

Ζώντας με τον Ηλικιωμένο: Μακροζωία, Ευζωία και Ποιότητα Ζωής στην Κοινότητα

Σύγχρονες Γηριατρικές Προσεγγίσεις

26 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2026 | 9:30 - 16:00
ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΘΕΑΤΡΟΥ ΤΥΡΝΑΒΟΥ

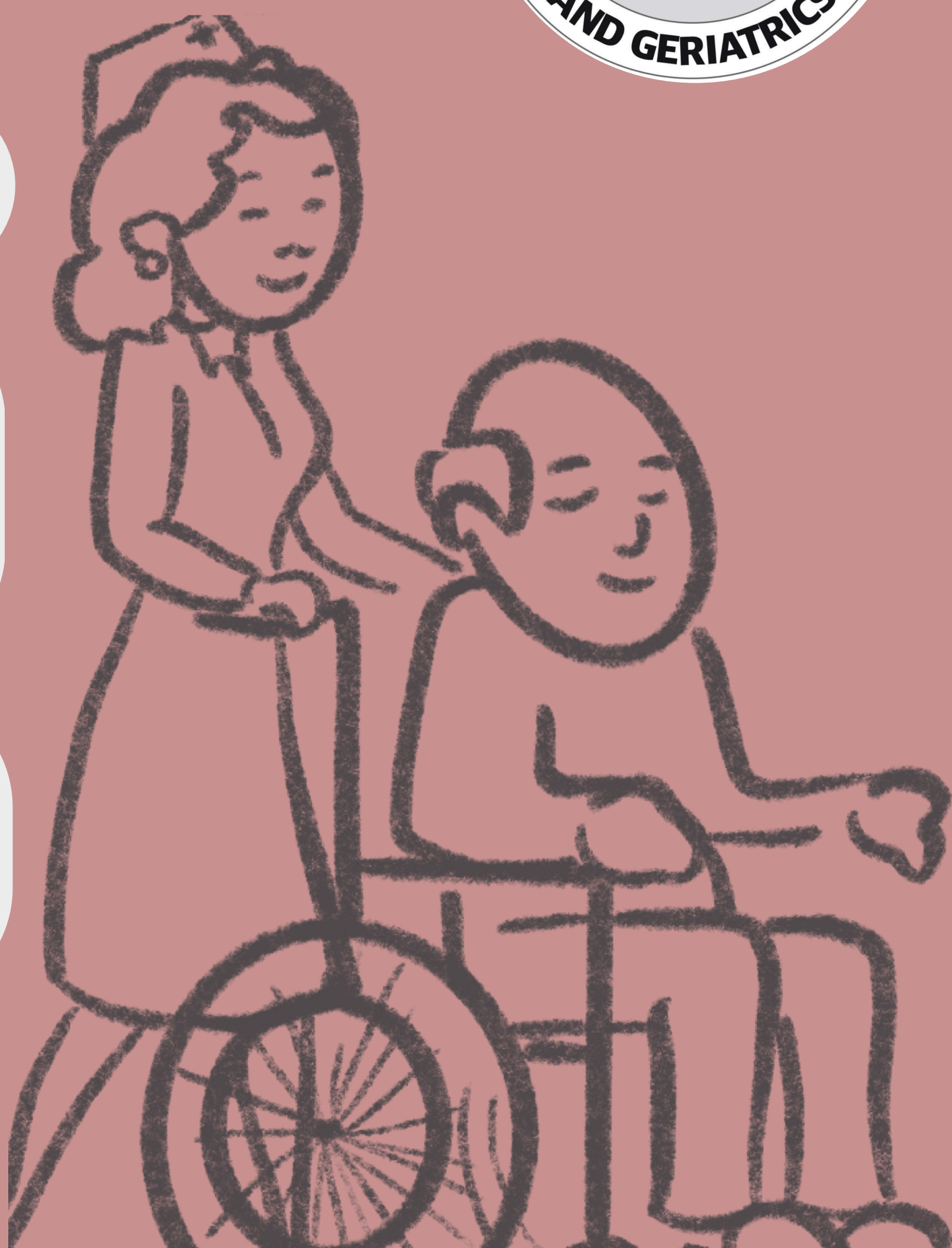


ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΥΠΕΥΘΥΝΗ:
Θεοδώρα Παπαμήτσου

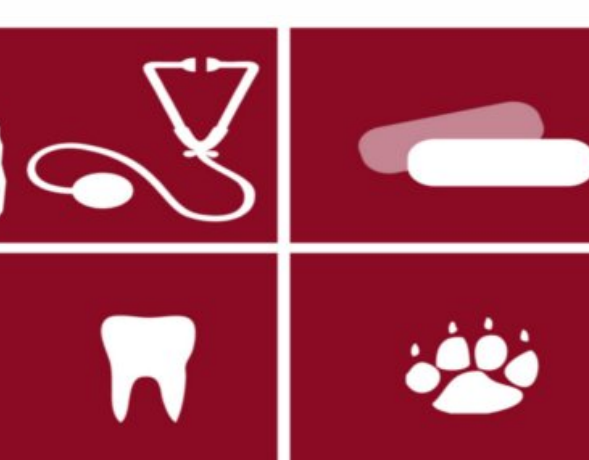
Διοργάνωση από το
Διιδρυματικό Πρόγραμμα
Μεταπτυχιακών Σπουδών
“ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΓΕΡΟΝΤΟΛΟΓΙΑ
& ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗ”

