

**«ՃԱՐՊԱԿԱԼՄԱՆ ՎԱՐՔԱԲԱՆԱԿԱՆ ԹԵՐԱՊԻԱ» ԹԵՄԱՅԻՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ
2025թ.-ից կրկնողաբար, ք. Երևան (ԵՊԲՀ Միջայեյյան համալսարանական
հիվանդանոց՝ Հասրաթյան 9)**

«Երևանի Մ. Հերացու անվան պետական բժշկական համալսարան» հիմնադրամ

- Թիրախային լսարան՝ կլինիկական դիեոլոգներ և սննդաբաններ, ներգատաբաններ, թերապևտներ, ընտանեկան բժիշկներ, մանկաբույժներ, աղեստամոքսաբաններ և լյարդաբաններ
- Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 1-30 հոգի
- մասնակիցներին շնորհել ՇՄԶ 11 տեսական և 5 գործնական կրեդիտ.
դասավանդող Անուշ Միրզոյանին՝ ՇՄԶ 11 տեսական և 5 գործնական կրեդիտ
- Կոնտակտ 095-93-08-08

Օր 1	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման խրոնիտիզացիայի գնահատում
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:10	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի առաջին փուլը՝ կենսակերպի փոփոխությանն ուղղված աշխատանք
17:10-17:30	Ընդմիջում
17:30-18:30	Գործնական աշխատանք
Օր 2	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի երկրորդ փուլը՝ ավելորդ սնվելու տրիգերների դուրս բերում և կառավարում
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:10	Դասախոսություն Դասախոսություն՝ Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի երկրորդ փուլը՝ սննդային կրթություն, սնվելու ոճ, ուտելու արագություն
17:10-17:20	Ընդմիջում
17:20-18:20	Գործնական աշխատանք
Օր 3	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի երրորդ փուլը՝ սննդային օրագրի վերծանում, դրա կարևորությունը սննդային սովորությունների ներդրման հարցում
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:00	Դասախոսություն

	Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի երրորդ փուլը՝ առողջ սննդային սովորություններ
17:00-17:10	Ընդմիջում
17:10-18:00	Գործնական աշխատանք
Օր 4	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի չորրորդ փուլը՝ սննդի պլանավորում, գնումների ժամանակ կողմնորոշվելու հմտություններ, մակնշումներ
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի չորրորդ փուլը՝ սննդի հոգեբանական ասպեկտները, էմոցիոնալ ուտելու դիսկերը, համբերություն և մոտիվացիա
17:00-17:10	Ընդմիջում
17:10-18:00	Գործնական աշխատանք
Օր 5	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի հինգերորդ փուլը՝ ֆիզիկական ակտիվության դոզավորում, քայլեր, շարժումներ, վարժություններ
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի հինգերորդ փուլը՝ մարզումներ, աերոբ և ուժային մարզումների ազդեցությունները
17:00-17:10	Ընդմիջում
17:10-18:00	Գործնական աշխատանք
Օր 6	
15:00-16:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի վեցերորդ փուլը՝ աջակցություն. ընտանիք, ընկերներ, տեխնոլոգիական և հոգեբանի դերը քաջի նվազեցման հարցում
16:00-16:10	Ընդմիջում
16:10-17:00	Դասախոսություն Ճարպակալման վարքաբանական թերապիայի վեցերորդ փուլը՝ քաջի պահպանմանն ուղղված հմտություններ
17:00-17:10	Ընդմիջում
17:10-18:00	Գործնական աշխատանք

Դասավանդող՝ Լիդիա Այվազյան:

*Գործնական աշխատանքները իրենց մեջ ներառում են կլինիկական դեպքերի քննարկում, սննդային օրագրերի վերլուծություն: