

TERVISE INNOVATSIOONI- KONVERENTS

09.11.2017
KUMU

Lisainfo ja registreerumine: tervis2017.ee

PÄEVAKAVA

9.15-10.00		Registreerumine ja hommikumahl
10.00-10.30	AVAKÕNE	Tervise teemadel arutleb Eesti Vabariigi president proua Kersti Kaljulaid
10.30-11.10	AJU	„Aju kasutamise lühijuhend“ Dr Jaan Aru, ajuteadlane ja psühholoog, Tartu Ülikool
11.10-11.40	MINDFULNESS	„Mindfulness harjutuste rakendamine tööl ja igapäevaelus“ Kärt Lust-Paal, kliiniline psühholoog, Noviti nõustamis- ja koolituskeskus
11.40-12.40		Lõunapaus ja messiala
12.40-13.10	LIIKUMINE	„Liikumisetseptid töökeskkonda ja treeninguid täiendama“ Katre Lust-Mardna, füsioterapeut, Füsioterapia Kliinik
13.10-13.40	VERI	„Veri - inimese tervise peegeldaja“ Dr Anneli Raave-Sepp, laboriarst, SYNLAB
13.40-14.20	TOITUMINE	Paneeldiskussioon „Tervist toetav toitumine täna ja tulevikus“
14.20-15.00		Energiapaus ja messiala
15.00-15.30	UNI	„Kuidas tagada kvaliteetne uni?“ Kene Vernik, unetehnoloog, Hea Une Keskus
15.30-16.00	VESI	„Vesi palju jõudu annab, vesi suuri laevu kannab. Aga kuidas?“ Prof Vahur Ööpik, spordifüsioloogia professor, Tartu Ülikool
16.00-16.30	TEHNOLOOGIA	„Kas saatus koosneb andmetest?“ Prof 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

