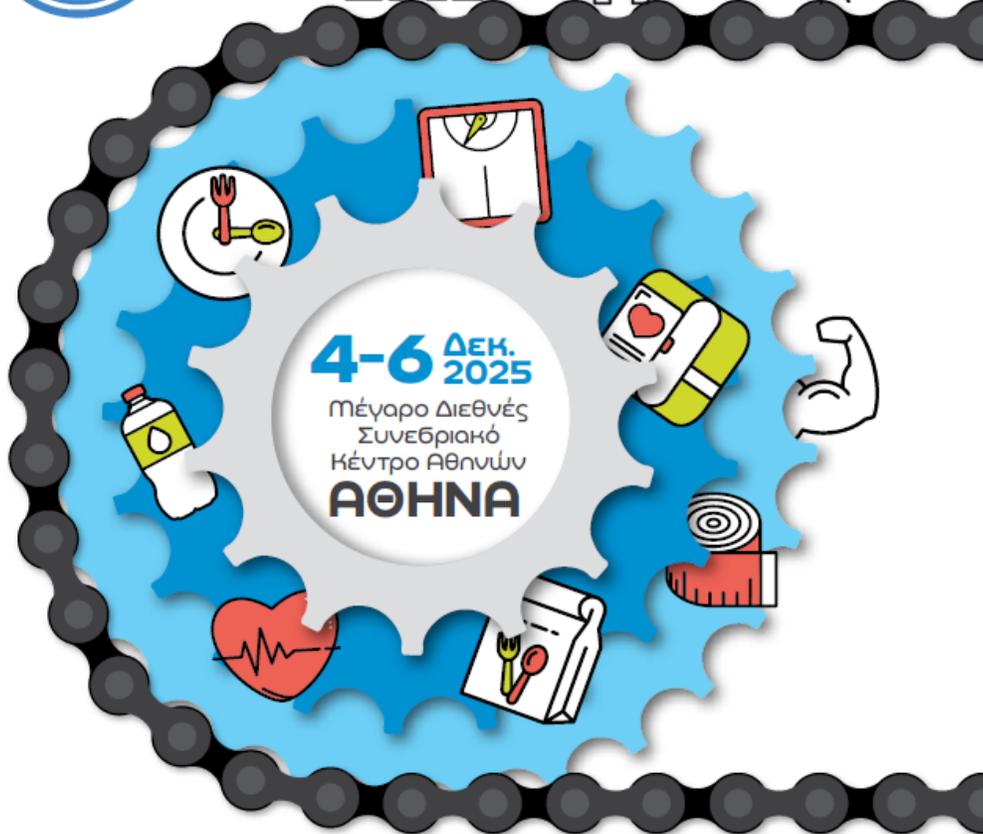
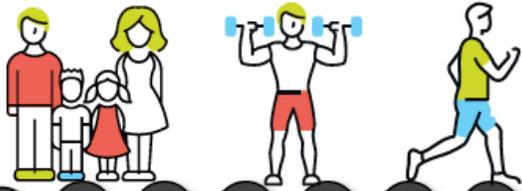
## ΣΑΒΒΑΤΟ 29 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025

18.30-19.30 Στρογγυλό Τραπέζι Φιλοξενούμενης Ιατρικής  
Εταιρείας  
(ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΕΛΕΤΗΣ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ)

Διάσωση άλιπου ιστού κατά τη φαρμακευτική  
θεραπεία της παχυσαρκίας: Ο ρόλος της άσκησης  
**Α. Φιλίππου**

# 18 ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ Διατροφής & Διαιτολογίας

Φορέας Διοργάνωσης



**Πέμπτη, 4 Δεκεμβρίου 2025**

ΣΤΡΟΓΓΥΛΟ ΤΡΑΠΕΖΙ | ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΗ  
ΣΥΜΜΑΧΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ

ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ –

ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ:  
ΜΙΑ ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΣΕ ΜΙΑ ΕΘΝΙΚΗ  
ΠΡΟΚΛΗΣΗ

– Σωματική Δραστηριότητα στην Παχυσαρκία:  
Τι Λένε οι Οδηγίες, Τι Μπορεί να Γίνει Πράξη  
Αναστάσιος Φιλίππου

# Νεφρολογικό Συμπόσιο 2025

**05-07** Δεκεμβρίου

Larissa Imperial Hotel, **Λάρισα**



**Παρασκευή, 05 Δεκεμβρίου 2025**

11:00 - 12:30 Στρογγυλή Τράπεζα  
Ιατρική του τρόπου ζωής - Νέες Τάσεις και εξελίξεις

- Η άσκηση είναι φάρμακο - Υπάρχουν τα στοιχεία για την Εθνική Συνταγογράφηση;

**A. Φιλίππου**

5  
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ  
2025

Η Άσκηση ως εξελικτική  
αναγκαιότητα για  
πρόληψη και θεραπεία  
στην σύγχρονη  
κοινωνία



Παρασκευή, 5 Δεκεμβρίου 2025  
ώρα 18:00-20:00

Αμφιθέατρο Κατσιόρα

Εισήγηση 1: Η ΑΣΚΗΣΗ ΩΣ ΣΥΝΤΑΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

Εισήγηση 2: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ  
ΜΕ ΠΟΛΛΑΠΛΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ

Εισήγηση 3: ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Εισήγηση 4: Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ  
ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ  
ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΝΟΣΩΝ.



