

הכנס השנתי השישי לתזונה, מאמץ גופני ואימון

25.3.2020 | יום | וואהל סנטר מרכז הכנסים



להרשמה לחצו כאן <

מליאת בוקר			08:45-10:45
דברי פתיחה - יו"ר הכנס: יאיר להב, דיאטן קליני ופיזיולוג מאמץ ורקפת אריאלי, דיאטנית קלינית וספורט Nutritional support for exercise-induced injuries - ד"ר אוליבר וויטרד (בחסות אלטמן) מיומנויות רגשיות לארגז הכלים המקצועי שלנו - פרופ' ענת קלומק בורנשטיין פסיכולוגית קלינית מומחית, ראשת התוכנית לפסכולוגיה קלינית, בית ספר ברוך איבצ'ר לפסיכולוגיה, המרכז הבינתחומי הרצליה "החיים על רגל אחת" - מיומנו של שיאן העולם במרתון - איתן חרמון			08:45-09:00 09:00-09:45 09:45-10:15 10:15-10:45
הפסקת בוקר			10:45-11:10
			11:10-12:25
מושב בריאות 1 מגדר	מושב תזונת ספורט 1	מושב אימון 1	
יו"ר פרופ' נעמה קונסטנטיני	Game changer - האם שונו חוקי המשחק? יו"ר ד"ר שון פורטל	אוכלוסיות מיוחדות יו"ר גיא שלמון	
מה מיוחד אמצעי מניעה לספורטאיות? פרופ' דניאל זיידמן - אגף נשים, מרכז רפואי שיבא ואוניברסיטת ת"א	Protein from plant and animal sources: What's the difference for muscle remodelling in athletes? ד"ר אוליבר וויטרד - King's College London	פעילות גופנית זה לא משחק ילדים הנחיות איגוד רופאי הילדים לפעילות גופנית בקרב ילדים פרופ' גל דובנוב-רז - מנהל מרפאת ספורט, תזונה ואורח חיים בריא בית החולים אדמונד וילי ספרא לילדים, מרכז רפואי שיבא, תל השומר	
תזונה והורמונים בספורטאים פרופ' נעמה קונסטנטיני - מומחית ברפואת משפחה ורופאת ספורט, מנהלת המרכז לרפואת ספורט ע"ש היידי רוטברג, מרכז רפואי שע"צ ויו"ר Exercise Is Medicine ישראל	האם תזונה טבעונית בריאה יותר? הילה זליכה - דיאטנית קלינית ודוקטורנטית לאפימיולוגיה	ללידה היכון, הכן, צא! סף הדופק המקסימלי באימון גופני בהריון גיא שלמון - דיאטן קליני ופיזיולוג מאמץ. החוג למדעי התזונה, המכללה האקדמית תל חי	
רפואה לקהילה הטרנסג'נדרית ד"ר גל וגנר קולסקו - מומחה ברפואת משפחה ומנהל המרפאה הגאה - כללית גן מאיר	טבעונות בספורט: מהר יותר, גבוה יותר, חזק יותר? נועם רדליך - דיאטנית קלינית וספורט, המרכז לרפואת ספורט שערי צדק	איך נתגדר מול תנגודת אנאבולית? תפקידם של פעילות גופנית וחלבון בצמצום תנגודת אנאבולית בחלוף השנים (בחסות מועצת החלב) יאיר להב - דיאטן קליני, פיזיולוג מאמץ, מרכז להב, המחלקה לתזונה ברחובות, האוניברסיטה העברית	
סיפור אישי - מייקל גילת		להיות פיט בלי לקרוס אימון הקרוספיט ופציעות - "בלתי נמנע" אביחי סורוקה - פיזיותרפיסט MscPT דוקטורנט החוג לפיזיותרפיה, אוניברסיטת תל אביב, "טארגט המרכז לפיזיותרפיה ולאורח חיים בריא"	
ארוחת צהריים			12:25-13:15
מליאת צהריים			13:15-14:45
יו"ר פרופ' רות בירק - דקן הפקולטה למדעי הבריאות, ראש המעבדה לתזונה ורפואה מותאמת אישית, אוניברסיטת אריאל			
Protein recommendations for maximising muscle mass in athletes - ד"ר אוליבר וויטרד	שותים נוגדי חמצון - רקפת אריאלי, דיאטנית ספורט מטעם הוועד האולימפי הבינ"ל, המרכז לרפואת ספורט שערי צדק (בחסות ויסוצקי)	פאנל ספורטאים - לקראת טוקיו 2020 - אנסטסיה גלושקוב וטטיאנה צים - השתתפו ב-4 אולימפיאדות בשחייה אומנותית	13:15-13:50 13:50-14:20 14:20-14:45
הפסקה וכניסה למושבים			14:45-15:00
			15:00-16:00
מושב בריאות 2	מושב תזונת ספורט 2	מושב אימון 2	
יו"ר פרופ' יורם אפשטיין	יו"ר רוני שפר	יו"ר ד"ר גילי יוסף	
קנביס ומוצרי - השפעות בריאותיות לבריאים, חולים וספורטאים ד"ר איליה רזניק - מומחה בפסיכיאטריה כללית ומבוגרים. מנהל רפואי, מ.ר.ג.א. - מכון רפואי לנזירופסיכיאטריה אבחנתית, כללית ומשפטית, חבר בוועד המנהל של האיגוד הבינלאומי למען רפואה קנאבינוידית	תוספי תזונה מבוססי קולגן, מעיין נעורים יופי או אופנה חולפת...? ד"ר נועם חי - מנתח פלסטי, חבר האיגוד הישראלי לכירורגיה פלסטית ואסתטית מידטאון מדיקל, מרפאת מומחים לרפואה אסתטית, תל אביב, מרכז רפואי שי-מדיקל תל השומר	פעילות אירובית נכוח: שומרים על איכות השריר לאורך השנים ד"ר ניר גולדשטיין - המחלקה לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת, בית הספר לבריאות הציבור הפקולטה לרפואה אוניברסיטת תל אביב	
שינה וביצועים ספורטיביים ד"ר דליה נבות-מינצ'ר - האקדמיה למצוינות בספורט והסגל האולימפי בגלישה ובשיט מרכז ריבשטיין לרפואת ספורט ולמחקר, מכון וינגייט. מחוז צפון, שרותי בריאות כללית	הרזיה בשנת 2020 - מהו הבסיס המדעי לדיאטות הפופולאריות? צחי כנען - דיאטן קליני M.Sc. קליניקה והמעבדה המטבולית Room Calorimeters - רמת החייל, ת"א. דוקטורנט במחלקה לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת באוניברסיטת תל אביב	שריר כאיבר הורמונלי - "סודם של המיוקנים באימון ובבריאות" פרופ' יובל חלד - מכון הלר למחקר רפואי תל השומר, והפקולטה למדעים, סמינר הקיבוצים	
פעילות גופנית וניתוחים בריאטריים אריאלה גולדנשולגר - דוקטורנטית באפידמיולוגיה, ביה"ס לבריאות הציבור ומכון סילבנס אדם לספורט אוניברסיטת תל אביב	קולגן לספורטאים - פייק ניוז? אמיר וינוגרד - דיאטן ספורט קליני	מי הזיז את החוליה שלי - מיתוסים נפוצים בכאבי גב תחתון רון שביט - פיזיותרפיסט M.Sc., אוניברסיטת אריאל	

* בין המבקרים בתערוכה שיענו נכונה על שאלון החברות יוגרלו אוזניות AirPods

* יתכנו שינויים בתוכנית הכנס

להרשמה לחצו כאן <



להרשמה לחצו כאן <