

Διήμερο διατροφής, υγείας & ομορφιάς παρέα με το EYZHN!

Στις 16 και 17 Απριλίου 2016 το πρόγραμμα [EYZHN](#) συμμετείχε στο **DYO Forum Διατροφή – Υγεία – Ομορφιά**, το οποίο πραγματοποιήθηκε στο Metropolitan Expo, υπό τη διοργάνωση του ομίλου ΖΙΤΑ και του περιοδικού ΔΥΟ και σε συνεργασία με 14 επιστημονικές εταιρείες. Στο πλαίσιο της διήμερης εκδήλωσης, επιστήμονες διαφόρων ειδικοτήτων και εκπρόσωποι βιομηχανιών και εταιρειών παρευρέθηκαν στον ίδιο χώρο, προκειμένου να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους αλλά και να ενημερώσουν υπεύθυνα το κοινό σχετικά με την πρόληψη, την έγκαιρη θεραπεία και τις τρέχουσες εξελίξεις και καινοτομίες στον τομέα της υγείας.

Στη διήμερη εκδήλωση έδωσε το «παρών» η επιστημονική ομάδα του προγράμματος EYZHN, με στόχο την **ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της επιστημονικής κοινότητας και του κοινού σχετικά με τις αρχές της ισορροπημένης διατροφής, τα οφέλη ενός δραστήριου τρόπου ζωής, καθώς και τους τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισης της παχυσαρκίας και άλλων χρόνιων νοσημάτων που σχετίζονται με τη διατροφή κατά την παιδική ηλικία, σε συνεργασία με την [Ελληνική Διατροφολογική Εταιρεία \(ΕΛΔΕ\)](#).**

Στο πλαίσιο αυτό, οι παρευρισκόμενοι είχαν τη δυνατότητα να:

- **ενημερωθούν αναλυτικά για τους στόχους, τους άξονες και τις πολυδιάστατες δράσεις και παροχές του προγράμματος EYZHN** στην οικογένεια, το σχολείο και την κοινότητα,
- **παρακολουθήσουν ομιλία με θέμα «Η διατροφική πραγματικότητα των παιδιών στην Ελλάδα»** από την κα. Γλυκερία Ψαρρά (PhD, Διαιτολόγος-Διατροφολόγος, μέλος της επιστημονικής ομάδας του προγράμματος EYZHN),
- **λάβουν χρήσιμες πληροφορίες για την υγεία, την ανάπτυξη, τη διατροφή και τη σωματική δραστηριότητα κατά την παιδική ηλικία** από την ομάδα του προγράμματος EYZHN, με ταυτόχρονη διανομή σχετικού έντυπου ενημερωτικού υλικού. _____

Κατά τη διήμερη εκδήλωση πραγματοποιήθηκαν, επίσης, ομιλίες ποικίλης θεματολογίας από ειδικούς στους τομείς της ιατρικής, της διατροφής και της άσκησης, ενώ ενήλικες και παιδιά έλαβαν εξατομικευμένες συμβουλές σε θέματα υγείας και ευεξίας. Επιπλέον, οι παρευρισκόμενοι είχαν τη δυνατότητα να επωφεληθούν από τις διάφορες εξετάσεις διαγνωστικού ελέγχου που παρέχονταν χωρίς χρέωση από μέλη των επιστημονικών εταιρειών που συμμετείχαν στην εκδήλωση, όπως η αξιολόγηση της σωματικής διάπλασης και της σύστασης σώματος, η μέτρηση του βασικού μεταβολικού ρυθμού, η αξιολόγηση της ποιότητας της διατροφής, η εκτίμηση της φυσικής κατάστασης, η μέτρηση της οστικής πυκνότητας, η εκτίμηση του καρδιαγγειακού κινδύνου, η ψηλάφηση και ο υπέρηχος μαστού και η εξέταση του στοματικού βλεννογόνου.