



#BEACTIVE



ΗΜΕΡΙΔΑ
'ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΗ - ΣΤΗΝ ΝΟΣΟ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ
(ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΩΝ ΔΡΑΣΕΩΝ BE ACTIVE)
30 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2021

ΑΙΘΟΥΣΑ: UNESCO, ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ



Ωρα	Θέμα	Ομιλητής
18:30	Εγγραφές	
19:10-19:15	Χαιρετισμοί	
19:15-19:30	Διατροφή και αθλητική απόδοση	Κος Λάζαρος Λαζάρου
19:30-19:45	Διατροφική εκπαίδευση για αθλητή/ αθλούμενο με διαβήτη	Δρ Χριστιάνα Φιλίππου
19:45-20:00	Διατροφή, Ύπνος και Άσκηση	Κος Άγγελος Βλαχογιάννης
20:00-20:15	Βραβεία στους καλύτερους φοιτητές από τον Σύνδεσμο Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου και Cheapsoft για τα έτη 2019-2020 και 2020-2021	Δρ Ελένη Ανδρέου(ΣυΔιΚυ, UNIC) Δρ Γιώργος Γρηγορίου(DEAN) Καθ. Κυριάκος Φελέκκης (HOD) Κος Γιώργος Στυλιανού (Cheapsoft)
	Καφές/ Χυμοί	

ΔΩΡΕΑΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Συντονισμός: Δρ Ελένη Ανδρέου

Ηλεκ. Διεύθυνση και τηλ. Επικοινωνίας: eandrou@eleniandrou.diet;
androu.el@unic.ac.cy ; 22452288/58

Οι παρουσιάσεις θα είναι στα Ελληνικά.

Θα δοθεί:

Πιστοποιητικό παρακολούθησης για την ημερίδα

Προετοιμασία/Οργάνωση: Πρόγραμμα Διαιτολογίας & Διατροφής, Τμήμα Επιστημών Ζωής και Υγείας, Πανεπιστήμιο Λευκωσίας



Σε συνεργασία: Σύνδεσμος Διαιτολόγων και Διατροφολόγων Κύπρου και #BEACTIVE <https://www.beactive.cy/>

#BEACTIVE



Υποστήριξη: High and Coaching Solutions

Ή παράκληση να έχετε το safe pass ή αποδεικτικό 48 ωρών rapid test'

#BEACTIVE

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

23 - 30 Σεπτεμβρίου



Άσκηση και Διατροφή Στην Νόσο και στην Υγεία

Time: 19.00

Date: 30/9/2021

Place: UNIC

Η Ημερίδα αυτή θα δώσει απλή ουσιαστική και ποιοτική επιμόρφωση όσο αφορά τις διατροφικές ανάγκες σε αθλητές και αθλούμενους τόσο στον γενικό πληθυσμό όσο και σε άτομα με κλινικές παθήσεις. Έμφαση θα δοθεί στις αλληλεπιδράσεις της διατροφής της άσκησης και του ύπνου. Ειδικότερη έμφαση θα δοθεί στον έλεγχο του ζάχαρου των ατόμων που έχουν διαγνωστεί με διαβήτη και επιθυμούν να γυμνάζονται συστηματικά. Η Δράση είναι ανοικτή στο κοινό χωρίς καμία απολύτως χρέωση με ηλεκτρονική εγγραφή στο ucicertifiedcoach@gmail.com. Θα τηρηθούν πιστά όλα τα πρωτοκόλλα του Υπουργείου Υγείας που εφαρμόζονται ενάντια στην διασπορά και την εξάπλωση



<https://ec.europa.eu/sport/week>



Εθνικός Συντονιστικός Φορέας
Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού

Διοργανωτές:



HIGH END
Coaching Solutions



Χορηγοί Επικοινωνίας:



Υποστηρικτές Επικοινωνίας:



Η εκδήλωση θα αποσκοπεί για σκοπούς προβολής της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Αθλητισμού

Συγχρηματοδοτείται από
το Πρόγραμμα Erasmus+
της Ευρωπαϊκής Επιτροπής



Document Converter