- Η εκδήλωση πραγματοποιείται από το:
- Τμήμα Ιατρικής, Σχολής Επιστημών Υγείας, Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,
  - Ν.Τ. της ΠΕΠΦΑ (Πανελλήνια Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής),
  - Εθνικό Κέντρο - Exercise is Medicine-Greece,
  - Δήμο Λαρισίων.

Η εκδήλωση εντάσσεται στις Ιπποκρατικές Περιπλανήσεις.

Παρασκευή, 05 Δεκεμβρίου 2025

Η άσκηση ως συνταγή υγείας –  
Φιλίππου Α.

Επιμορφωτική-Επιστημονική Ημερίδα  
“Η Άσκηση ως εξελικτική αναγκαιότητα για πρόληψη και  
θεραπεία στην σύγχρονη κοινωνία”

Συνδιοργανωτές: Ν.Τ. της ΠΕΠΦΑ ( Πανελλήνια Ένωση  
Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής) ν. Λάρισας,  
Τμήμα Ιατρικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του  
Πανεπιστημίου Θεσσαλίας,  
Εθνικό Κέντρο - Exercise is Medicine-Greece

Αμφιθέατρο Ιατρικής Σχολής στο κτίριο “Κατσιόρα” – Λάρισα

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ “EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2025

Ιπποκρατικές  
Περιπλανήσεις

“Αν μπορούσαμε να δώσουμε σε  
κάθε άτομο την σωστή δόση  
άσκησης και διατροφής – ούτε  
πολύ λιγότερη, ούτε πολύ  
περισσότερη – τότε θα είχαμε  
βρει τον ασφαλέστερο δρόμο για  
την Υγεία”

## ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΣΗ ΤΗΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

Αναστάσιος Φιλίππου,<sup>i</sup> Πέτρος Ντίνας,<sup>ii</sup> Κώστας Χρυσανθόπουλος,<sup>iii</sup>

Το κεφάλαιο προσαρμόστηκε από: Forhan M, Grand C, Hung P. Canadian Adult Obesity Clinical Practice Guidelines: Enabling Participation in Activities of Daily Living for People Living with Obesity (version 1, 2020). Available from: <https://obesitycanada.ca/healthcare-professionals/adult-clinical-practice-guideline>. © 2020 Obesity Canada

- <sup>i</sup> Καθηγητής Φυσιολογίας – Φυσιολογίας της Άσκησης, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
- <sup>ii</sup> Μεταδιδακτορικός Ερευνητής, Εργαστήριο Περιβαλλοντικής Φυσιολογίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας
- <sup>iii</sup> Ειδικό Εκπαιδευτικό Προσωπικό, Εργαστήριο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

### Παραθέστε αυτό το κεφάλαιο:

Διευκόλυνση της συμμετοχής στις καθημερινές δραστηριότητες για τα άτομα με παχυσαρκία. Προσαρμογή Κατευθυντήριων Οδηγιών Κλινικής Πρακτικής για τη Διαχείριση της Παχυσαρκίας στους Ενήλικες (Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, έκδοση 1, 2025) από: Φιλίππου Α, Ντίνας Π, Χρυσανθόπουλος Κ. Το κεφάλαιο προσαρμόστηκε από: Forhan M, Grand C, Hung P. Canadian Adult Obesity Clinical Practice Guidelines: Enabling Participation in Activities of Daily Living for People Living with Obesity (version 1, 2020). Available from: <https://obesitycanada.ca/healthcare-professionals/adult-clinical-practice-guideline>. © 2020 Obesity Canada. Διαθέσιμο στο: <https://www.action4obesity.gr/guidelines> Πρόσβαση στις [Ημ/νία].



## ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

Κλινικής Πρακτικής  
για τη διαχείριση της παχυσαρκίας  
ενηλίκων στην Ελλάδα



# Η ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

Αναστάσιος Φιλίππου,<sup>i</sup> Κώστας Χρυσανθόπουλος,<sup>ii</sup> Πέτρος Ντίνας,<sup>iii</sup>

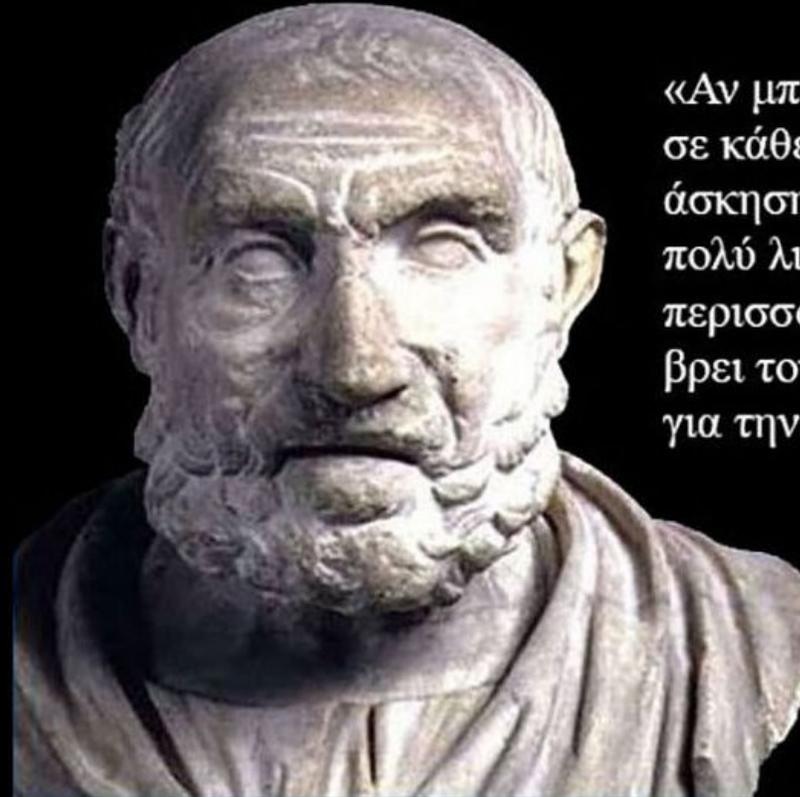
Το κεφάλαιο προσαρμόστηκε από: Boulé NG, Prud'homme D. Canadian Adult Obesity Clinical Practice Guidelines: Physical Activity in Obesity Management (version 1, 2020). Available from: <https://obesitycanada.ca/healthcare-professionals/adult-clinical-practice-guideline>. © 2020 Obesity Canada

- <sup>i</sup> Καθηγητής Φυσιολογίας-Φυσιολογίας της Άσκησης, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
- <sup>ii</sup> Ειδικό Εκπαιδευτικό Προσωπικό, Εργαστήριο Φυσιολογίας, Ιατρική Σχολή, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
- <sup>iii</sup> Μεταδιδακτορικός ερευνητής, Εργαστήριο Περιβαλλοντικής Φυσιολογίας, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

### Παραθέστε αυτό το κεφάλαιο:

Η σωματική δραστηριότητα στη διαχείριση της παχυσαρκίας. Προσαρμογή Κατευθυντήριων Οδηγιών Κλινικής Πρακτικής για τη Διαχείριση της Παχυσαρκίας στους Ενήλικες (Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, έκδοση 1, 2025) από: Φιλίππου Α, Χρυσανθόπουλος Κ, Ντίνας Π. Το κεφάλαιο προσαρμόστηκε από: Boulé NG, Prud'homme D. Canadian Adult Obesity Clinical Practice Guidelines: Physical Activity in Obesity Management (version 1, 2020). Available from: <https://obesitycanada.ca/healthcare-professionals/adult-clinical-practice-guideline>. © 2020 Obesity Canada. Διαθέσιμο στο: <https://www.action4obesity.gr/guidelines>. Πρόσβαση στις [Ημ/νία].

## Ενημέρωση της ιστοσελίδας μας



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

Ιπποκράτης 460-377 π.Χ

Exercise is Medicine-Greece



[https://www.facebook.com/EIMGreece?locale=el\\_GR](https://www.facebook.com/EIMGreece?locale=el_GR)



## Exercise Is Medicine Greece

5,1 χιλ. ακόλουθοι • Ακόλουθοι: 10

Ακολουθείτε

Μήνυμα

Αναζήτηση

**Ανάρτηση μεταφρασμένων, επιστημονικών άρθρων σε τακτική, εβδομαδιαία βάση**

[Δημοσιεύσεις](#)

[Πληροφορίες](#)

[Ονομαστικές αναφορές](#)

[Κριτικές](#)

[Reels](#)

[Φωτογραφίες](#)

[Περισσότερα](#)



### Εισαγωγική κάρτα

To make physical activity and exercise a standard part of a disease prevention and treatment medical paradigm in Greece.

### Επιλεγμένα



Ο χρήστης Exercise Is Medicine Greece δημιούργησε μια...

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ ΠΕΠΡΑΓΜΕΝΩΝ ΕΘΝΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ  
“EXERCISE IS MEDICINE-GREECE” 2025



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