

BETTER SLEEP, BETTER LIFE, BETTER PLANET - JOBB ALVÁS, JOBB ÉLET, JOBB VILÁG



ALVÁS ÉVE 2020 ALVÁS KONFERENCIA

MAGYAR ALVÁS SZÖVETSÉG 2020. OKTÓBER 7. 10 ÓRA
ONLINE ELŐADÁSOK AZ ALVÁSSZÖVETSÉG KÖZPONTJÁBÓL

A magyarországi Alvás Éve jegyében sorra kerülő rendezvény - a World Sleep Day március 12-én elmaradt nemzetközi eseményének jegyében - a hazai alvás egészségügy és alváskultúra kiemelkedő képviselőinek szakmai prezentációja. Célja - az alvás szakmai világszervezettel összhangban -, hogy felhívja a figyelmet az alvás fontosságára, az életminőség szempontjából. Orvosok, kutatók, gyógyítók, oktatók, alvásipari szakemberek és civil szervezetek fognak össze, hogy bemutassák: az álmoság és az alvatlanság egyre inkább népbetegség, a megelőzésére, a kezelésére sokkal több figyelmet kell fordítanunk.

Tervezett program:

HOGYAN ALSZANAK MAGYARORSZÁGON? – új kutatások

Kertész Balázs kutatási igazgató, Szinapszis Egészségügyi Piackutató Intézet

ALVÁS, HOLISZTIKA, KRONOBIOLOGIA - új megközelítések a medicinában

Dr. Varga Imre holisztikai prog. vez., Debreceni Egyetem Általános Orvostudom. Kar

SÖTÉTBEN ÚTRA KELNI VAGY SÖTÉTBEN HAZAMENNI – az óráátállításról

Dr. Bódizs Róbert pszichológus, alváskutató, Semmelweis Egyetem Magatart.tud. Int.

STRESSZ INDUKÁLTA ALVÁSZAVAROK Covid előtt és után

Dr. Acsády László neurobiológus, a Magyar Tudományos Akadémia levelező tagja

TÖREDEZETT ÁLMOK, TÖREDEZETT ELMÉK

Simor Péter pszichológus, alváskutató ELTE PPK Pszichológiai Intézet

MÉRÉSTUDOMÁNY ÉS INFORMATIKA A JÓ ALVÁS SZOLGÁLATÁBAN

Dr. Pálhalmi János, az egészségtudományok doktora

ALVÁSKÖNYVITŐ KUTATÁSOK ÉS MÓDSZEREK

Dr. Petrekánics Máté ed.Phys., terhelésélettani szakértő

TUDATOS ÉLETVITEL A JÓ ALVÁSÉRT

Dr. Szalay Katalin neurológus, rekreációs- és életmódfejlesztő szakember

ALVÁS ÉS A FUNKCIONÁLIS MEDICINA

Dr. Szabó Beáta fogászati szakorvos, táplálkozástudományi szakember

ALVÁS ÉS EGÉSZSÉG- ALVÁSIPARI TAPASZTALATOK

Pálffy Brigitta alvásterapeuta, Medical márkagazgató, Zepter

AZ ALVÁS HELYE A FELNŐTTKÉPZÉSBEN

Bartucz Éva felnőttképzési igazgató, Vezetőképző Akadémia/Döntéshozók Akadémiája

MELATONIN – A JÓ ALVÁS SEGÍTŐJE

Dr. Sándor Edit orvos-igazgató

ELISMERÉSEK

AZ ALVÁSKULTÚRÁÉRT: ZSINKA ANDRÁS személyügyi h. államtitkár h. (BM)

SLEEPFRIENDLY HOTEL DÍJAK. Ismerteti: Dr. Kiss-Róbert Richard

2019: Parisi Udvar Hotel Budapest, Donautica Hotel, Fadd-Dombori

SLEEPFRIENDLY TERMÉK MINŐSÍTÉSI PROGRAM BEJELENTÉSE

KÖSZÖNET AZ ALVÁSIPAR KIEMELKEDŐ HAZAI KÉPVISELŐINEK