

TERVISE INNOVATSIOONI- KONVERENTS

09.11.2017
KUMU

Lisainfo ja registreerumine: tervis2017.ee

PÄEVAKAVA

9.30-10.00

Registreerumine ja hommikukohv

FOOKUS I

AVAKÖNE

Avakõne tervisest peab

Eesti Vabariigi president proua Kersti Kaljulaid

AJU

„Aju kasutamise lühijuhend“

Dr Jaan Aru, ajuteadlane ja psühholoog, Tartu Ülikool

MINDFULNESS

„Mindfulness harjutuste rakendamine tööl ja igapäevaelus“

Kärt Lust-Paal, kliiniline psühholoog, Noviti nõustamis- ja koolituskeskus

11.45-12.15

Energiapaus

FOOKUS II

LIIKUMINE

„Liikumisetseptid töökeskkonda ja treeninguid täiendama“

Katre Lust-Mardna, füsioterapeut, Füsioterapia Kliinik

VESI

„Vesi palju jõudu annab, vesi suuri laevu kannab. Aga kuidas?“

Prof Vahur Ööpik, spordifüsioloogia professor, Tartu Ülikool

TOITUMINE

Paneeldiskussioon

„Tervist toetav toitumine täna ja tulevikus“

13.45-14.30

Lõuna

FOOKUS III

UNI

„Kuidas tagada kvaliteetne uni?“

Kene Vernik, unetehnoloog, Hea Une Keskus

VERI

„Veri - inimese tervise peegeldaja“

Dr Anneli Raave-Sepp, laboriarst, SYNLAB

16.00-16.30

TEHNOLOOGIA

„Kas saatus koosneb andmetest?“

Dots Kristjan Port, spordibioloog, Tallinna Ülikool

Konverentsi moderaator **Marko Reikop**

Konverentsi korraldab Noviti nõustamis- ja koolituskeskus koostöös Liikumistervise innovatsiooni klastriga SportEST ja kaasrahastab Euroopa Liidu Regionaalarengu Fond. Spordimeditsiini Sihtasutuse projekt EU49304 „Liikumistervise innovatsiooni klaster“ on kaasrahastatud Euroopa Liidu Regionaalarengu Fondist 1.11.2015-31.10.2018.



nõustamis- ja
koolituskeskus



SportEST

estonia.ee



Euroopa Liit
Euroopa
Regionaalarengu Fond



Eesti
tuleviku heaks