

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: ΚΟΝΤΟΠΟΥΛΟΥ Β. ΛΑΜΠΡΙΝΗ

Διεύθυνση: Οικ. Εξ. Οικονόμων 84, Λάρισα

Τηλέφωνο: 2410684257

Κινητό 6972441217

e-mail: lamprini2@yahoo.gr, lamprini1@uth.gr

Τόπος Γέννησης : Λάρισα

Προπτυχιακές Σπουδές: **Διατροφή -Διαιτολογία**
Σχολή Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής
Α.Τ.Ε.Ι.-Θεσσαλονίκης

Μεταπτυχιακές Σπουδές: **MSc Human Nutrition**
Middlesex University London

PhD (c) Τμήματος Ιατρικής Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Εκπαιδευτική Εμπειρία: **Διδακτικό έργο σε προγράμματα του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ ΠΘ**

2022 Συμμετοχή στον 3ο Κύκλο Προγράμματος Εξειδίκευσης Σχολικής Νοσηλευτικής του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ ΠΘ στη θεματική ενότητα Διατροφή και Υγεία

2022 Συμμετοχή στο πρόγραμμα Εξειδίκευση στο Σακχαρώδη Διαβήτη του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ ΠΘ στη θεματική ενότητα Διατροφή στο Σακχαρώδη Διαβήτη

2021 Συμμετοχή στον 2ο Κύκλο Προγράμματος Εξειδίκευσης Σχολικής Νοσηλευτικής του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ ΠΘ στη θεματική ενότητα Διατροφή και Υγεία

2020 Συμμετοχή στον 1ο Κύκλο Προγράμματος Εξειδίκευσης Σχολικής Νοσηλευτικής του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ ΠΘ στη θεματική ενότητα Διατροφή και Υγεία

Διδακτικό έργο στο Τμήμα Νοσηλευτικής

Διδακτικό έργο κατά το ακαδημαϊκό έτος 2021-2022

1) Θεωρητικές διαλέξεις στο μάθημα «Διατροφική Φροντίδα και Θρέψη»

- 2) Συμμετοχή στην Κλινική άσκηση του εργαστηριακού μέρους του μαθήματος Φροντίδα Καρδιοαναπνευστικού Ασθενή στο Γενικό Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Λάρισας
- 3) Θεωρητική διάλεξη στο μάθημα «Παθολογική Νοσηλευτική Ι»
- 4) Θεωρητικές διαλέξεις στα πλαίσια του μαθήματος «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας» του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας
- 5) Συμμετοχή στην Κλινική άσκηση του μαθήματος Επείγουσα Νοσηλευτική

2021 Τοποθέτηση και συμμετοχή στο Εργαστήριο Διαταραχών Αναπνευστικού Συστήματος

Διδακτικό έργο κατά το ακαδημαϊκό έτος 2020-2021

- 1) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Νοσηλευτική Χρονίως Πασχόντων & Ηλικιωμένων»
- 2) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Παθολογική Νοσηλευτική Ι»
- 3) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Κοινωνική Νοσηλευτική»
- 4) Θεωρητικές διαλέξεις στα πλαίσια του μαθήματος «Διαγνωστική Νοσηλευτική»
- 5) Θεωρητικές διαλέξεις στα πλαίσια του μαθήματος «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας» του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας

Διδακτικό έργο κατά το ακαδημαϊκό έτος 2019-2020

- 1) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Νοσηλευτική Χρονίως Πασχόντων και Ηλικιωμένων»
- 2) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Παθολογική Νοσηλευτική Ι»
- 3) Διδασκαλία στο εργαστήριο του μαθήματος «Κοινωνική Νοσηλευτική»
- 4) Θεωρητικές διαλέξεις στα πλαίσια του μαθήματος «Διαγνωστική Νοσηλευτική»
- 5) Θεωρητικές διαλέξεις στα πλαίσια του μαθήματος «Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας» του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας

01-07-2020 Ένταξη σε θέση Εργαστηριακού Διδακτικού Προσωπικού (Ε.ΔΙ.Π) του Τμήματος Νοσηλευτικής

12-11-2019 Μετακίνηση και ανάληψη καθηκόντων στο Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

01-04-2016 Διορισμός σε μόνιμη θέση ΕΤΕΠ στο Τμήμα Διατροφής-Διαιτολογίας στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας. Αυτοδύναμο Διδακτικό έργο στα εργαστηριακά μαθήματα «Σχεδιασμός Διαιτολογίου για Φυσιολογικές Καταστάσεις, Σχεδιασμός Διαιτολογίου για Παθολογικές Καταστάσεις, Διατροφή στα Στάδια Ζωής Ι και ΙΙ».

