

כללית 100 שנה

מנבי  
שירותי בריאות

לאומית

המחלקה לתזונה  
משרד  
הבריאות  
לחיים בריאים יותר

המרכז הרפואי תל-אביב  
ע"ש סוראסקי  
המחלקה לתזונה

ביה"ס לבריאות הציבור  
אוניברסיטת חיפה  
University of Haifa  
جامعة حيفا

שיבא  
תל השומר  
המחלקה לתזונה

אוניברסיטת  
אריאל  
בשומרון  
החוג למדעי התזונה

FRESH START  
FOODTECH INCUBATOR

# התזונה שלנו

# אז באנו



## “תזונה מונעת - איחוד כוחות”

# 28-29.7.2021

## תוכנית מדעית

**יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
08:30-10:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזונה לא באה**



**אולם 2**

<b>פתיחה: עדכונים מאיגוד יצרני המזון - הדס יריב, יועצת מדע תזונה איגוד יצרני המזון בהתאחדות התעשיינים</b>	<b>08:30 - 08:45</b>
<b>היעוץ התזונתי של מר "ש. מעדן" - על תפקיד הדיאטנית בתעשייה לימור בן חיים, דיאטנית, יועצת תזונה לחברות מזון ותוספים</b>	<b>08:45 - 09:00</b>
<b>טבעוני, חצי-צמחוני ורגיש ללקטוז נפגשים בסופרמרקט - חדשנות ואתגרים בעולם החלב ותחליפיו נגה שורץ-משולם, מנהלת תחום בריאות, "תנובה"</b>	<b>09:00 - 09:15</b>
<b>"לעזור לצרכנים לעזור לעצמם" - איך מסייעים לצרכנים לנהל אורח חיים בריא קרן דוידסון, דיאטנית קלינית, מנהלת תחום התזונה והבריאות, "יוניליוור"</b>	<b>09:15 - 09:30</b>
<b>על תזונה וקיימות - אתגרים וחיידושים בפיתוח מוצרי מזון אורלי פיינה, מנהלת תחום תזונה, "אסם-נסטלה"</b>	<b>09:30 - 09:50</b>
<b>שדרוג תזונתי לצרכן, תהליכים המשפרים את הערכים התזונתיים במוצר שני ארד, דיאטנית קבוצת "שטראוס"</b>	<b>09:50 - 10:00</b>

**שאלות קהל**

**08:30-10:00 מושב 1**

**בין הדיאטן לצרכן-אתגרים וחדשנות בעולם המזון**

בשנה האחרונה כולנו - מטופלים וצרכנים, דיאטנים ותעשיית המזון, הקהילה והמוסדות - התמודדנו עם גורמים ששינו ואולי עוד ישנו את הרגלי התזונה של הישראלים. אצל חלק מאיתנו ערך הבריאות במזון ינחה מעתה את הקניות, הבישול והאכילה האישית והמשפחתית, חלקנו יפנקו ויתפנקו במזון דווקא בזמנים קשים אלו, ויש גם מי שיחפשו כעת דרך חדשה של צמחונות, טבעונות, פליאו, מזון דל ללקטוז או תזונה ים-תיכונית. **בואו להעשיר את הידע ולדבר איתנו על הצרכנים שלנו, על המטופלים שלכם, ועל שינויים תזונתיים כאלו ואחרים.** במושב זה נספר על אודות השינויים הרבים שמתחוללים בתעשיית המזון בישראל בשנים האחרונות, ועל החשיבות המרובה של שיתוף פעולה בין דיאטניות לאנשי טכנולוגיה ומדע.

**יו"ר**

**הדס יריב, טכנולוגית מזון, מוסמכת בתזונה, יועצת המדע והתזונה לאיגוד יצרני המזון התאחדות התעשיינים**



**אולם 3**

<b>"שוקלים את זה" - פיילוט הערכת גדילה בטוחה בבתי ספר במחוז צפון. מיכל אהרונסון, תזונאית אחראית שירותי בריאות התלמיד, מחוז צפון, משרד הבריאות</b>	<b>08:30 - 08:45</b>
<b>"אני עכו לי מיום ליום" זהבית גולדשטיין ורדי, תזונאית עירונית עכו</b>	<b>08:45 - 09:00</b>
<b>מה אתן עושות כל היום תזונאיות בריאות הציבור? טל דגן, תזונאית מחוזית, לשכת הבריאות מחוז ירושלים, משרד הבריאות</b>	<b>09:00 - 09:15</b>
<b>מטפלים אחרת בהשמנת ילדים-מרפאת אורח חיים בריא-ילדים משפחות (אחי"ם) ד"ר תורי גולדשטיין, דיאטנית קלינית PHD,RD, בוגרת תואר שלישי בחוג לבריאות הציבור ומדעי הרפואה-אוניברסיטה עברית ירושלים</b>	<b>09:15 - 09:30</b>
<b>"טיפ-טיפת חלב"-תזונה מיטבית מהרגע הראשון לילך הדר דגני, מנהלת תחום תזונת ילדים, מחוז דן-פ"ת, דיאטנית מרפאת פגים ומרכז בריאות הילד, שירותי בריאות כללית</b>	<b>09:30 - 09:50</b>

**שאלות ותשובות**

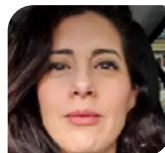
**08:30-10:00 מושב 2**

**תזונה בבריאות הציבור**

תחום התזונה בבריאות הציבור הינו ייחודי ושונה במהותו מתחומי התזונה הקליניים ודורש מיומנויות ספציפיות. התחום עוסק באבחון צרכים באוכלוסייה, בתכנון ובהערכת תוכניות, מיזמים ופעילויות בתחום התזונה ומתיחס לסוגיות והשלכות בריאותיות הקשורות בתזונה. תפקיד תזונאית בריאות הציבור כולל: זיהוי וסיקור בעיות תזונה בקהילה, הנהגה והשתתפות במחקר הקשור למזון, תזונה ובריאות, כתיבה ויישום מדיניות תזונה בזירה המקומית, אזורים וארצית, תכנון, הובלה והערכת תוכניות ופעילויות בבריאות ובתזונה. לתווך בין הרשויות השונות בנושאים תזונתיים (מערכת חינוך, שירותים חברתיים) ולפעול כזרז ליוזמות הקשורות בתזונה בקהילה. בנוסף, לספק חינוך תזונתי לאנשי מקצוע, ארגונים וכלל הציבור ולפתח מגוון חומרי הסברה לחינוך לבריאות לקבוצות שונות.

**יו"ר**

**נרמית ספרא, סגנית מנהלת אגף תזונה משרד הבריאות. שני ברזילאי, תזונאית מחוזית, לשכת הבריאות מחוז צפון, משרד הבריאות.**



יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
08:30-10:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזונה שלנו באנו



אולם 4

08:30-10:00 מושב 3

יו"ר

אולם 5

08:30-10:00 מושב 4

## ידע באריזה דיגיטאלית

כל דיאטנית יכולה וצריכה ליצור לעצמה מוצר דיגיטלי מעולה שיכיל את הידע המקצועי שלה אותו תנגיש לעוד אוכלוסיות שמוגבלות בזמן, במיקום הפיזי וביכולתם להגיע לקליניקה הפרטית שלנו. לשם קהל היעד שלנו הולך, לשם העולם מנתב, כך נשארים רלוונטיים ללקוחות הקיימים שלנו ולחדשים ומנגישים להם את הטיפול שלנו גם מרחוק. בנוסף, דרך הדרכה זו תיתן מקור הכנסה נוסף וחסכוני עבורנו כך שנוכל לתת מענה ליותר לקוחות בפחות זמן.

יו"ר

רד סנדיק אשד, דיאטנית קלינית RD ו-MAN (מאסטר בתזונה, בריאות והתנהגות)



### במושב פרקטי זה נלמד:

1. בחירת נושא שיתאים לבניית קורס דיגיטלי, שיגרום ללקוחות לקנות ויוביל אצלם שינוי משמעותי.
2. נרחיב איך ניתן להכניס את הידע שלנו למבנה של קורס דיגיטלי, שפשוט ללמוד ממנו ולקהל שלנו שיוכל להתקדם ולהפיק ממנו.
3. איך נעביר את החומר באופן שנותן לקהל שלנו תחושה אישית, שיניע לפעולה וישמור עליו מרצה מרכישת הקורס הדיגיטלי כדי שימשיך אצלינו תהליך ארוך טווח.
4. איזה פלטפורמה דיגיטלית עדיפה לשמירת כל התוכן הדיגיטלי שלנו?