Υπό την αιγίδα του
Τμήματος Ιατρικής ΑΠΘ
και της Σχολής Επιστημών
Υγείας ΑΠΘ

Με την υποστήριξη του
Δήμου Τυρνάβου



ΔΗΜΟΣ ΤΥΡΝΑΒΟΥ
MUNICIPALITY OF TIRNAVOS



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



9:00-9:30 Εγγραφές

9:30-10:00 Χαιρετισμοί

10:00- 10:50 Εναρκτήριες Ομιλίες

Παθοφυσιολογία της Γήρανσης, Παπαμήτσου Θεοδώρα

Συνδρομή της τοπικής κοινωνίας στην Υγιή Γήρανση, Μπαμίδης Παναγιώτης

10:50- 12:20 Ζώντας με τον Ηλικιωμένο: Υγεία, Πρόληψη και καθημερινές προκλήσεις

Προεδρείο: Σωτηρίου Σωτήριος, Ιωάννου Μαρία, Κούρτη Μαρία,
Αγγελοπούλου Αθηνά

Ο ηλικιωμένος στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια περίθαλψη.
Προκλήσεις στο εθνικό σύστημα υγείας, Αγγελοπούλου Αθηνά

Τι σημαίνει καλή ζωή στην Τρίτη ηλικία; Από τις ανάγκες του
ηλικιωμένου στον ρόλο του προσωπικού ιατρού, Μάρτου Μαρία

Σύνδρομο Ευπάθειας (Frailty) και Σαρκοπενία. Πώς επηρεάζουν την
ανεξαρτησία του ηλικιωμένου, Κιόσης Γεώργιος

Η σημασία του προληπτικού ελέγχου και των εμβολιασμών στην Τρίτη
ηλικία, Σκουρτσίδης Κανέλλος

Χειρουργικές και μεταχειρουργικές επιπλοκές στην Τρίτη Ηλικία,
Τσόκκου Σοφία

12:20-13:20 Οδηγός Ποιότητας Ζωής: Υγιής Εγκέφαλος, Εμμηνόπαυση και
Δημιουργική Απασχόληση

Προεδρείο: Καραχρυσάφη Σοφία, Καλινδέρη Καλιρρόη, Μάρτου Μαρία
Υγιής Εγκέφαλος και Άνοια: Προστατεύοντας τη Μνήμη και την
Αξιοπρέπεια, Παπαλιάγκας Βασίλειος

Εμμηνόπαυση: Συμβουλές για καλύτερη ποιότητα ζωής, Σωτηρίου Σωτήριος

Η Συμβολή του Θεάτρου στην Τρίτη Ηλικία, Βούλτσος Πολυχρόνης

Εθελοντισμός, Δημιουργική Απασχόληση και Κοινωνική Προσφορά στην
Τρίτη Ηλικία, Κισκινίδου Σταματία



13:20-14:40 Πώς η Κίνηση, η σωστή Διατροφή και οι δικοί μας Άνθρωποι μας κρατούν Νέους απέναντι στον Χρόνο

Προεδρείο: Ταγαράκης Γεώργιος, Τσολάκη Φανή, Τσιβιλίκα Μαρία

Εκφυλιστικές παθήσεις σπονδυλικής στήλης: Επαναφέροντας την κίνηση και την ποιότητα ζωής στον ηλικιωμένο ασθενή, Σπηλιωτόπουλος Θεοδόσιος

Υγιής Γήρανση και Διαβήτης: Πρακτικές συμβουλές, Κάντζιου Μαρία

Η σημασία της διατροφής και των βιταμινών, Φρύδα Παρασκευή

Ο ρόλος του φροντιστή και της οικογένειας στην ευζωία και την μακροζωία . Μπουτζέτη Ευανθία

14:40-15:30 Workshop: Ο Ηλικιωμένος στο κέντρο υγείας μετά από πτώση

Πρώτη εκτίμηση από τον Γενικό Ιατρό - Πώς θα προλάβουμε την επόμενη πτώση, Μάρτου Μαρία

Αστάθεια και Ζάλη: Προλαμβάνοντας τις Πτώσεις και βελτιώνοντας την ισορροπία, Τσεριώτης Βασίλειος

Πολυφαρμακία και πτώσεις, Στεργίου Κωνσταντίνος

Αξιολόγηση κινητικότητας και άσκηση για να προλάβουμε την επόμενη πτώση, Φυσέκης Ιωάννης

Πτώση και κάκωση κεφαλής. Πότε χρειάζεται εκτίμηση από νευροχειρουργό, Παπαδοπούλου Κυριακή

15:30-16:00 Ελεύθερες Ανακοινώσεις

16:00 Τελετή Λήξης - Συμπεράσματα- Συμμετοχή της χορωδίας "FEMANIMA" συλλόγου γυναικών Τυρνάβου (Υπεύθυνος: Θέμης Σαματζής)



ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

Παπαμήτσου Θεοδώρα

ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Αντωνίτση Χρυσάνθη
Ιωάννου Δέσποινα
Κάντζιου Μαρία
Καραχρυσάφη Σοφία
Κιόσης Γεώργιος
Μάρτου Μαρία
Μπουτζέτη Ευανθία
Παπαδοπούλου Κυριακή
Σακκά Γεωργία
Σκουρτσίδης Κανέλλος
Σπηλιωτόπουλος Θεοδόσιος
Στεργίου Κωνσταντίνος
Τσεριώτης Βασίλειος
Τσιβιλίκα Μαρία
Τσόκκου Σοφία
Τσολάκη Φανή

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Αγγελοπούλου Αθηνά
Βούλτσος Πολυχρόνης
Ιωάννου Μαρία
Καλινδέρη Καλιρρόη
Κούρτη Μαρία
Μπαμίδης Παναγιώτης
Παπαλιάγκας Βασίλειος
Σωτηρίου Σωτήριος
Ταγαράκης Γεώργιος

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΟΜΙΛΗΤΩΝ

Αγγελοπούλου Αθηνά Διευθύντρια Γηριατρικού Τμήματος, Γενικό Περιφερειακό Νοσοκομείο Macclesfield, Ηνωμένο Βασίλειο

Βούλτσος Πολυχρόνης Καθηγητής Ιατρικού Δικαίου και Ηθικής, Τμήμα Ιατρικής, Α.Π.Θ.



Ιωάννου Μαρία Καθηγήτρια Παθολογικής Ανατομικής, Εργαστήριο Παθολογικής Ανατομικής, Τμήμα Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Καλινδέρη Καλιρρόη Επίκουρη Καθηγήτρια Εργαστήριο Ιατρικής Βιολογίας - Γενετικής, Τμήμα Ιατρικής ΑΠΘ

Κάντζιου Μαρία Παθολόγος - Διαβητολόγος, MSc στην Εφαρμοσμένη Γεροντολογία & Γηριατρική Α.Π.Θ.

Καραχρυσάφη Σοφία Χειρουργός Οφθαλμίατρος, MD, MSc, PhD, Μεταδιδακτορική Ερευνήτρια Τμήματος Ιατρικής Α.Π.Θ.

Κιόσης Γεώργιος Προπτυχιακός φοιτητής Ιατρικής ΑΠΘ

Κούρτη Μαρία Παιδίατρος-Λοιμωξιολόγος, Επ. Καθηγήτρια Παιδιατρικής Παιδιατρικής Αιματολογίας και Ογκολογίας ΑΠΘ

Μάρτου Μαρία Επιμελήτρια Α' Γενικής Ιατρικής, Κέντρο Υγείας Ζαγκλιβερίου

Μπαμίδης Παναγιώτης Καθηγητής Ιατρικής Φυσικής και Πληροφορικής στην Ιατρική Εκπαίδευση, Διευθυντής Εργαστηρίου Ιατρικής Φυσικής και Ψηφιακής Καινοτομίας Α.Π.Θ.

Μπουτζέτη Ευανθία Απόφοιτη ΔπΜΣ "Εφαρμοσμένη Γεροντολογία Γηριατρική"

Παπαδοπούλου Κυριακή Νευροχειρουργός Επιμελήτρια Β Νευροχειρουργικής

Παπαμήτσου Θεοδώρα Καθηγήτρια Ιστολογίας- Εμβρυολογίας, Διευθύντρια του Διϊδρυματικού Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΔιΠΜΣ) «Εφαρμοσμένη Γεροντολογία και Γηριατρική»

Σκουρτσίδης Κανέλλος Προπτυχιακός φοιτητής Ιατρικής ΑΠΘ

Σπηλιωτόπουλος Θεοδόσιος Νευροχειρουργός

Στεργίου Κωνσταντίνος Απόφοιτος Φαρμακευτικής, Προπτυχιακός φοιτητής Ιατρικής ΑΠΘ

Σωτηρίου Σωτήριος Καθηγητής Εμβρυολογίας, Τμήμα Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Ταγαράκης Γεώργιος Καθηγητής Χειρουργικής Θώρακα – Καρδιάς, Τμήμα Ιατρικής Α.Π.Θ.

Τσεριώτης Βασίλειος Νευρολόγος, Υποψήφιος Διδάκτωρ Τμήματος Ιατρικής ΑΠΘ

Τσιβιλίκα Μαρία Ειδικευόμενη Πλαστικής Χειρουργικής, Υποψήφια Διδάκτωρ Τμήματος Ιατρικής ΑΠΘ

Τσόκκου Σοφία Προπτυχιακή φοιτήτρια Ιατρικής ΑΠΘ

Τσολάκη Φανή Μεταδιδάκτωρ, Τμήμα Ιατρικής Α.Π.Θ.

Φρύδα Παρασκευή Διαιτολόγος, Απόφοιτη ΔπΜΣ "Εφαρμοσμένη Γεροντολογία Γηριατρική"

Φυσέκης Ιωάννης Φυσιοθεραπευτής