

Brain Awareness Week: Despre sănătatea creierului

15 – 20 Martie 2021, online Romania

În luna martie are loc la nivel mondial campania Brain Awareness Week, un eveniment dedicat susținerii nevoii globale de conștientizare a sănătății creierului. Cu acest prilej în România are loc online seria de webinarii ‘**Despre sănătatea creierului**’, organizată sub egida Dana Foundation și Federation of European Neuroscience Societies, având ca organizator Asociația Pacienților cu Afecțiuni Neurodegenerative.

Această inițiativă se concentrează pe informații cuprinzătoare gratuite despre o varietate de subiecte cum ar fi de ce este importantă sănătatea creierului și ce stil de viață trebuie să adoptăm (somn, alimentație, exercițiu fizic), ce se întâmplă atunci când creierele suferă anumite afecțiuni, dar și viitorul sănătății digitale în domeniul neurologiei. Webinariile susținute de profesioniști în domeniu vor prezenta noțiuni teoretice dar și sesiuni de dezbateri urmate de Q&A.

Copiilor le este dedicat în weekend un atelier excepțional care îmbină cunoștințele științifice cu îndemânarea bricolajului și experimentarea unei călătorii originale în creierul uman.

Agendă:

15 Martie 18:30 – 20:00

Despre neuroștiință

Ce știm despre cum funcționează creierul? (Anatomie, funcții, concepte de bază)

Paul Olteanu, Mind Architect, podcast despre neuroștiință și psihologie, aplicate în viața de zi cu zi

16 Martie 18:30 – 20:00

Cum să avem un creier sănătos? Somn, nutriție și exercițiu fizic

Informații generale despre un stil de viață sănătos în general și în particular pentru sănătatea creierului.

Despre somn - Dr. Irina Oane, medic neurolog, cercetător științific, Unitatea de Monitorizare a Epilepsiei și Somnului, SUUB

Alimentația pentru un creier sănătos - Dr. Claudia Neagoș, nutriționist-dietician, absolventă a Universității de Medicină și Farmacie Iuliu Hațieganu, Cluj Napoca

Despre importanța exercițiului fizic - Drd. Kt Himena Zippenfening, UMF Victor Babeș Timișoara

17 Martie 18:00 – 20:00

Afecțiuni cu impact asupra sănătății creierului

Cum se văd afecțiunile epilepsie, Alzheimer, AVC, Parkinson, scleroză multiplă, cancer la creier - din punctul de vedere al reprezentanților asociațiilor de pacienți

Epilepsie – Ileana Stefan, director executive, Asociația Pacienților cu Epilepsie din România

Alzheimer – Raluca Sfetcu, membru board Societatea Română Alzheimer

AVC - Dr. Răzvan Radu, neurolog SUUB

Parkinson – Emilia Zagavei, președinte asociația Sufletul lalelelor

Scleroza multiplă – Cristina Vlădău, vicepreședinte APAN România

Cancer cap – Alina Comănescu, președinte asociația Sănătate pentru comunitate

18 Martie 18:00 – 19:30

Sănătatea mintală

Stres, anxietate, depresie – noul standard al vremurilor moderne?

Despre anxietate - Mădălina Manea, psihoterapeut și medic, Institutul Psychos

Despre depresie - Irina Uricariu, psiholog clinician și psihoterapeut, Institutul Psychos

Goana după fericire, Claudia Popescu-Tănase, psiholog M.D., psihoterapeut și președinte Institutul Psychos București

19 Martie 15:00 – 16:30

Digital health în domeniul #neuro

Pandemia a schimbat medicina și noi soluții inovative apar. Este viitorul luminos în ceea ce privește serviciile medicale din zona neurologiei?

Moderator Ion-Gheorghe Petrovai, moderator, medic, marketer, profesor asociat și co-fondator FreshBlood HealthTech

Mircea Popa, fondator și CEO MedicaI

Mihai Bran, cofondator ATLAS - platformă și aplicație servicii sănătate mintală

George Georgescu CEO, Connected Medical Devices - The Human Link dispozitiv Alzheimer

20 Martie 10:30 – 12:00

Călătorie în lumea misterioasă a creierului – webinar copii 4 – 7 ani / 8 – 12 ani

Plecăm într-o călătorie în lumea misterioasă a propriului creier pentru a afla mai multe despre cum reușește acesta să interpreteze lumea înconjurătoare. Descoperim de unde își culege informațiile externe și cum le oferă un înțeles propriu. Aflăm cine are ultimul cuvânt în luarea deciziilor și cum ne ajută memoria. Antrenăm creativitatea și deslușim care este rolul emoțiilor.

Cristina Vladau, moderator, vicepreședinte Asociația Pacienților cu Afecțiuni Neurodegenerative

Dr Cristina Pomeran, neurolog pediatru Spitalul Clinic de Psihiatrie Prof. dr. Al. Obregia, București

Mădălina Năstase – Moderator, atelier eematico

Bianca-Andreea Băndărău – Moderator, atelier eematico

Angels Initiative – FAST Heroes