### למי מתאים המושב?

לכל עסק בתחום התזונה שרוצה ליצור קורס דיגיטלי מכל סוג, תחום או וותק

### המושב מורכב מחלק תיאורטי שמשלב עבודה אישית ופרקטית ליצירת הקורס הדיגיטלי שלך:

- תוקדש להסבר איך עושים זאת נכון, מאיפה מתחילים, מה עושים בכל שלב
- ננתח קורס דיגיטלי מוצלח ונלמד מה נכון ללמוד מכך.
- החלק הפרקטי ליצירת האב טיפוס לקורס הדיגיטלי שלכם (מפרט לקורס), מעבר ביניכם ותהיות אישיות
- נתייחס לאיפה הטעויות עלולות להתרחש וכיצד נמנע מהן, איך משתמשים במוצר הזה למול הלקוחות העתידיים שלכם.
- זמן לשאלות ודיון בנושא

**יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
10:30-12:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזונה של האנ**



**אולם 2**

**10:30-12:00 מושב 5**

**פודטק וכלכלה מעגלית בשירות התזונה**

מהם התחומים המרכזיים בפודטק היום? מהם השיקולים המנחים בעיצוב טכנולוגיות המזון של המחר? כיצד נבחנים צרכים תזונתיים ומשוקללים היבטי קיימות? האם האחד מגיע על חשבון השני? במושב זה תפגשו שורת מרצים מחלקים שונים בשרשרת הערך של טכנולוגיות המזון - יזמים, אנשי תעשיית המזון, גופי פיתוח והשקעה במיזמי פודטק שיחלקו את גישותיהם השונות בנושא

<b>"מה זה בכלל פודטק?"</b> נוגה סלע שליו, סמנכ"ל פיתוח עסקי, חממת הפודטק FRESH START	10:30 - 10:50
<b>"כלכלה מעגלית בתעשיית המזון"</b> אורן אברשי, מנהל חדשנות ואחריות תאגידית, טמפו משקאות בע"מ	10:50 - 11:05
<b>"הפחתת סוכר-צורך ואתגרים, איך מפחיתים סוכר מבלי להפחית את הטעם"</b> ד"ר אילן סמיש, מייסד ומנכ"ל אמאי חלבונים	11:05 - 11:20
<b>"מהשדה לצרכן ובחזרה: חשיבה עיצובית באריזות מזון סביבתיות"</b> יסמין יותם, M.DES, מעצבת תעשייתית לכלכלה מעגלית	11:20 - 11:35
<b>"פורמולציות משפרות יעילות לרכיבים פעילים"</b> אמה קיטבינצקי, חוקר ויזמית פרטנר וסמנכ"ל פיתוח טכנולוגיות, חברת נוברסיס	11:35 - 11:50
<b>זמן שאלות</b>	11:50 - 12:00

**יו"ר**



**נוגה סלע שליו, סמנכ"ל פיתוח עסקי, חממת הפודטק FRESH START**

**אולם 3**

**10:30-12:00 מושב 6**

**האם הפודטק הוא ה"הייטק החדש"**

במסגרת המושב תיבחן הדרך בה הטרנדים החמים בעולם המזון ותוספי התזונה מתכתבים עם תעשיית המזון הקיימת בצל המגפה העולמית. תיבחן מגמת חומרי הגלם הביופונקציונליים והפיתוח שלהם כחלק ממתן מענה לתזונת העתיד. יועלו שאלות דוגמת חלבונים אלטרנטיביים, תוספי תזונה, מערכת החיסון, תזונה פונקציונלית ותזונה מונעת, רכיבים ביואקטיביים, טכנולוגיות פודטק, שוק מוצרי החלב, הזדמנויות עסקיות בתחום הפודטק הגלובלי והישראלי. כל זאת ועוד כדי להבין האם הטרנדים החמים בפודטק יזכו את הפודטק בישראל כ-ה"הייטק החדש" פיננסית ומקצועית.

<b>"בשר מתורבת לעולם בריא יותר"</b> ד"ר נטע לבון, סמנכ"לית פיתוח אלף פארמס - Aleph Farms	10:30 - 11:00
<b>פאנל מומחים</b> <b>מה צפוי לנו בעידן "התזונה מותאמת אישית"</b> תחזית - שוק התזונה מותאמת אישית צפויה להגיע ל11.5 מיליארד עד שנת 2025 ובשנה שעברה בלבד חברות סטארטאפ של מיקרוביומים קיבלו שיא של 1.25 מיליארד דולר במימון קרנות הון סיכון	11:00 - 12:00

**בנוסף תתקיים במה פתוחה במתחם המקצועי באולם התערוכה בה תהיה הזדמנות להכיר את הסטארטאפים הישראליים העוסקים בתזונה.**

- הדיון יעסוק בנושאים הבאים
- טרנדים של תוספי תזונה ומיקומם בעולם הפודטק
- קרן הון סיכון - BD פודטק RS פודטק
- עולם הפארמה מול עולם התזונה והמזון
- חדשנות חלבונית, חיסונים
- מזון אימונולוגיה וכל מה שביניהם

**משתתפים בדיון**  
ד"ר דורית רוזנר, CTO, THE KITCHEN  
מאיה אשכנזי, מנכ"לית MAOLAC  
כרמית ספרא, דיאטנית קלינית, סגנית מנהלת אגף התזונה, משרד הבריאות  
ד"ר אריאל אורבך, אימונולוג CTO של חברת MAOLAC

**יו"ר**



**כרמית אורון, מנהלת פיתוח עסקי בכירה מתמחה בעבודה עם יזמים טכנולוגים/פודטק**

**יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
10:30-12:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזונה שלנו אז כאן**



**אולם 4**

<b>"חידושים באלרגיה למזון בתינוקות וילדים"</b> אלונה פלח-מליק, דיאטנית היחידה לאימונולוגיה קלינית, אנגיואדמה ואלרגיה. המרפאה לאלרגיה למזון, בי"ח ספרא לילדים, המרכז הרפואי שיבא	10:30 - 10:50
<b>"בואו נעשה סדר במזונות משלימים"</b> שני ברזילי, דיאטנית מחוזית לשכת הבריאות מחוז צפון	10:50 - 11:10
<b>"האם יש כזה דבר, השמנת תינוקות ופעוטות"</b> לילך הדר דגני, דיאטנית, רכזת תחום תזונה התפתחות הילד, מחוז דן, פ"ת, שירותי בריאות כללית	11:10 - 11:30
<b>"מה מצב היוד בתזונת תינוקות וילדים"</b> ד"ר יניב עובדיה, דיאטן בלוטת התריס וחוקר, מערך נשים ומיילדות, המרכז הרפואי האוניברסיטאי "ברזילי", אשקלון.	11:30 - 11:50
<b>שאלות ותשובות</b>	11:50 - 12:00

**10:30-12:00 מושב 7**

**עושים סדר-נושאים חמים בתזונת ילדים**

**יו"ר**



**בריגיט נוכבי, ס/מנהלת המחלקה לתזונה, דיאטנית ילדים**  
ופגים, ביה"ח ספרא לילדים, המרכז הרפואי ע"ש שיבא, תה"ש  
**טל שדה-קון, דיאטנית, דיאטנית, אם לשתיים ראשת צוות**  
דיאטניות הילדים ודיאטנית המרפאה לגסטרואנטרולוגיה  
ילדים ובעיות אכילה של הגיל הרך, בבית החולים ספרא  
לילדים, המרכז הרפואי שיבא. רכזת מקצועית של מרפאת  
האכילה לגיל הרך במרכז הרפואי פוריה"

**אולם 5**

<b>"התערבות תזונתית בסוכרתיים-דל פחמימה לכולם?"</b> פרופ' רם וייס מנהל מחלקת ילדים, מרכז רפואי רמב"ם, מנהל רפואי, אגודה לסוכרת נעורים	10:30 - 10:50
<b>"5 שנות נסיון עם דיאטה קטוגנית"</b> עדינה בכר, דיאטנית קלינית, מרכז DMC, יו"ר עמותת עתיד	10:50 - 11:10
<b>פאנל /דיון בנושא דיאטה קטוגנית- להיות או לא להיות קטוגני? במסגרת הדיון יועלו שאלות/נקודות הקשורות לתחום כמו</b> <b>1 האם דיאטה קטוגנית מתאימה לכל אחד?</b> <b>2 האם ישנה עדיפות לדיאטה קטוגנית במקרים מסוימים?</b> <b>3 מהן הסכנות או האתגרים בטיפול בתזונה קטוגנית? ועוד</b> ד"ר מאיה איש שלום, מומחית לרפואה פנימית, אנדוקרינולוגיה וסוכרת. רופאה בכירה במכון האנדוקריני בי"ח איכילוב, קופ"ח מאוחדת ומרפאת DMC <b>עינת מזור-בקר, דיאטנית סוכרת במרכז הסוכרת DMC, ומנהלת פורום סוכרת</b> של עמותת הדיאטנים. <b>מאיה לרון הירש, דיאטנית קלינית, מכון אנדוקריני ומרפאת סוכרת וירטואלית,</b> ביה"ח תל השומר <b>אסף פלדמן, מטופל/צרכן ותיק של דיאטה קטוגנית (סיירת סוכרת)</b> <b>קובי מאיר, צרכן דיאטה קטוגנית</b> <b>מטופלת, צרכן דיאטה קטוגנית</b>	11:10 - 11:50
<b>שאלות ותשובות</b>	11:50 - 12:00

**10:30-12:00 מושב 8**

**להיות או לא להיות קטוגני**

תזונה קטוגנית צוברת תאוצה והיא דורשת מאיתנו המטפלים להכירה, לדעת מי הם המטופלים  
להם היא מתאימה ולהבין אילו שינויים היא צפויה לגרום לרמות הסוכר, למשקל ולאיכות החיים של  
המטופל, תוך שימת לב לתופעות הלוואי, לשינוי התרופתי הנדרש, לרמת ההבנה ושיתוף הפעולה של  
המטופל, למצבו התזונתי והרפואי ולרצונותיו.

במושב יתקיים דיון בעד ונגד דיאטה קטוגנית בו ישתתפו רופאים ודיאטנים, ושני מטופלים  
סוכרתיים שישתפו בניסיונם האישי כצרכני הדיאטה הקטוגנית.  
תבואו רעבים למידע, וגם לאוכל

**יו"ר**



**עדינה בכר, דיאטנית סוכרת ותזונה קטוגנית-מרכז**  
DMC, יו"ר עמותת עתיד

**במסגרת המושב יוצגו תוצאות בדיקות דם של כ-10 אנשים**  
**לאחר שצרכו פיצה כרובית או מוצר מזון קטוגני אחר**

**יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
14:15-12:30**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזעזענו אז כאנו**



**אולם 3+2**

**12:30-14:15 מושב 9 מליאה**

**קורונה ותזונה - הקשר התזונתי**

**רקע**

מגפת הקורונה הציבה לא מעט אתגרים איתם היה צורך להתמודד בחיי היומיום. ההכרזה על מצב חירום עם כל המשתמע ונלווה הביאה לשינוי דרסטי באורח החיים הרוטיני לא הורגלנו. מאורח חיים פעיל, נסיעה לעבודה, לבילוי, למכון כושר, בילוי משפחתי ועוד. הקורונה הצליחה להשבית אותנו ומצאנו עצמנו "תקועים בבית", פחות פעילים, יותר אוכלים, מבליים מול המסכים וכו'. מה שהביא להפרת האיזון אליו הורגלנו בחיי היום יום - לא מעט השלכות בריאותיות, חברתיות, כלכליות ועוד בהן נדון במסגרת המושב בארץ ובעולם

**יו"ר**

**רות משה, דיאטנית קלינית ומחנכת לסוכרת, יו"ר מקצועית של הכינוס**

**12:30 - 12:35 דברי ברכה -**

**רות משה, דיאטנית קלינית ומחנכת לסוכרת, יו"ר מקצועית של הכינוס**

**12:35 - 12:55**

**"תזונה בזמן COVID19 - המלצות של ESPEN - WHO עם דגש בנושא ההשמנה".**

**12:55 - 13:15**

**פרו"פ פייר זינגר, מנהל מחלקת טיפול נמרץ כללי מנהל מרפאת תזונה קלינית, מרכז רפואי ע"ש רבין, קמפוס בילינסון פרו"פ הרדמה וטיפול נמרץ, אוניברסיטת תל אביב, מנהל המכון לחקר השפעת המזון הטבעי על איכות חיים ובריאות האדם ע"ש אדוארד וד"ר משה ישי ז"ל**

**13:15 - 13:35**

**"בטחון תזונתי ומזון בעידן פוסטקפיטליסטי"**

**פרו"פ רונית אנדולט, מנהלת אגף התזונה, משרד הבריאות, בית הספר לבריאות הציבור אוניברסיטת חיפה**

**13:35 - 13:45**

**"תזונה בימי קורונה"**

**דנה ויינר, מנהלת המחלקה לתזונה-מרכז רפואי ע"ש שיבא, תל השומר, יועצת בתחום התזונה בחטיבת בתי החולים הממשלתיים**

**13:45 - 13:50**

**The Israeli Journal of Nutrition, Dietetics and Food Sciences  
הכרזה על ייסוד העיתון המחקרי הראשון הישראלי לתזונה, דיאטיקה ומדעי המזון**

**פרופ' רות בירק, דקן, הפקולטה למדעי הבריאות, ראש המעבדה לתזונה ורפואה גנטית מותאמת אישית, אוניברסיטת אריאל**

**"הסימון הירוק - השלם עולה על סך חלקיו"**

**ד"ר מיכל גילאון דיאטנית קלינית, PH.D בחוג לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת, הפקולטה לרפואה, אוניברסיטת ת"א.  
BS.C ואיכות הסביבה, אוניברסיטה עברית. בחוג למדעי התזונה, הפקולטה למדעי החקלאות, מזון**



**דנה ויינר**



**פרו"פ רונית אנדולט**



**פרו"פ פייר זינגר**



יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז כאנו

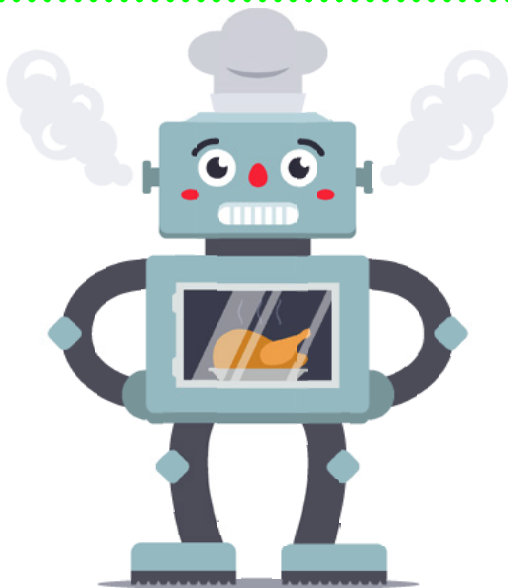


אולם 2

15:00-17:00 מושב 10  
"סטארטאפ על הגריל"

יו"ר

ד"ר תמי מירון, CTO חממת הפודטק FRESH START



## רקע

מתזונה מונעת ועד הפחתות סוכר - בואו להכיר את הנעשה היום בתחומי הרכיבים החדשניים בישראל (Novel ingredients). בפאנל ייחודי זה תפגשו כמה מהמיזמים המרתקים בתחום פיתוח רכיבים חדשניים המיועדים לתעשיית המזון. בואו להכיר את היזמים, ולאתגר אותם בכל השאלות הקשות הנוגעות למפגש בין פיתוחים חדשניים להיבטים תזונתיים. פאנל סטארטאפיסטים מתזונה מונעת ועד הפחתות סוכר-בואו להכיר את הנעשה היום בתחומי הרכיבים החדשניים בישראל (NOVEL INGREDIENTS). בפאנל יחודי זה תפגשו כמה מהמיזמים המרתקים בתחום פיתוח רכיבים חדשניים המיועדים לתעשיית המזון. בואו להכיר את היזמים ולאתגר אותם בכל השאלות הקשות הנוגעות למפגש בין פיתוחים חדשניים להיבטים תזונתיים.

1. רכיבים פעילים להורדת רמות הסוכר בדם, אודי פרץ, מנכ"ל חברת SOLVEAT
2. חלבונים חדשים...מתוקים, ד"ר אילן סמיש, מייסד ומנכ"ל אמאי חלבונים
3. פורמולציות משפרות יעילות לרכיבים פעילים, אמה קיטבינצקי, חוקר ויזמית פרטנר וסמנכ"ל פיתוח טכנולוגיות, חברת נוברסיס קולוסטרום חלב אם, מאיה אוטמזגין מייסדת MOALAC ו-MAO FOODTECH
4. ספירולינה - ממזון האלים ל"מזון העתיד", ברוך דאך, ביוטכנולוג ימי, ממציא ויזם בתחום מיקרו אצות וחומרי טבע

יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
15:00-17:30



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזונה שלנו כאן



אולם 3

15:00-17:30 סדנא 1

זום EAT - מיינדפולנס בראי התזונה



ניר קראוזה



קרון דוידסון



קרון קורלי



יור'ר - יעל חן רביע



יור'ר הסדנה - יעל חן רביע  
דיאטנית ילדים משנת 1994, בוגרת תואר ראשון ושני בתזונה (האוניברסיטה העברית). רכזת תחום תזונת ילדים בשרותי בריאות כללית במחוז ש"ש. מטפלת בהשמנת ילדים ואכילה בררנית ומפתחת 'מילון התיאבון' - ערכה חווייתית לאכילה מתוך תחושות רעב ושובע.

קורות חיים מקצועיים של המרצים ניתן להתרשם באתר

מהלך הסדנה:

15:00-15:10 דברי פתיחה - יעל חן רביע

15:10-15:50 למה זה טעים? הגורמים המשפיעים -

אנחנו מתעסקים עם האוכל שלנו כל יום, מה נאכל היום? כמה? איפה? עם מי? אבל האם חשבת פעם על השאלה למה זה טעים? או מדוע האחד מעדיף את הקפה שלו עם כפית סוכר אחת והשני עם שלוש? ולמה ילדים אוהבים בדרך כלל שוקולד חלב ומבוגרים מעדיפים שוקולד מריר? על שאלות אלו ועוד נענה בסדנה באמצעות הסברים והמחשבות להבנת גורמים פסיכולוגיים, התנהגותיים וגנטיים. **קרון קורלי**, טכנולוגית מזון, מנכ"ל ובעלים של חברת המחקר **new sense research**, בעלת **scb** בכימימיה ומדעי התזונה, **mba** בשיווק ומנהל עסקים. (פירוט נוסף באתר הכינוס)

15:50 - 16:00 הפסקה

16:00 - 16:10 אנשים על סדר היום-מיינדפולנס ככלי ל well being בעבודה

כיצד חברת יוניליוור משלבת מיינדפולנס בעולם העבודה כחלק מהאסטרטגיה ליצירת עתיד בר קיימא. **קרון דוידסון**, דיאטנית קלינית, **msc nutr**, מנהלת תחום התזונה והבריאות ביוניליוור ישראל.

16:10-16:25 מיינדפולנס: איך להגיע לארוחה שבע רגשית?

מה זה מיינדפולנס?

הקשר בין לחץ לבעיות אכילה ומשקל

כיצד ניתן להגיע לארוחה במצב נפשי שייטיב עם העיכול-תרגול מדיטציה

ניר קראוזה, מנחה מיינדפולנס בכיר, להפחתת מתחים **mbmr**, מנחה מיינדפולנס וחמלה מוסמך.

16:25-17:00 סדנת זום EAT פעילה - סדנה חווייתית לתרגול אכילה קשובה והתנסות אינטראקטיבית בערכת זום EAT - ערכה חווייתית לאכילה קשובה בטיפול דיאטני פרטני, משפחתי וקבוצתי.

רקע:

בשנים האחרונות שיטת מיינדפולנס (מודעות קשובה) משתלבת ונחקרת בתחומי חיים שונים כגון רפואה, חינוך, פסיכולוגיה ועוד. מקורה של השיטה בכודהיזם ובבסיסה תרגול התבוננות ומודעות לא שיפוטית בזמן הווה למחשבות, תחושות ורגשות ועל דפוסי הפעולה האוטומטיים שלנו. גם בהקשר של תזונה והרגלי אכילה בריאים, לאכילה מודעת (Mindful eating) אפשרות להשפיע על הדרך בה אנו מתייחסים למזון ולאכילה באופנים שונים, לתמוך בוויסות מצבים רגשיים ולשפר את יכולות הבחירה והתנהגות האכילה

מה בסדנא?

נתודע להשפעות המיינדפולנס בשדה התזונה ואורח החיים הבריא כפי שמופיע בספרות, נתרגל מדיטציה ואכילה קשובה ונחוה את ההשפעות הסנסוריות של המזון על התחושות ועל ההחלטות התזונתיות ודרכים לשילובם בטיפול הדיאטני.



שי לכל משתתף

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים יות וסטודנטים לתזונה המשתתפים בסדנה יקבלו שי ערכת זום EAT וערכת משקאות בהן יתנסו במהלך הסדנה - מידע מפורט בהמשך עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל חשוב להרשם מראש



יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז כאנו



אולם 4

15:00-17:00 סדנא 2

אמא, מה יש לאכול? אם התינוק שלי יכול היה לדבר...

יו"ר



טל קון-שדה



לילך הדר דגני

**לילך הדר דגני**, דיאטנית קלינית, אם לארבעה. בעבר יו"ר פורום הילדים בעמותת עתיד. רכזת קורס תזונת תינוקות וילדים בעמותת מזה 11 שנים. מנהלת תחום תזונת ילדים במחוז דן-פ"ת, שירותי בריאות כללית  
**טל קון-שדה**, דיאטנית, אם לשתיים, ראשת צוות דיאטניות הילדים ודיאטנית המרפאה לגסטרואנטרולוגיה ילדים ובעיות אכילה של הגיל הרך, בבית החולים ספרא לילדים, המרכז הרפואי שיבא. רכזת מקצועית של מרפאת האכילה לגיל הרך במרכז הרפואי פוריה



רקע

במהלך עבודתנו כדיאטניות ילדים אנו נתקלות לא מעט בהורים המגיעים חסרי ביטחון המבקשים לדעת האם תינוקם עולה מספיק טוב במשקל? אוכל מספיק טוב ומגוון? ועונה על ציפיות מערכת הבריאות וההורים בכל הקשור בתזונה וגדילה.

בסדנה נסקור רקע כללי על תזונת תינוקות, כפי שמקובלת בארץ ובעולם. נלמד לעשות הערכה תזונתית מקצועית ומקיפה לתינוק ולפעוט, להסתכל בצורה ביקורתית על עקומות הגדילה וקצב הגדילה. כמו כן, נלמד לקחת אנמנזה תזונתית המתייחסת באופן מקיף לתזונת התינוק והפעוט, וכוללת הרחבת ארגז הכלים בכל הקשור לסביבת האכילה, התנהגויות האכילה ומניעת בעיות אכילה של הגיל הרך.

נשלב חלקים תאורטיים קצרים ונצא לחוויה, תוך עבודה בקבוצות בהן נעבור על סימולציות מהקליניקה למצבים נפוצים אותם ננתח, ננסה לאבחן ולטפל. ונסיים בדיון במליאה וסיעור מוחות. נשאיר כמובן מקום לשיח מקצועי ושאלות

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים / יות וסטודנטים לתזונה  
עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל

יום רביעי,  
28 ביולי 2021  
15:00-18:30



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז כאנו



אולם 5

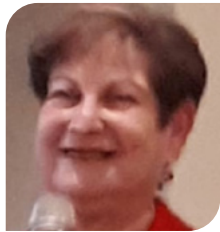
15:00-18:30 סדנא 3

## "סבתא בישלה דייסה" טרמינולוגיה בינלאומית לסטנדרט למרקמי מזון

יו"ר



דורית יצחקי



יוספה כחל

**יוספה כחל**, לשעבר רכזת תחום תזונה בגריאטריה משרד הבריאות  
**דורית יצחקי**, מנהלת מחלקה לתזונה בגיל השלישי - אגף לתזונה משרד הבריאות

**מרצות נוספות: מיכל קרייטר** מנהלת המחלקה לתזונה בי"ח אסותא אשדוד, **מור מיינהרדט** מפקחת מזון ותזונה, בית חולים הצבורי אסותא אשדוד **חגית וסרטל**, קלינאית תקשורת בית חולים הצבורי אסותא אשדוד

**משחק החיים: רקע**

IDDSI - International Dysphagia Diet Standardisation Initiative  
ובעברית: "וזמה בין-לאומית להאחדת מרקמים מותאמים להפרעות בליעה".  
הוועדה הוקמה בשנת 2013 במטרה לפתח הגדרות ומינוח בין-לאומי אחיד  
ככדי לתאר מרקמי מזון והתאמת רמת סמיכות לנוזלים המשמשים אנשים  
עם הפרעות בליעה (דיספגיה) בכל הגילאים, בכל מסגרות הטיפול ובתרבויות  
השונות.

בתום 3 שנות פעילות, עבודת וועדת IDDSI הניבה מבנה מוגדר של דרגות  
מרקמים שונות, הנעות ברצף של 8 דרגות (0-7). הדרגות מזהות על פי  
מספרים, שמות וצבעים מצורפת סקיצה

"8 מרקמים? מי צריך את זה?" אין מצב שזה יעבוד אצלי בבית חולים/ בית  
אבות/ טיפולי בית"

"הטבח בטוח לא ישתף איתי פעולה, גם ככה אני מטרידה אותו כל הזמן"

**אם אי פעם אחד מהמשפטים האלה או דומה לו עלה בראשך את/ה מוזמן/ת  
לסדנא שלנו לגלות שהמשימה אפשרית בהחלט.**

דיספגיה (בעיות לעיסה ובליעה) שכיחה בקרב אוכלוסיות לאורך מעגל החיים  
בכל המסגרות (בקהילה ובאשפוז). מטופלים עם דיספגיה בסיכון לאספירציה  
שעלולה לגרום לדלקות ריאות חוזרות ולמוות. בנוסף, ירידה במצב תזונתי  
נובעת גם היא מבעיות לעיסה ובליעה, שאין

מאפשרות צריכת מזון ונוזלים כפי הנדרש לעמידה בהמלצות התזונתיות.

**תפקיד הדיאטנית הוא במניעת חסרים תזונתיים הנובעים משינויי המרקם,  
הדרכה ותהליכי הבטחת איכות**, בשרשרת המזון עד לקבלת המרקם המתאים.

**מהלך הסדנה:**

**מאימוץ ועד ליישום של ה-IDDSI בישראל**

**יוספה כחל**, לשעבר רכזת תחום תזונה בגריאטריה משרד הבריאות

**דיספגיה ובטיחות באכילה**

**חגית וסרטל**, קלינאית תקשורת בית חולים הצבורי אסותא אשדוד

**IDDSI נעים להכיר**

**מיכל קרייטר** מנהלת המחלקה לתזונה בית חולים הצבורי אסותא  
אשדוד

**האקס פקטור של הדיאטנית בהטמעת ה-IDDSI**

**דורית יצחקי**, מנהלת מחלקה לתזונה בגיל השלישי - אגף לתזונה  
משרד הבריאות

**הפסקה**

**סדנא מעשית: "IDDSI על הצלחת"**

בסיוע דיאטניות גריאטריה מחוזיות

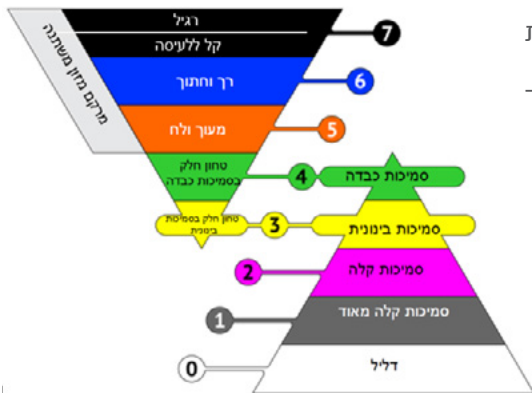
**"מרקמים מותאמים אישית" -**

**שיטות לאדפטציה של מרקמים במסגרת הביתית והמוסדית**

**מור מיינהרדט**, מפקחת מזון ותזונה, בית חולים הצבורי אסותא  
אשדוד

**מסר לקחת הביתה - סיכום היום**

**יוספה כחל**, לשעבר רכזת תחום תזונה בגריאטריה משרד הבריאות



השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים/יות וסטודנטים לתזונה  
כל משתתף יקבל ערכה הכוללת מגוון כלים ליישום ה-IDDSI במקום העבודה שלו כולל דפי הדרכה ומזקק ייעודי.  
כל משתתף יקבל תעודה מטעם אגף התזונה של משרד הבריאות | עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל

**יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
08:30-10:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזעזענו אז כאנו**



**אולם 2**

- 08:30 - 08:50** "IPT-שילוב פסיכותרפיה בינאישית בטיפול תזונתי"  
**פרופ' יעל לצר**, ביה"ס לבריאות הציבור, הפקולטה ללימודי רווחה ובריאות, אוניברסיטת חיפה
- 08:50 - 09:10** "צידה לדרך" - תוכנית שיקום לצעירות עם הפרעות אכילה קשות"  
**ד"ר עדית זור-בז'ה**, דיאטנית, היחידה להפרעות אכילה מבוגרים, המרכז הרפואי שיבא תל-השומר
- 09:10 - 09:30** "סטיגמה נגד השמנה"  
**ד"ר רוני אלרן-ברק**, ביה"ס לבריאות הציבור, הפקולטה ללימודי רווחה ובריאות, אוניברסיטת חיפה
- 09:30 - 09:50** "תפקיד הדיאטנית בבריאות הנפש"  
**עדי יעון**, בית הספר לבריאות הציבור, הפקולטה ללימודי רווחה ובריאות, אוניברסיטת חיפה

**08:30-10:00 מושב 11**

**פסיכותרפיה תזונתית**

**יו"ר**



**פרופ' יעל לצר**, ביה"ס לבריאות הציבור, הפקולטה ללימודי רווחה ובריאות, אוניברסיטת חיפה.  
**רוני אלרן-ברק**, ראש התוכנית לתזונה, בריאות והתנהגות בית הספר לבריאות הציבור, אוניברסיטת חיפה

**אולם 3**

**משחקים דיגיטליים - כלי חדשני בעבודת הדיאטנית**  
תחושות של בחירה משמעותית, אתגר, יכולת, התקדמות, הפתעה. הרגשה של כיף. של שמחה.  
קבלת משוב בזמן אמת, חיבור למטפל, תקשורת נעימה עם שחקנים אחרים.  
משחקים דיגיטליים נותנים את כל זה וכל-כך הרבה יותר. רשויות רגולטוריות כבר מאשרות משחקים ככלי טיפולי שמחייב מרשם רופא.  
**אז איך אנחנו יכולים להשתמש בכח של משחקים דיגיטליים כדי להעביר ידע בנושא תזונה, לשפר הרגלי אכילה, ולקדם בחירה בריאה?**

ביחד, במושב אינטראקטיבי, נעשה בדיוק את זה!



**מנחים:**  
**דסי מנדל**, Health Israel, Founder  
**רמון ענב**, דיאטן, יזם ותזונאי ראשי בחברת Newt.

**08:30-10:00 מושב 12**

**קהילת תזונה מרחוק-טכנולוגיות מלוות טיפול**

**רקע**  
קהילת רפואה מרחוק הוקמה על ידי אגף בריאות דיגיטלית במשרד הבריאות וחברי רשת ענבר ומעוז, כדי לשמש מסגרת למידה ועבודה לאנשי מערכת הבריאות בישראל הרוצים להשפיע, לשתף ידע ולעבוד יחד לקידום הרפואה מרחוק בישראל  
**החזון** - לקדם ולהטמיע שימוש נרחב, מושכל ובטוח של רפואה מרחוק בכל מקצועות הבריאות על מנת להגביר יעילות ולקדם את הנגישות לשירותי הבריאות בישראל  
**קבוצות תזונה מרחוק** בהובלת הדיאטנית **חני סקאל** פועלת במסגרת הקהילה לקדם פתרונות לאתגרים העולים מהשטח. חברי הקבוצות, נציגים מארגוני הבריאות, עובדים יחד ומשתפים פעולה לקידום תכנית העבודה שהתוותה הקבוצה.  
**הקבוצה עוסקת בבנייה של מערכי הדרכה עבור דיאטניות העוסקות במתן שירותים מרחוק וכן באיתור והתאמה של כלים מתקדמים, לרבות אפליקציות לטיפול התזונתי.**

**יו"ר**



**חני סקאל**, דיאטנית ראשית לאומית שירותי בריאות. מובילת קבוצת תזונה בקהילת רפואה מרחוק

**יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
08:30-10:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזעזענו אז באנו**



**אולם 4**

- |   |                      |
|---|----------------------|
| <b>"הספורטאי הקטוגני - השפעה על יכולת אירובית, כוח והרכב גוף"</b><br><b>ליאור מאני,</b> תזונאי קליני וספורט מוסמך מטעם הוועד האולימפי הבינ"ל מנהל מחלקת תזונת ספורט, מרכז רפואי מדיקס תזונאי מועדון בית"ר ירושלים ושל נבחרת ישראל בהתעמלות אומנותית | <b>08:30 - 08:45</b> |
| <b>"הספורטאי הטבעוני - השפעה על יכולת אירובית, כוח והרכב גוף"</b><br><b>צחי כנען,</b> דוקטורנט, אוניברסיטת תל אביב. מנגנונים פיזיולוגיים והתנהגותיים באדפטציות מטבוליות מפעילות גופנית  | <b>08:45 - 09:00</b> |
| <b>"הספורטאי המתודלק-תוספים לשיפור יכולת אירובית, כוח ומסת השריר"</b><br><b>גיא שלמון-דיאטן ספורט,</b> פיזיולוג, איש חינוך גופני, החוג לתזונה, המכללה האקדמית תל חי   | <b>09:00 - 09:15</b> |
| <b>"הספורטאית במעגל החיים - הנחיות למתבגרות, הריוניות ולגיל המעבר"</b><br><b>מירי חדד,</b> מנהלת מרכז תזונת ספורט-קורסים-קהילה  | <b>09:15 - 09:30</b> |
| <b>"הספורטאי הנצחי - אסטרטגיות פיזיולוגיות ותזונתיות לאריכות ימים"</b><br><b>ד"ר שון פורטל,</b> פיזיולוג מאמץ, דיאטן קליני, המרכז לתזונה וספורט בהתאמה למבנה גוף  | <b>09:30 - 09:45</b> |
| <b>שאלות ותשובות</b>  | <b>09:45 - 10:00</b> |

**08:30-10:00 מושב 13**

**הספורטאי הספרטני**

הפערים בין מחנות התזונה השונים שהחלו כטרנדים להרזייה או לשיפור הבריאות הגיעו בשנים האחרונות גם לתחום הספורט.  
פרות קדושות נשחטו כשיותר ספורטאי כוח ופיתוח גוף מראים תוצאות מרשימות גם בתזונה טבעונית, ואילו ספורטאי אולטרא - סיבולת מראים ביצועים מרשימים גם עם תזונה דלת פחמימות. מה אומר המחקר על השפעות התזונה הקטוגנית והטבעונית על ביצועים גופניים והרכב הגוף?  
מהם תוספי התזונה הארגוניים האפקטיביים ביותר לכל אחת מרוטינות התזונה הללו?  
הם הדגשים העיקריים בתזונה לאוכלוסיות מיוחדות שדיאטני ספורט צריכים לדעת?  
ומהן אסטרטגיות התזונה והפעילות המומלצות לאריכות ימים?

**יו"ר**



**ד"ר שון פורטל,** פיזיולוג מאמץ, דיאטן קליני, המרכז לתזונה וספורט בהתאמה למבנה גוף

**אולם 5**

**08:30-10:00 מושב 14**

**יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
10:30-12:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"  
התזונה שלנו אז כאן**



**אולם 2**

<b>"ארבע לפנות בוקר לא נרדמת? למה כדאי לך ללכת לישון"</b> מיכל סוקמן, דיאטנית מכון סוכרת, מכבי שרותי בריאות	10:30 - 10:50
<b>"האם מגדר (Gender) באמת משפיע על הירידה במשקל? היבטים מטבוליים ופיסיולוגיים"</b> צחי כנען, דיאטן מכבי שירותי בריאות	10:50 - 11:40
<b>"השמנה ומחלות אוטואימוניות - מה הקשר והאם ניתן להתירו?"</b> הדס חרדון, דיאטנית, מכבי שירותי בריאות	11:10 - 11:30
<b>"ויטמין A, קרוטנואידים והשמנה"</b> ד"ר אילת הררי, RD, PHD, דיאטנית וחוקרת, מרכז הליפידים ע"ש ברוך שטרסבורגר, מרכז רפואי ע"ש שיבא, תה"ש, דיאטנית, מכבי שירותי בריאות	11:30 - 11:50

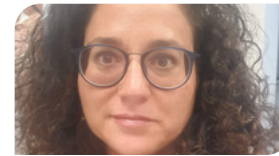


**10:30-12:00 מושב 15**

**מכבי - תנו לנו רגע לחדש לכם, השמנה  
כמו שלא הכרתם**

לאחרונה הוגדרה ההשמנה כמחלה. וככזו יש המציעים לה פתרון פשוט כמו גלולה, זריקה או אזמל. אבל האם באמת ההשמנה היא מחלה? אולי היא הסימפטום? אולי היא מצב חברתי? אולי קריאה לעזרה? ואולי משהו אחר. במושב ננסה להציג עוד צדדים להשמנה, ננסה להציע כלים שימושיים לשיח התזונתי שיעזרו לנו, המטפלים, לעזור נכון לפונים אלינו לעזרה.

**יו"ר**



**מיכל סוקמן**, דיאטנית, מטפלת בסוכרתיים, חולי לב וגריאטריה. מנחת סדנאות סוכרת וגמילה מעישון. מרכזת את תחום המדיה של התזונה במכבי.

**אולם 3**

<b>"כשהרחוק קרוב מתמיד-טיפול תזונתי מקוון, אתגרים, יתרונות ופתרונות."</b> דנה ויינר, מנהלת המחלקה לתזונה-מרכז רפואי ע"ש שיבא, תל השומר, יועצת בתחום התזונה בחטיבת בתי החולים הממשלתיים	10:30 - 10:45
<b>"טיפול תזונתי מרחוק: ממצאים מסקר שנערך בקרב דיאטנים בתקופת הקורונה"</b> ד"ר ורד קאופמן - שריקי, החוג למדעי התזונה, אוניברסיטת אריאל	10:45 - 11:00
<b>"שיתוף חוויות מרכזיות של דיאטנים"</b>	11:00 - 11:20
<b>"פאנל רב מקצועי של דיאטניות ראשיות מקופות החולים ובתי החולים בו נדון בשאלות בוערות"</b> דנה ויינר, מנהלת המחלקה לתזונה-מרכז רפואי ע"ש שיבא, תל השומר, יועצת בתחום התזונה בחטיבת בתי החולים הממשלתיים.	11:20 - 12:00

**לימור טל פוני**, מנהלת המחלקה לתזונה, מכבי שירותי בריאות  
**ד"ר גלית גולדצ'ק קוניק**, דיאטנית ראשית, כללית, חטיבת הקהילה.  
**חני סקאל**, דיאטנית ראשית, לאומית שירותי בריאות, מרכזת פעילות של תזונת קהילה מרחוק

- מהם האתגרים המרכזיים בטיפול מרחוק?
- מהם ההצלחות/כשלים?
- לאן הולכים מכאן? מהם המודלים המרכזיים לטיפול תזונתי מרחוק הנבחרים כיום בארץ?

**10:30-12:00 מושב 16**

**הדיאטנית המקוונת**

**התנסות מתקופת הקורונה בטיפול מרחוק: עמדות דיאטנים ומטופלים**  
בתקופת הקורונה נאלצו כל מקצועות הבריאות לעבור התאמה מהירה ולהגיב לצרכים משתנים, ביניהם הצורך למתן טיפול תזונתי לאוכלוסיות מבודדות, אוכלוסיות בסיכון ומטופלים הזקוקים לטיפול תזונתי אשר מסיבות שונות העדיפו שלא להגיע לקליניקה. המודלים הטיפוליים אליהם הגענו היו מגוונים וכך גם חוויות הדיאטנים והמטופלים. במושב זה נציג ממצאים ממחקרים שנערכו בתקופת הקורונה על חוויות הטיפול מרחוק. וננסה לבחון אתגרים עיקריים והצעות לעתיד.

**יו"ר**



**ד"ר ורד קאופמן-שריקי**, החוג למדעי התזונה, אוניברסיטת אריאל

**יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
10:30-12:00**



**28-29.7.2021**

**"תזונה מונעת - איחוד כוחות"**

**התזונה שלנו אז כאן**



**אולם 4**

<b>"קיימות ברפת החלב הישראלית...זה טוב בשבילי...זה טוב לכולנו"</b> ד"ר שמוליק פרידמן, רופא וטרנר, בעל תואר שלישי אוניברסיטה עברית	10:30 - 11:00
<b>"עוף ללא אנטיביוטיקה: גימיק או בריאות הציבור?"</b> ד"ר נתי אלקין, מומחה למחלות עופות	11:00 - 11:25
<b>מזון העתיד-חלבונים אלטרנטיביים</b> ד"ר תום בן אריה, מדען בכיר, THE GOOD FOOD INSTITUTE ISRAEL	11:25-11:50
<b>דיון ושאלות</b>	11:50-12:00

**10:30-12:00 מושב 17**

**פנים שונות לתעשייה...**

**יו"ר**

**יעודכן בהמשך...**

**אולם 5**

**"אם אין אני לי, דיגיטל לי",**  
עדי גודל סלומון, דיאטנית קלינית BSc

**טיפול דרך הוואטסאפ - היום הכל עושים מהנייד - גם ליווי אישי של דיאטנית!**  
מאיה לנגר, דיאטנית קלינית, MSc, nutr, מאסטר ב-NLP

**טיפול תזונתי באמצעות "הסקייפ",**  
לירון פז, דיאטנית קלינית, דיאט אנג'ל

**גוגל-אם אתה לא שם, אתה לא קיים/ת**  
בתיה אלימלך, דיאטנית קלינית עוסקת בטיפול בסוכרת

**ידע באריזה דיגיטלית. -**  
ורד אשד - סנדיק -דיאטנית קלינית, מאסטר בתזונה, בריאות והתנהגות

**שיווק דיגיטלי יעיל לדיאטנים,**  
מעין רדה דיין, דיאטנית קלינית BSc, בעלת רשת בינלאומית של תוכניות אונליין לאיזון משקל

**כל הרצאה 15 דקות**

**דיון פתוח עם הקהל**

**10:30-12:00 מושב 18**

**למה לי דיגיטלי? טכנולוגיה בשרות התזונה**

החיים שלנו מתנהלים כיום במידה רבה גם במדיה הדיגיטלית. הרשתות החברתיות תפסו תאוצה בתחומי חיים רבים והן הולכות ומתייצבות כגורם משמעותי גם בתחום הרפואי והטיפולי. הקשרים בין עולם התזונה והעולם הדיגיטלי הולכים ומתהדקים והם צפויים לשנות את הטיפול התזונתי בהיבטים רבים. התחום הטיפולי משתנה ומתפתח ומאפשר טיפול מרחוק באמצעות פלטפורמות חדשניות. ההתעצמות של הרשתות החברתיות והשימוש הנרחב בהן מאפשרים לדיאטניות לגבש תפקידים חדשים כמוכילות דעת קהל ומקור ידע בתחומי התזונה וקידום אורח חיים בריא. זו ההזדמנות שלך להיחשף לדיאטניות שעשו את המעבר לעולם הדיגיטלי, שישתפו מניסיוןן האישי והמקצועי על שיווק יעיל במדיית השונות, תוך הקפדה על כללי האתיקה והמקצועיות, במטרה להגדיל את כמות המטופלים ואת הרווחיות הכלכלית. אל תפספסו!!

**יו"ר**



**ד"ר מיכל גילאון,** דיאטנית Ph.D. בחוג לאפידמיולוגיה ורפואה מונעת, הפקולטה לרפואה באוניברסיטת תל אביב.  
B.Sc. בחוג למדעי התזונה, הפקולטה למדעי החקלאות המזון ואיכות הסביבה באוניברסיטה העברית.

יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
12:30-13:00



28-29.7.2021

“תזונה מונעת - איחוד כוחות”

התזעזענו אז כאנו



אולם 3+2



12:30-13:00 מליאה מושב 19

יו"ר

רות משה, דיאטנית קלינית ומחנכת לסוכרת, יו"ר מקצועית של הכינוס

## הטיפול התרופתי להשמנה

ד"ר גבי ליברמן מנהלת המרכז לטיפול בעודף משקל בבית חולים שיבא, תה"ש

### רקע

מדוע לטפל תרופתית במחלת ההשמנה?

כיום ישנן שיטות שונות לטיפול בהשמנה - בין אם מדובר בשינוי אורחות חיים עד לניתוח בריאטרי. בהרצאתי אתאר את מנגנוני הרעב והשובע המרכזיים הקשורים להשמנה והרציונל בטיפול התרופתי במחלת ההשמנה.

הטיפול בהשמנה ב GLP1-RA

אחד הפפטידים האגוניסטים פורצי הדרך עבורנו בטיפול בהשמנה הוא ה GLP-1 Receptor Agonist. זה המאושר בישראל לטיפול בהשמנה הוא הלירגלוטייד 3מ"ג הידוע כמרכיב הפעיל בתרופה "סאקסנדה". בהרצאתי אתאר את המחקרים המרכזיים שהוכיחו גם את היעילות וגם את הבטיחות בשימוש בתרופה.

תיאום ציפיות וליוי המטופל לאורך זמן

ליוי המטופל בטווח הארוך הינו שלב משמעותי בטיפול בהשמנה על ידי שלל הדיסיפלינות המטפלות. בהרצאתי אתאר את המשמעות של ליווי המטופל לאורך זמן ושימור המשקל לטווח הארוך.



ד"ר גבי ליברמן

יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
13:00-14:15



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז באנו



אולם 3+2

חדשנות בהנחיות התזונתיות הלאומיות

פרופ' רונית אנדוולט, מנהלת אגף התזונה, משרד הבריאות, בית הספר לבריאות הציבור אוניברסיטת חיפה

היבטים ביוכימיים ופיזיולוגיים בעיבוד מזון

ד"ר מיכל אפרת, Ph.D, R.D, מהנדסת מזון ודיאטנית קלינית, ד"ר לתזונה סגנית ראש החוג לתזונה, המכללה האקדמית אשקלון יועצת מדעית למשרד הבריאות

מוצרים אולטרה-מעובדים ודילמות רגולטוריות

ד"ר מורן בלייכפלד מגנאזי, מנהלת מחלקת מחקר, אגף התזונה משרד הבריאות

פאנל מומחים ודיון פתוח עם הקהל תינתן אפשרות למשתתפים במושב להביע דעה, לשאול שאלה, להעיר נרצה לשמוע את דעתכם ולדון יחדיו כיצד אנו מתייחסים לסוגיות אלו

משתתפים נוספים בפאנל:

פרופ' אפרת מונסונגו אורן, מנהלת ביה"ס לתזונה, הפקולטה לחקלאות, האוניברסיטה העברית. חוקרת הקשרים תזונתיים של התפתחות השלד.  
ד"ר דורית אדלר נשיאת הפורום הישראלי לתזונה בת קיימא ותזונאית ראשית של המועצה הלאומית לביטחון תזונתי

13:00 - 13:30

13:30 - 14:15

מושב מליאה  
אינטראקטיבי

13:00-14:15 מליאה מושב 19

מוצר אולטרה - מעובד -  
השלם עולה על סך חלקיו

רקע

ההנחיות התזונתיות הלאומיות, מאופיינות בהתייחסות הוליסטית-רחבה. לתזונה השפעה רב ממדית כולל השפעה על הבריאות, החברה, הקיימות והכלכלה. המזונות המומלצים לצריכה נמדדים תחילה על פי מקורם ומידת העיבוד שלהם: בתדירות יומית מומלצים מזונות שמקורם בצומח ושאינם מעובדים או שעברו עיבוד מינימלי. מזונות שמקורם מהחי מומלצים בתדירות שבועית ומוצרים אולטרה-מעובדים לא מומלצים לצריכה. המושב יעסוק במזון השלם, בהנגשת ההנחיות החדשות, בהגדרות מזון אולטרה מעובד, במגמות רכישה וצריכה בישראל וההשלכות האפשריות של תהליכי עיבוד על איכות המזון והבריאות. כמו כן נציג דילמות רגולטוריות ונדון בהשלכות הספציפיות בישראל בעקבות רפורמת סימון המזון

יו"ר

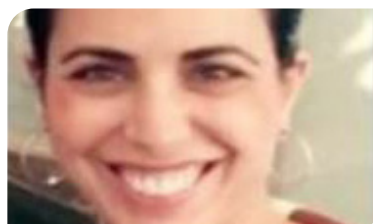
ד"ר מורן בלייכפלד מגנאזי  
מנהלת מחלקת מחקר, אגף התזונה משרד הבריאות



פרופ' אפרת מונסונגו אורן



פרופ' רונית אנדוולט



בואו לשמוע ולהשמיע  
במהלך המושב יוצגו תוצאות  
השאלון שהופץ בקרב אנשי  
המקצוע



ד"ר מיכל אפרת



יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזונה שלנו אז כאנו



אולם 2

15:00-17:00 סדנא 4

ליווי תזונתי דיגיטלי

יו"ר



מעין דין



עדי גודל סולומון

מעין דין  
דיאטנית קלינית B.Sc בעלת רשת בינלאומית של תכניות און-ליין לאיזון משקל, מייסדת תכנית Diet Upgrade שיווק-מכירות-ונייהול למקצועות התזונה, אמה במשרה מלאה.

עדי גודל סולומון  
דיאטנית קלינית B.Sc בעלת קליניקה פרטית במודיעין. מחברת המדריך "לאכול ליהנות לחיות טוב שבועות". משלבת ליווי דיגיטלי הכולל קורס דיגיטלי לשינוי הרגלי אכילה וכן תוכניות ליווי ותמיכה בווטסאפ.

רקע

עם התפתחות העולם הדיגיטלי ופלאי הטכנולוגיה, נפתחו אינספור אפשרויות למטופלים לקבל שירות בתחומים שונים בצורה יעילה יותר, מהירה יותר, נוחה יותר ולפעמים אף זולה יותר עבורם. זו הסיבה שמטופלים רבים התחילו לתת שירות בצורה דיגיטלית. ליווי דיגיטלי מטיב עם המטופלים מצד אחד, ומטיב גם עם המטופלים מהצד השני מטעמי נוחות וחיסכון בזמן, אנרגיה וכסף.

מעבר לליווי דיגיטלי באמצעות פלטפורמות מומלצות המספקות ליווי תזונתי מקיף ומקצועי:

1. תכנית דיגיטלית כפורטל סגור עם ליווי בקבוצת פייסבוק
2. תכנית קבוצתית דיגיטלית בקבוצת וואטסאפ ייעודית

מה בסדנא?

- בניית תכנית שיווק עסקית יעילה בדיגיטל
- יצירת קהילות וירטואליות כמצע להגדלת התוכנית הדיגיטלית
- סקירת יתרונות וחסרונות של הפלטפורמות הדיגיטליות
- מבנה התכנית ויצירת תמיכה דיגיטלית יעילה
- תכנים ותמחורים עם דוגמאות אמיתיות מהשטח
- תיאור המהלכים השיווקיים שנעשו על מנת לקדם תוכנית אלה.

מה תקחו אתכם לקליניקה מהסדנא?

- תכנית עסקית כללית לשיווק יעיל בעולם הדיגיטל
- כלים ליצירת קהילה שתקדם את הפלטפורמה הדיגיטלית
- שלד לתוכנית דיגיטלית משולבת ליווי תזונתי
- ידע מתקדם וייחודי על תוכניות דיגיטליות מצליחות

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים/יות וסטודנטים לתזונה  
עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל

יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז כאנו



אולם 3

15:00-17:00 סדנא 5

זום EAT - מיינדפולנס בראי התזונה



ניר קראוזה



קרן קורלי



יו"ר - יעל חן רביע

יו"ר הסדנה - יעל חן רביע

דיאטנית ילדים משנת 1994, בוגרת תואר ראשון ושני בתזונה (האוניברסיטה העברית). רכזת תחום תזונת ילדים בשרותי בריאות כללית במחוז ש"ש. מטפלת בהשמנת ילדים ואכילה בררנית ומפתחת 'מילון התיאבון'- ערכה חווייתית לאכילה מתוך תחושות רעב ושובע.

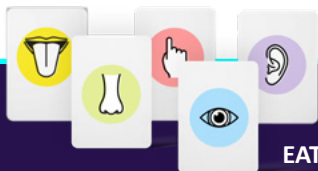
קורות חיים מקצועיים של המרצים ניתן להתרשם באתר הכינוס

### מהלך הסדנה:

דברי פתיחה - יעל חן רביע	15:00-15:10
למה זה טעים? הגורמים המשפיעים- אנחנו מתעסקים עם האוכל שלנו כל יום,מה נאכל היום,כמה, איפה,עם מי. אבל האם חשבת פעם על השאלה למה זה טעים? או מדוע האחד מעדיף את הקפה שלו עם כפית סוכר אחת והשני עם שלוש? ולמה ילדים אוהבים בדרך כלל שוקולד חלב ומבוגרים מעדיפים שוקולד מריר? על שאלות אלו ועוד נענה בסדנה באמצעות הסברים והמחשות להבנת גורמים פסיכולוגיים, התנהגותיים וגנטיים.	15:10-15:50
קרן קורלי, טכנולוגית מזון,מנכ"ל ובעלים של חברת המחקר new sense research, בעלת sc.b בכימייה ומדעי התזונה, mba בשיווק ומנהל עסקים. (פירוט נוסף באתר הכינוס)	
הסדנה תכלול ערכת התנסות לטעימות וחוויות סנסוריות.	
הפסקה	15:50 - 16:00
מיינדפולנס כחוויה חושית מה זה מיינדפולנס? כיצד בא לידי ביטוי עולם החושים בתרגול ובהקשר לשובע ועיכול? תרגול מדיטציה	16:00-16:15
ניר קראוזה, מנחה מיינדפולנס בכיר, להפחתת מתחים mbsr, מנחה מיינדפולנס וחמלה מוסמך.	
סדנת זום EAT פעילה - סדנה חווייתית לתרגול אכילה קשובה והתנסות אינטראקטיבית בערכת זום EAT-ערכה חווייתית לאכילה קשובה בטיפול דיאטני פרטני, משפחתי וקבוצתי.	16:25-17:00

### רקע:

בשנים האחרונות שיטת מיינדפולנס (מודעות קשובה) משתלבת ונחקרת בתחומי חיים שונים כגון רפואה, חינוך, פסיכולוגיה ועוד. מקורה של השיטה בבודהיזם ובבסיסה תרגול התבוננות ומודעות לא שיפוטית בזמן הווה למחשבות, תחושות ורגשות ועל דפוסי הפעולה האוטומטיים שלנו. גם בהקשר של תזונה והרגלי אכילה בריאים, לאכילה מודעת (Mindful eating) אפשרות להשפיע על הדרך בה אנו מתייחסים למזון ולאכילה באופנים שונים, לתמוך בוויסות מצבים רגשיים ולשפר את יכולות הבחירה והתנהגות האכילה. במסגרת הסדנה, נתוודע להשפעות המיינדפולנס בשדה התזונה ואורח החיים הבריא כפי שמופיע בספרות, נתרגל מדיטציה ואכילה קשובה ונחוה את ההשפעות הסנסוריות של המזון על התחושות ועל החלטות התזונתיות וכיצד ניתן להשתמש בכל אלה בטיפול הדיאטני. נתרגל מדיטציה ואכילה קשובה ונחוה את ההשפעות הסנסוריות של המזון על התחושות ועל החלטות התזונתיות ודרכים לשילובם בטיפול הדיאטני.



