

# Θηλασμός: η πιο πολύτιμη φυσική ενέργεια

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ



# 7/03

## ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

*Back to basics*

Άνοιγμα Συνεδρίου - Καλωσόρισμα



**09:00-14:00**

**ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ Α' ΒΟΗΘΕΙΩΝ**  
**Εθελοντική Ομάδα**  
**Διάσωσης Πτολεμαΐδας**

**17:00 - 18:00**

**Κλίμακες θηλαστικής συμπεριφοράς νεογνού - Αισθητηριακές διαταραχές και θηλασμός**

Κωνσταντίνα Γραμματικού

**18:00 - 18:30**

**Η ανατομία-φυσιολογία του θηλασμού**

Κατερίνα Κάντζου

**18:30 - 19:00**

**Ο "Μυστικός" Κώδικας και οι κίνδυνοι για τον θηλασμό**

Παναγιούλα Μέξη

**19:00 - 19:15**

**Η αξία των προγεννητικών μαθημάτων στην υποστήριξη για τον μητρικό θηλασμό**

Σοφία Παπαδοπούλου

**19:15 - 20:00**

**Θηλασμός στην κοινότητα**

Μπέρες

**20:00 - 22:00**

**ΤΕΛΕΤΗ ΕΝΑΡΞΗΣ**  
**ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ**

# 8/03

## ΣΑΒΒΑΤΟ

*Τοκετός & θηλασμός*

**09:00 - 09:30**

**Θηλασμός σε ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες**  
Αντωνάνου Αγγελική

**09:30 - 10:00**

**Φυσικός (μη παρεμβατικός) τοκετός - τρόποι προαγωγής του και η σημασία στο θηλασμό**  
Δημήτριος Παπουτσης

**10:00 - 10:30**

**Ψυχοτραυματικές εμπειρίες γέννησης και μητρικός θηλασμός**  
Ειρήνη Οροβού

**10:30 - 11:00**

**The Birth Center: το πρώτο ανεξάρτητο κέντρο φυσικού τοκετού στην Ελλάδα**  
Κατερίνα Γεωργακούλα - Ειρήνη Πλατσά

**11:00 - 12:00**

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

*Τεχνικές ανακούφισης πόνου-Εναλλακτικές Πρακτικές*

**12:00 - 13:00**

**Τεχνικές Ανακούφισης από Μαστίτιδα**  
Maya Bolman

**13:00 - 13:30**

**Εναλλακτικές τεχνικές ανακούφισης πόνου**  
Γιάνα Βασιλάκη

**13:30 - 14:30**

**Management of breast and nipple pain/infections**  
Carmela Baeza

14:30 - 15:00

**Βελονισμός και θηλασμός**  
Ξανθίηνη Πασχαλίδου

15:00 - 16:00

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

*Φάρμακα και θηλασμός*

16:00 - 16:30

**Συμπληρώματα διατροφής κατά την κύηση και την γαλουχία**  
Χρήστος Κοντογιώργης

16:30 - 17:00

**Φάρμακα και γαλουχία: Μια σχέση συμβατή**  
Κωνσταντίνα Γιαννιώτη



**17:00-19:00**

**WORKSHOP**  
**Maya Bolman**

19:00 - 21:00

**Ετήσια Γενική Συνέλευση - Εκλογές**

**9/03**  
**ΚΥΡΙΑΚΗ**

*Η επιστήμη του μητρικού γάλακτος*

09:00 - 09:30

**Ανοσολογικές ιδιότητες μητρικού γάλακτος**  
Θεοδώρα Μπούτσικου

09:30 - 10:00

**Πύαρ, Μεταβατικό γάλα, Ώριμο Γάλα- Διαφορές σε τελειόμηνα και πρόωρα νεογνά**  
Μαρία Τζηνητρίδου

10:00 - 10:30

**Η μοριακή υπογραφή του μητρικού γάλακτος σε διαφορετικές ομάδες τοκετού: NOARAD and associated proteins in exosomes of Human Breastmilk provide accurate classification of HBM composition from a physiological full term pregnancy**  
Αναστασιάδη Χριστίνα

10:30 - 11:00

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

*Διατροφή και θηλασμός*

11:00 - 12:00

**Management of the baby who is not gaining weight**  
Carmela Baeza

12:00 - 12:30

**Η διατροφή της θηλάζουσας**  
Λήδα Παπακωσταντίνου

12:30 - 13:30

**Θηλασμός και αλλεργίες**  
Σαββας Σαββατιανός

13:30 - 14:00

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

*Υποστήριξη μητρικού θηλασμού*

14:00 - 14:30

**Προστασία του θηλασμού. Πόσο καλά την γνωρίζουμε? (διαδραστικό)**  
Λαμπρινή Χριστοπούλου

14:30 - 15:00

**Διαδικασία Πιστοποίησης**  
Αναστασία Καραθανάση

15:00 - 15:30

**ΛΗΞΗ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**



**09:00 - 14:00**

**ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ**  
**Νατάσα Καψάλη**

# ΓΑΛΑΞΙΑΣ

## Οργανωτική Επιτροπή

**Χριστοπούλου Λαμπρινή:** Τχης (ΥΝ), Μαία RM, MSc, IBCLC

**Γαργαβανούδη Βίκυ,** Ομοιοπαθητικός

**Γαργαβανούδη Γιώτα,** Νηπιαγωγός

**Ιουλία Ντίνα,** Διαιτολόγος- Διατροφολόγος

## Το Δ.Σ. του Συλλόγου «ΓΑΛΑΞΙΑΣ»

**Βαράκης Νικόλαος,** Παιδίατρος IBCLC, Πρόεδρος Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Γιαννιώτη Κωνσταντίνα,** Φαρμακοποιός IBCLC, Εθελόντρια Σύμβουλος Θηλασμού La Leche League, Αντιπρόεδρος IBFAN Greece, Διεθνής Συνεργάτιδα e-Lactancia.org, Αναπηρωματικό Μέλος Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Καθηγοιάννη Βασιλική,** Φαρμακοποιός, IBCLC, Πιστοποιημένη Εκπαιδύτρια Βρεφικού Μασάζ, Attached at The Heart Parent Educator, Εθελόντρια Σύμβουλος Θηλασμού La Leche League, Αναπηρωματικό Μέλος Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Κάντζου Κατερίνα,** Παιδίατρος IBCLC, Διδάκτωρ Ιατρικής Lübeck, Γραμματέας Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Καραθανάση Αναστασία,** Παιδίατρος – Νεογνολόγος, διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, IBCLC, IBCLC συντονίστρια για Ελλάδα και Κύπρο, Αναπηρωματικό Μέλος Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Μέξη-Μπουρνά Παναγιούλα,** Παιδίατρος – Νεογνολόγος, IBCLC, Μέλος Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού του Υπουργείου Υγείας, Αντιπρόεδρος Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Παλατζιάν Αδρινέ,** IBCLC, Διευθύντρια Σχολείου My Learning Home, Montessori Παιδαγωγός 0-3 AMI, Βρεφονηπιοκόμος, Εθελόντρια Σύμβουλος Θηλασμού La Leche League, Ταμίας Συλλόγου «Γαλαξίας»

**Χριστοπούλου Λαμπρινή,** Τχης (ΥΝ), Μαία, MSc, IBCLC, Μέλος & Αναπληρώτρια Γραμματέας Συλλόγου «Γαλαξίας»

## ΧΡΥΣΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ



## ΑΣΗΜΝΕΙΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ



## ΧΑΛΚΙΝΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ



## ΧΟΡΗΓΟΙ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ



## ΧΟΡΗΓΟΙ





**ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:**



**ΓΑΛΑΞΙΑΣ**

Ελλάδα, Διεθνής Παιδική Πρωτοβουλία  
Σταθούλην Πάουλας (ECLC)  
Ελλάδα & Κίενο

**ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ:**



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ  
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**



**Περιφέρεια  
Δυτικής  
Μακεδονίας**



**ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ**