



## ΗΜΕΡΙΔΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ & ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΑΘΛΗΤΕΣ 5-15 ΕΤΩΝ

### Μια πολύ ενδιαφέρουσα ομιλία

Μια πολύ ενδιαφέρουσα συζήτηση με μια ομάδα γιατρών που αποτελείται από έναν καρδιολόγο, έναν ορθοπαιδικό-Αθλίατρο, μία ψυχολόγο και ένα διατροφολόγο, θα διεξαχθεί με ερωτήσεις από τους γονείς που μπορούν να πάρουν απαντήσεις σε όλες τις απορίες που μπορεί να τους δημιουργηθούν.

#### Προσκεκλημένοι ιατροί :

**Διαμαντής Γκολιδάκης:** Ειδικός καρδιολόγος, Διδάκτωρ Ιατρικής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

**Γιάννης Χρίστου:** Χειρουργός Ορθοπαιδικός

**Θανάσης Τσιούδας:** Διαιτολόγος-Διατροφολόγος MSc Κλινικής Διατροφής

**Αννα Κρίση:** Ψυχολόγος, Συμβουλευτική Γονέων, παιδιών & εφήβων.

**ΣΑΒΒΑΤΟ  
18 ΜΑΡΤΙΟΥ  
2023**

**ΩΡΑ 18:00**

**Θέατρο οδού  
Χηλής (Σ.  
Κουγιουμτζής)**

**Θα γίνει  
συζήτηση  
ανάμεσα στους  
γονείς και τους  
γιατρούς**

**Αφορά τα παιδιά  
μας!**

**Πρέπει να  
είμαστε όλοι εκεί.**

**Μπορούν να  
παραβρίσκονται  
και οι μικροί  
αθλητές και  
αθλήτριες**

**ΤΑΥΡΟΙ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ**  
Ακαδημίες  
Καλαθοσφαίρισης  
Τηλ: 6974-72-79-72  
[www.bullsbc.gr](http://www.bullsbc.gr)



## Διαμαντής Γκολιδάκης

Απόφοιτος Ιατρικής Α.Π.Θ, Ειδικός καρδιολόγος, Διδάκτωρ Ιατρικής του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Μέλος και υπεύθυνος συντονιστικού προγράμματος Θεσσαλονίκης του ΕΛ.Ι.ΚΑΡ Καρδιολόγος πολλών αθλητικών ομάδων της πόλης και δημιουργός της καμπάνιας «Η Υγεία δεν έχει φανέλα». Η καμπάνια η οποία έχει φιλοξενηθεί από πολλούς δήμους της πόλης έχει ως στόχο να τονίσει την σημαντικότητα του προαθλητικού ελέγχου για αθλητές και αθλούμενους καθώς και το ιδεώδες του του αθλητισμού το οποίο μπορεί να ενώνει όλους ανεξάρτητου οπαδικής προτίμησης.



## Ιωάννης Χρίστου

Ο Χρίστου Ιωάννης είναι ιδιώτης χειρουργός ορθοπαιδικός με εξειδίκευση στην αθλητική. Αποφοίτησε από το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης εκπαιδευτήκε στην ορθοπαιδική σε Ελληνικά και Ευρωπαϊκά εκπαιδευτικά κέντρα. Διατηρεί ιδιωτικό ιατρείο στην Καλαμαριά, συνεργάζεται με την ιδιωτική κλινική Άγιος Λουκάς όπου και πραγματοποιεί χειρουργικές επεμβάσεις. Η πρώτη του επαγγελματική ενασχόληση με τον αθλητισμό ήταν ως φυσικοθεραπευτής αφού ακολούθησε σπουδές στα ΑΤΕΙ Θεσσαλονίκης στο τμήμα φυσικοθεραπείας. Από το 2002 ανελλιπώς έχει συνεργαστεί με πολλά σωματεία επαγγελματικά και ερασιτεχνικά αρχικά ως φυσικοθεραπευτής και έπειτα ως ιατρός. Έχει παραβρεθεί σε πολλά σεμινάρια και εκπαιδεύσεις τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό με

κύριο αντικείμενο την αθλητιατρική χειρουργική και αποκατάσταση. Στον τομέα αυτό, άλλωστε, έχει επαγγελματικές διακρίσεις με κύρια την βράβευση του με το βραβείο Fair Play της Super League ως γιατρός της ποδοσφαιρικής ομάδας της ΠΑΕ ΑΡΗΣ.



## Αθανάσιος Τσιούδας,

Διατροφολόγος – διαιτολόγος και κάτοχος μεταπτυχιακού διπλώματος (MSc) στην Κλινική Διατροφή. Έχει εξειδίκευση στις διατροφικές διαταραχές από το Κέντρο Εκπαίδευσης & Αντιμετώπισης Διατροφικών Διαταραχών και το Εθνικό Κέντρο Διατροφικών Διαταραχών της Μεγάλης Βρετανίας NCFED. Από το 2011 διατηρεί το διαιτολογικό του γραφείο «Διατροφική αγωγή» στο κέντρο της Θεσσαλονίκης, ενώ από το 2018 έχει γραφείο και στην Καλαμαριά. Έχει συνεργαστεί με διάφορες ομάδες και αθλητικά σωματεία, όπως με τον αθλητικό σύλλογο ΑΡΗ (Α' ΜΠΑΣΚΕΤ Γυναικών, Παίδων και Εφήβων), τον ερασιτέχνη ΠΑΟΚ (ομάδα μπάσκετ παιδων-εφήβων-κορασίδων), την γυναικεία ομάδα μπάσκετ του ΠΑΟΚ (Α1), την ομάδα Handball του Φοίβου Συκεών (Α1 κατηγορία) και τις ακαδημίες της ομάδας και τις ακαδημίες μπάσκετ του Ηρακλή. Σήμερα, είναι επίσημος διαιτολόγος της ΠΑΕ και της ΚΑΕ ΑΡΗΣ, καθώς και Πρόεδρος της Ένωσης Διαιτολόγων – Διατροφολόγων Ελλάδος (ΕΔΔΕ) στην περιφέρεια της Κεντρικής Μακεδονίας.



## Δρ. Άννα Κρίση:

Ψυχολόγος - Συμβουλευτική ψυχολογία παιδιών και γονέων Σπούδασε Ψυχολογία στο Πανεπιστήμιο Essex του Ηνωμένου Βασιλείου από όπου αποφοίτησε το 2001. Το 2002 ολοκλήρωσε τη μεταπτυχιακή της εκπαίδευση στις Μαθησιακές Δυσκολίες στο DeMontfort Πανεπιστήμιο του Ηνωμένου Βασιλείου και το 2020 ορκίστηκε διδάκτορας του Παιδαγωγικού Τμήματος Προσχολικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας με βαθμό άριστα. Παράλληλα με το διδακτορικό μετεκπαιδεύτηκε στην Σχολική Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο Αιγαίου και στη Γνωσιακή Συμπεριφοριστική Θεραπεία από Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Από το 2007 έως και σήμερα παρέχει τις υπηρεσίες της ως ψυχολόγος στο Δήμο Καλαμαριάς, Αντιδημαρχία Παιδείας.