Διδακτικό έργο στα ΤΕΙ

Νοέμβριος 2015 έως 31-3-2016 ανανέωση σύμβασης στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας Παράρτημα Καρδίτσας ως Πανεπιστημιακός Υπότροφος για το εργαστηριακό μέρος του μαθήματος « Σχεδιασμός Διαιτολογίου για Φυσιολογικές Καταστάσεις και Διατροφή και Δημόσια Υγεία».

Μάρτιος 2015-Ιούλιος 2015 ανανέωση σύμβασης στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας Παράρτημα Καρδίτσας ως εργαστηριακός συνεργάτης διδάσκοντας το μάθημα «Διατροφή στα Στάδια Ζωής Ι και ΙΙ και Ψυχολογία και Ψυχοπαθολογία της Διατροφής».

Νοέμβριος 2014- Φεβρουάριος 2015 ανανέωση σύμβασης στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας Παράρτημα Καρδίτσας ως Πανεπιστημιακός Υπότροφος για το εργαστηριακό μέρος του μαθήματος « Σχεδιασμός Διαιτολογίου για Φυσιολογικές και Παθολογικές Καταστάσεις»

Απρίλιος 2014-Ιούλιος 2014 ανανέωση σύμβασης στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας Παράρτημα Καρδίτσας ως εργαστηριακός συνεργάτης διδάσκοντας το μάθημα «Διατροφή στα Στάδια Ζωής ΙΙ».

Μάρτιος 2013- Ιούλιος 2013 εργάστηκα στο ΤΕΙ-Θεσσαλίας Παράρτημα Καρδίτσας ως εργαστηριακός συνεργάτης διδάσκοντας το μάθημα

«Διατροφική Αγωγή και Διατροφικές Συνήθειες».

2000 - 2011 εργάστηκα στο
Αλεξάνδρειο Τ.Ε.Ι. - Θεσσαλονίκης

Επί **11** συνεχή χρόνια εργάστηκα ως εργαστηριακός συνεργάτης στο Τμήμα Διατροφής και Διαιτολογίας του Α.Τ.Ε.Ι.-Θεσσαλονίκης, διδάσκοντας στα εργαστήρια: «Κλινικής Διατροφής Ι,ΙΙ,ΙΙΙ, Μαζικής Παραγωγής Τροφίμων, Αρχές Παρασκευής Τροφίμων και Σχεδιασμού Διαιτολογίων για Φυσιολογικές Καταστάσεις».

ΙΝΕΔΙΒΙΜ

21-04-2015 έως **19-05-2015** δίδαξα στο πρόγραμμα Πρακτικές Συμβουλές Υγιεινής Διατροφής

ΙΕΚ

2013-2014 **ΙΕΚ Μακρίδη** Λάρισα ως εκπαιδεύτρια.

1999 - 2000 **ΙΕΚ Θέρμης** και **2^ο ΙΕΚ Θεσσαλονίκης** ως εκπαιδεύτρια.

1996 -1997 **ΙΕΚ- Αλεξάνδρειο** ως εκπαιδεύτρια

Επαγγελματική Εμπειρία:

- **2004 - 2011** ως **Ιδιώτης Διαιτολόγος**
- Επί **7** συνεχή χρόνια εργάστηκα παράλληλα και ως ιδιώτης Διαιτολόγος.
- **2011 -2012 Υπεύθυνη Πρωινών σε ξενοδοχείο** Από τον Οκτώβριο του 2011 έως το Μάρτιο του 2012 εργάστηκα στο ξενοδοχείο “Cameron” στο Λονδίνο.
- Από 01-04-2012 έως 01-08-2012 συνεργάστηκα ως **Σύμβουλος Διατροφής - Διαιτολόγος** στον οργανισμό “Greek-Cyprus Women Organization” στο Λονδίνο.
- **1996 – 1997** “ΠΡΙΝΟΥ ΑΛΚΗΣΤΗ ΜΟΝΟΠΡΟΣΩΠΗ ΕΠΕ” Για **17** μήνες εργάστηκα ως υπεύθυνη Διαιτολόγος στο διαιτολογικό κέντρο αδυνατίσματος Πρίνου.
- **Μάρτιος - Ιούλιος 1991** Ιατρικό Κέντρο “ΠΡΟΜΕΝΤΙΚΑ” Για **5** μήνες

εργάστηκα ως υπεύθυνη του Ιατρικού Κέντρου

Δημοσιεύσεις-Ανακοινώσεις:

- Heimberg, K., Martin, A., Ehlers, A. *et al.* Knowledge and awareness about and use of iodised salt among students in Germany and Greece. *BMC Public Health* **22**, 1851 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14008-9>
- Aguentaou H, Babio N, Deschasaux-Tanguy M, Galan P, Hercberg S, Julia C, Jones A, Karpetas G, Kelly B, Kesse-Guyot E, **Kontopoulou L**, Labonté ME, Ni Mhurchu C, Pravst I, Pettigrew S, Riboli E, Salas-Salvadó J, Srouf B, Touvier M, Vandevijvere S. **Comment on Muzzioli et al. Are Front-of-Pack Labels a Health Policy Tool?** *Nutrients* 2022, 14, 771. *Nutrients*. 2022 May 23;14(10):2165.doi: 10.3390/nu14102165. PMID: 35631306; PMCID: PMC9145939.
- Apostolakopoulou XA, **Kontopoulou L**, Karpetas GE, Marakis G, Vasara E, Katsaras IG, Maraki Z, Papathanasiou IV, Bonotis KS. **Sugars, Alcohol, and Caffeine Intake From Drinks Among Outpatients With Mental Health Disorders in Greece: A Pilot Study.** *Cureus*. 2022 Jan 24;14(1):e21563. doi: 10.7759/cureus.21563. PMID: 35228922; PMCID: PMC8873368.
- **Kontopoulou L**, Karpetas G, Fradelos EC, Papathanasiou IV, Malli F, Papagiannis D, Mantzaris D, Fialon M, Julia C, Gourgoulianis KI. **Online Consumer Survey Comparing Different Front-of-Pack Labels in Greece.** *Nutrients* 2022; 14(1):46. <https://doi.org/10.3390/nu14010046>
- Georgios Marakis, Antonios Katsioulis, **Lamprini Kontopoulou**, Anke Ehlers, Katharina Heimberg, Karen Ildico Hirsch-Ernst, Tomaz Langerholc, Hanna Adamska, Ewa Matyjasczyk, KD Renuka Silva, KA Chathurika Madumali, Tai-Sheng Yeh, Ling Jan Chiou, Mei-Jen Lin, Georgios Karpetas, Anke Weissenborn. **Knowledge, attitude and behaviour of university students regarding salt and iodine: a multicentre cross-sectional study in six countries in Europe and Asia.**

- Ioanna V. Papathanasiou , Anna Rammogianni , Dimitrios Papagiannis , Foteini Malli , Dimitrios C. Mantzaris, Konstantinos Tsaras, **Lamprini Kontopoulou**, Evridiki Kaba, Martha Kelesi, Evangelos C. Fradelos. **Frailty and Quality of Life Among Community Dwelling Older Adults**. *Cureus* 2021 13(2): e13049
- **Lamprini B. Kontopoulou**, Anna Challa, Maria Vaiou, Amalia I. Moula, Ioanna V. Papathanasiou, Georgios Marakis, Georgios E. Karpetas, Evangelos C. Fradelos, Dimitrios Papagiannis, Foteini Malli, Christos G. Mastorodimos, Konstantinos Gourgoulisanis, Anargyros N. Moulas. **Increased body mass index (BMI) and sunscreen use are associated with inadequate vitamin D status in Greek adults in winter**. *GeNeDis 2020* October 8-11, 2020 – Crete, Greece
- Ioanna V. Papathanasiou, Annetta Christidou, Victoria Alikari, Konstantinos Tsaras, Foteini Malli, Dimitrios Papagiannis, **Lamprini Kontopoulou**, Lambrini Kourkouta, Evangelos C. Fradelos. **The effect of emotional intelligence on caring behaviors among psychiatric nurses in Greece**. *GeNeDis 2020* October 8-11, 2020 – Crete, Greece
- Dimitrios Papagiannis, Foteini Malli, Ioanna V. Papathanasiou, Panagiotis Routis, Evangelos Fradelos, **Lamprini Kontopoulou**, Georgios Rachiotis and Konstantinos Gourgoulisanis. **Attitudes and smoking prevalence among undergraduate students in central Greece**. *GeNeDis 2020* October 8-11, 2020 – Crete, Greece
- Ioanna V. Papathanasiou Chrysoula Papathanasiou, Foteini Malli1, Konstantinos Tsaras1, Dimitrios Papagiannis, **Lamprini Kontopoulou**, Lambrini Kourkouta, Areti Tsalogliodou, Foteini Tzavella, Evangelos C. Fradelos. **The Effect of Spirituality on Mental Health Among Hypertensive Elderly People: A Cross-sectional Community based Study**. *Mater Sociomed.* 2020 Sep; 32(3): 218-223

- **Ανάρτηση και παρουσίαση poster** στο 1ο Διεθνές Συνέδριο Επιστημών Διατροφής και Διαιτολογίας (1st International Conference of Nutritional Sciences and Dietetics – ICONSD 2022) με θέμα: «Investigation of the adherence to Mediterranean diet in patients with bronchial asthma» Kontopoulou Lamprini¹, Kotsiou Ourania¹, Malli Fotini¹, Pantazopoulos Ioannis², Vasara Eleni³, Karpetas Georgios², Tourlakopoulos Konstantinos², Mavrounis Georgios², Gourgouliannis Konstantinos². 27/5-29/5/2022. Θεσσαλονίκη, Ελλάδα
- **Εισήγηση** στην Διαδικτυακή Ημερίδα του Τμήματος Νοσηλευτικής του Π.Θ «Επίκαιρα Θέματα στη Νοσηλευτική» με θέμα «Διατροφή σε χρόνια νοσήματα» 10/12/2021. Λάρισα, Ελλάδα
- Αποστολακοπούλου Α. Ξένια, **Κοντοπούλου Β. Λαμπρινή**, Καρπέτας Ε. Γεώργιος, Κατσάρας Γ. Ιωάννης Παπαθανασίου Β. Ιωάννα, Βασάρα Σ. Ελένη, Μπονώτης Σ. Κων/νος. **Εκτίμηση της πρόσληψης ελεύθερων σακχάρων από κατανάλωση ροφημάτων σε ασθενείς των εξωτερικών ιατρείων της ψυχιατρικής κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Λάρισας(ΠΓΝ Λάρισας)** 14ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Παχυσαρκίας, 27-29 Φεβρουαρίου 2020. Αθήνα, Ελλάδα
- **Κοντοπούλου Λαμπρινή. Διερευνώντας τις εκπαιδευτικές ανάγκες πληθυσμιακών ομάδων της κοινότητας: Η περίπτωση της διατροφής.** 3^η Δημερίδα Κοινοτικής Νοσηλευτικής Καινοτομία και Αειφόρος Ανάπτυξη στην Κοινοτική Νοσηλευτική - Δημόσια Υγεία για Όλους. 22-23 Νοεμβρίου 2019. Αθήνα, Ελλάδα
- Λαμπρινού Σ., Νικολάκη Μ., Κατσάς Κ., Σολάκης Φ., Σούλα Μ., **Κοντοπούλου Λ., Καστή Α. Αξιολόγηση κατάστασης θρέψης, διατροφικής πρόσληψης και ποιότητας ζωής ασθενών με νόσο Crohn: Υποσιτισμός η Παχυσαρκία;** 18^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ιδιοπαθών Φλεγμονωδών Νόσων του Εντέρου,

30 Μαΐου-02 Ιουνίου 2019. Πόρτο Χέλι, Ελλάδα

- Marakis G, **Kontopoulou L**, Garofalakis G, Vasara E, Vasiliadis G, Grammatikopoulou MG. **Development and relative validity of a self-administered semi-quantitative drinks frequency questionnaire, validated in a population of university students.** Nutr Diet. 2018 Oct 24. doi: 10.1111/1747-0080.12494
- Π.Φουντουκίδου, Κ. Εμμανουηλίδης, Ν. Ουσταμπασίδου, Π. Καρακώστα, Α. Κολώνας, Ι. Στεφανίδης, **Α. Κοντοπούλου. Διερεύνηση κατάστασης θρέψης ασθενών που υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση σε τριτοβάθμιο ίδρυμα της Ελλάδας. 11-13-2018 Θεσσαλονίκη, Ελλάδα**
- Lambrinou Sophia, Kasti Arezina, **Kontopoulou Lamprini. Perioperative Dietary Intervention in a Crohn's Disease patient who underwent colectomy.** The 7th Annual Middle East Congress on Clinical Nutrition, May 11-13-2018 Athens, Greece
- Λαμπρινού Σοφία, Καστή Αρεζίνα, **Κοντοπούλου Λαμπρινή. Διατροφική παρέμβαση σε ασθενή με νόσο crohn που υπεβλήθη σε κολεκτομή με ΑΕΕ ως μετεγχειρητική επιπλοκή.** 17^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ιδιοπαθών Φλεγμονωδών Νόσων του Εντέρου, 18-20 Μαΐου 2018. Θεσσαλονίκη, Ελλάδα
- **Κοντοπούλου Λαμπρινή, Βαφειάδης Στυλιανός, Γεμελιάρη Πετρούλα, Παρταλίδου Χριστίνα, Μαράκης Γεώργιος και Βασάρα Ελένη. Ημερήσια κατανάλωση νερού, ποτών και ροφημάτων σε φοιτητές – εκτίμηση πρόσληψης ελεύθερων σακχάρων και καφεΐνης από την κατανάλωση ποτών και ροφημάτων.** Πρακτικά 39^{ου} Επιστημονικού Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιολογικών Επιστημών. 2017, Σελίδα 138-139, Λαμία, Ελλάδα
- Γ. Αρναούτ, Σ. Βαφειάδης, Τ. Παπαδημητροπούλου, **Α. Κοντοπούλου** και Ε.

Βασάρα. **Πρόσληψη ενέργειας και θρεπτικών συστατικών σε φοιτητές στη Θεσσαλονίκη.** Πρακτικά 39^{ου} Επιστημονικού Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιολογικών Επιστημών. 2017, Σελίδα 36-37, Λαμία, Ελλάδα

- Τ. Παπαδημητροπούλου, Γ. Μαράκης, Π. Σκεπαστιανός, **Λ. Κοντοπούλου**, Ε. Βασάρα. **Εκτίμηση πρόσληψης αλατιού σε φοιτητές με προσδιορισμό νατρίου σε ούρα 24ωρου.** Πρακτικά 38^{ου} Επιστημονικού Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Βιολογικών Επιστημών. 2016, Σελίδα 32-33, Καβάλα, Ελλάδα
- **Κοντοπούλου Λ.,** Δαρδαβέσης... **Κατανάλωση Ροφημάτων σε νεαρούς ενήλικες.** 5^{ου} Πανελλήνιου Συνεδρίου του Φόρουμ Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Ιατρικής, 21-11-2014, Θεσσαλονίκη, Ελλάδα
- Μαράκης Γ., Καραγκιόζογλου Θ., Βότση Ε., Κωστελέτου Α., **Κοντοπούλου Λ.,** Τσόφλιου Φ., **Evaluation of malnutrition in hospitalized patients in Greece.** Nutrition Society Summer Meeting, June 2009, Surrey U.K
- **Kontopoulou L.,** Tsofliou F., Marakis G., Kokkinidou S., Zigomani V., Vasara E., KaragiozoglouTh. **Association between breakfast consumption, BMI and waist circumference in Greek schoolchildren aged 15 – 18 years.** Dept of Human Nutrition and Dietetics, Technological Educational Institute, Thessaloniki, Greece The 43rd Annual Meeting, ISTANBUL June 9 - 12, 2010
- Fotini Tsofliou, PhD; Aggeliki Apostolou MS; George Vlahavas, PhD; **Labrini Kontopoulou, MS;** Vassiliki Magkou, BSc; Kiriaki Tafidou, BSc; Thomai Karagiozoglou Lampoudi*MD, PhD **Differences in metabolic profile between young obese women with polycystic ovary syndrome (PCOS) and obese control. Clinical Nutrition week. Vancouver/ Kanada 2011.**
- Φωτεινή Τσόφλιου, Γεώργιος Μαράκης,