קלפים מתוך ערכת זום EAT

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים יות וסטודנטים לתזונה המשתתפים בסדנה יקבלו שי ערכת זום EAT וערכת משקאות בהן יתנסו במהלך הסדנה - מידע מפורט בהמשך עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל חשוב להרשם מראש

יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז באנו



אולם 4

15:00-17:00 סדנא 6

סדנה "מקלפים את הרגש"

שימוש בקלפים טיפוליים לאכילה רגשית - בוחרת Be



מורן רייכמן שרון טיברג יעקב



מורן רייכמן ומירון שרון טיברג יעקב דיאטניות שנים רבות. כל אחת מאיתנו הגיעה ממקום קצת שונה אבל החיבור ביננו היה מייד. שתינו אוהבות לעבוד עם קלפים טיפוליים במרפאות, בקליניקה, בקבוצות. לפני כ-3 שנים התעורר בנו החשק ליצור קלפים משלנו. הבנו כמה חשוב שיהיו קלפים שדיאטניות ייצרו. קלפים שבאים מתוך העולם שלנו. קלפים המאפשרים לנו כדיאטנים לפתוח, להעמיק ולהרחיב את השיח הטיפולי.

#### מטרת הסדנה

לחוות ולגלות את אפשרויות השימוש בערכת הקלפים הטיפוליים לאכילה רגשית - בוחרת Be במסגרת טיפול פרטני וקבוצתי.

#### למה כדאי לך לחוות את חווית הסדנא?

הסדנה מאפשרת הצצה לעולם עשיר ומרתק של קלפים טיפוליים. בסדנה נלמד מהם קלפים טיפוליים וכיצד נתן לשלב אותם בטיפול תוך כדי תרגול והתנסות אישית.

#### מה המטרה של הקלפים?

- לעזור לנו כדיאטנים לפתוח להרחיב ולהעמיק את השיח בטיפול וליצור שיח לא שיפוטי המאפשר דיוק, חמלה והכלה.
- בעזרת הקלפים ניתן לבדוק יחד עם המטופלים את עולם הערכים והאמונות שלהם.
- הקלף משמש כמראה שבאמצעותה ניתן להתבונן ולראות את האתגרים בדרך חדשה.

#### מה בתוכנית?

1. היכרות עם עולם הקלפים והחיבור שלהם לעולם הדיאטניות דיאטנים.
2. תרגיל לשימוש בקלפי הרגשות של בוחרת Be דרך התנסות אישית.
3. תרגיל לשימוש בקלפי "הציטוטים" לחשיפת אוטומטיים, רגשות והתניות לאכילה דרך השאלה - "מה זה אוכל עבורך?".
4. תרגיל "להיות הבמאי של הקלף" - באמצעות השימוש בקלפי התמונות.

משתתפי הסדנה יקבלו דף עבודה לסדנה וקובץ שאלות לעבודה עם קלפים במתנה. ביום הכנס הקלפים ימכרו בהנחה מיוחדת למשתתפי הכנס

#### מה מכילה הערכה?

הערכה מכילה 96 קלפים טיפוליים לאכילה רגשית המחולקים ל- 3 סוגים:  
32 קלפי תמונות  
32 קלפי רגשות  
32 ציטוטים לחשיפת אוטומטיים, רגשות והתניות לאכילה

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים/יות וסטודנטים לתזונה  
עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל

יום חמישי,  
29 ביולי 2021  
15:00-17:00



28-29.7.2021

"תזונה מונעת - איחוד כוחות"

התזעזענו אז כאנו

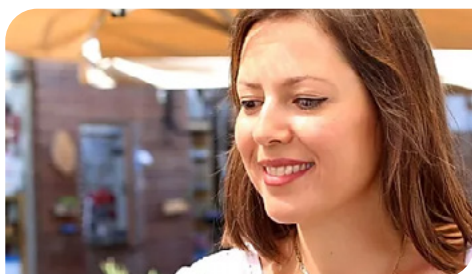


אולם 5

15:00-17:00 סדנא 7

## שיווק באמצעות סרטונים במדיה החברתית ככלי להגדלת הקליניקה הפרטית

יו"ר



בתיה אלימלך

בתיה אלימלך, דיאטנית קלינית, BSc, דיאטנית סוכרת, MPH בניהול מערכות בריאות מטעם אוניברסיטת תל אביב. בעלת קליניקה פרטית לטיפול בסוכרת, יועצת התזונה של האגודה הישראלית לסוכרת, חברה בצוות מוביל פורום סוכרת של עמותת עתיד, יועצת שיווק במדיה החברתית ומנחת סדנאות YOUTUBE עסקי לדיאטניות.

### רקע

סוף סוף קיבלת את התואר הנכסף דיאטנית אחרי מסלול מפרך וכל כך הרבה השקעה או שכבר שנים את עובדת כדיאטנית במוסדר רפואי והגיע הרגע שבו את רוצה להתחיל לקבל מטופלים באופן פרטי. אבל אין לך מושג מאיפה להתחיל ומה לעשות בכדי להתחיל לבנות את הקליניקה שחלמת עליה והתחרות בשוק על כל לקוח נראית קשה ומאיימת. אז אם את מעוניינת ללמוד כיצד לבנות ולצבור לעצמך מוניטין, איך ליצור ולהשתמש בסרטונים ככלי השיווקי החזק ביותר שקיים היום בשוק, שיגרום למטופלים הפוטנציאליים להבין שאת האוטוריטה בתחום העיסוק שלך ולהפוך מתעניינים ללקוחות משלמים, הסדנה הזו היא בדיוק בשבילך!

### בסדנת השיווק, באמצעות סרטונים במדיה החברתית נלמד:

- על חשיבות המיקוד השיווקי
- אילו תכנים לבחור בעת יצירת סרטונים למדיה החברתית
- איך לכתוב תסריט מותאם למנועי חיפוש (youtube וגוגל)
- איך לצלם סרטונים שנראים ונשמעים טוב באמצעות הסמארטפון שלך
- עריכה בסיסית בסמארטפון

השתתפות בסדנאות מותנית בהרשמה מראש באתר הכינוס | הסדנא מיועדת לדיאטנים/יות וסטודנטים לתזונה  
עלות השתתפות בסדנא 50 ש"ח | מספר המשתתפים בסדנא מוגבל

# 28-29.7.2021

## "תזונה מונעת - איחוד כוחות"

### התכנסנו אז כאנו



**יום חמישי, 29 יולי 2021**  
 הרשמה, קפה וארוחת בוקר 07:30 - 08:30

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	08:30 - 10:00
מושב 14	מושב 13	מושב 12	מושב 11	
יעודכן בהמשך	הספורטאי הספרטני	קהילת תזונה מרחוק - טכנולוגיות מלוות טיפול	פסיכותרפיה תזונתית	

הפסקת קפה וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 10:00 - 10:30

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	10:30 - 12:00
מושב 18	מושב 17	מושב 16	מושב 15	
למה לי דיגיטלי? טכנולוגיה בשרות התזונה	פנים שונות לתעשייה...	הדיאטנית המקוונת	מכבי - תנו לנו רגע לחדש לכם, השמנה כמו שלא הכרתם	

הפסקת קפה וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 12:00 - 12:30

אולמות 3+2	אולם 3+2	12:30 - 14:15
מושב 20 מליאה	מושב 19 הטיפול התרופתי להשמנה	

הפסקת צהריים וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 14:00 - 15:00

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	החל מ-15:00
סדנא 7	סדנא 6	סדנא 5	סדנא 4	
שיווק באמצעות סרטונים במדיה החברתית ככלי להגדלת הקליניקה הפרטית	סדנא "מקלפים את הרגש" שימוש בקלפים טיפוליים לאכילה רגשית - בוחרת Be	זום EAT - מיינדפולנס בראי התזונה	ליווי תזונתי דיגיטלי	

**יום רביעי, 28 יולי 2021**  
 הרשמה, קפה וארוחת בוקר 07:30 - 08:30

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	08:30 - 10:00
מושב 4	מושב 3	מושב 2	מושב 1	
ידע באריזה דיגיטלית	יעודכן בהמשך...	תזונה בבריאות הציבור	בין הדיאטן לצרכן - אתגרים וחדשנות בעולם המזון	

הפסקת קפה וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 10:00 - 10:30

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	10:30 - 12:00
מושב 8	מושב 7	מושב 6	מושב 5	
להיות או לא להיות קטוגני	עושים סדר- נושאים חמים בתזונת ילדים	האם הפודטק הוא ה"הייטק החדש"	פודטק וכלכלה מעגלית בשרות התזונה	

הפסקת קפה וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 12:00 - 12:30

אולמות 3 + 2	12:30 - 14:00
מושב 9 מליאה	

הפסקת צהריים וביקור בתערוכה המקצועית, התעשייתית ומתחם השפים 14:00 - 15:00

אולם 5	אולם 4	אולם 3	אולם 2	15:00-18:30
סדנא 3	סדנא 2	סדנא 1	מושב 10	
"סבתא בישלה דייסה" טרמינולוגיה בינלאומית לסטנדרט למרקמי מזון	אמא, מה יש לאכול? אם התינוק שלי יכול היה לדבר...	זום EAT - התזונה מיינדפולנס בראי התזונה	"סטארטאפ על הגריל"	