Ειρήνη-Ηρώ Αρβανιτίδου, Αγγελική Αποστόλου, Αλίκη Κρούσου, Τριανταφυλλιά Κούρα, Γεώργιος Βλαχάβας, **Λαμπρινή Κοντοπούλου**, Θωμαή Καραγκιόζογλου-Λαμπούδη **Ανάπτυξη ερωτηματολογίου διατροφικών γνώσεων για το ευρύ κοινό στην Ελλάδα. Nutrition society summer meeting U.K. 2009**

Συγγραφικό έργο:

- Καραγκιόζογλου Θωμαή, Κοντοπούλου Λαμπρινή Μαράκης Γιώργος. Σημειώσεις για το μάθημα Κλινική Διατροφή Ι. Θεσσαλονίκη 2007
- Κοντοπούλου Λαμπρινή. Σημειώσεις για το μάθημα Διατροφή Υγείων Ατόμων. Θεσσαλονίκη 1999
- Πτυχιακή εργασία: “ Βιταμίνη Β1 και μέθοδοι προσδιορισμού της”.

Συμμετοχή σε Συνέδρια:

- Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο «ΗΜΕΡΕΣ ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΑΣ», 15/10-18/10 2021. Βόλος, Ελλάδα
- **Εισήγηση** στο 14ο Πανελλήνιο Επιστημονικό & Επαγγελματικό Νοσηλευτικό Συνέδριο «**Λήψη συμπληρωμάτων διατροφής εν μέσω Covid-19**», 30/09 – 03/10/2021. Θεσσαλονίκη
- EUREMO. Food reformulation: reducing salt, sugars and trans-fats Workshop - Greece 15 January 2021 10.30 - 15.15 GMT+2 (9.30 - 14.15 CET)
- Φόρουμ Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Ιατρικής Forum of Public Health and Social Medicine. LIVE WEBINAR Η ΠΟΡΕΙΑ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19 ΚΑΙ ΟΙ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ Covid-19 Vaccines: Moving forward, 15/01/2021 | 15.00-20.30 (EET)

- Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο «ΗΜΕΡΕΣ ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΑΣ», 15-18 Οκτωβρίου 2020. Βόλος, Ελλάδα
- 14ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Παχυσαρκίας, 27-29 Φεβρουαρίου 2020. Αθήνα, Ελλάδα
- Ετήσιο Πανελλήνιο Συνέδριο «ΗΜΕΡΕΣ ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΑΣ», 17-20 Οκτωβρίου 2019. Βόλος, Ελλάδα
- 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας και 3^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Κλινικής Διατροφής και Μεταβολισμού. 24-26 Νοεμβρίου 2017, Αθήνα, Ελλάδα.
- 1st Mediterranean Meeting on Vitamin D in the prevention of Health Disparities during adult life. 29 September 2017, Thessaloniki, Greece.
- 27^η Εκπαιδευτική Δημερίδα Πρόληψη και Αντιμετώπιση του Καρδιαγγειακού Κινδύνου. 22-23 Σεπτεμβρίου 2017 Θεσσαλονίκη, Ελλάδα.
- 30^ο Επετειακό Πανελλήνιο Συνέδριο της ΔΕΒΕ. Θεσσαλονίκη, 19 Νοεμβρίου 2016
- 1^η Ημερίδα του ΕΦΕΤ για το αλάτι.....2016
- 1^η Ημερίδα του τμήματος Διατροφής-Διαιτολογίας του ΤΕΙ-Θεσσαλίας σε συνεργασία με την ΕΔΔΕ. Διατροφικές Συνήθειες- Παιδική Παχυσαρκία. Καρδίτσα, 23-10-2016
- 30^ο Επετειακό Πανελλήνιο Συνέδριο Διαβητολογικής Εταιρείας Βόρειας Ελλάδας. Θεσσαλονίκη 16-19 Νοεμβρίου 2016
- 29^{οο} Πανελλήνιο Συνέδριο της ΔΕΒΕ. Θεσσαλονίκη, 14 Νοεμβρίου 2015
- 1^η Ημερίδα Ελληνικής Εταιρείας για την Κοιλιοκάκη. Λάρισα 16 Μαρτίου 2014
- 1^ο Βορειοελλαδικό Συνέδριο Αισθητικής και Διαιτολογίας
- 2^ο Μακεδονικό Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας
- 4^ο Μακεδονικό Συνέδριο Διατροφής και Διαιτολογίας
- 3^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Χειρουργικής της Παχυσαρκίας

- Ημερίδα με θέμα “Παχυσαρκία-Έλεγχος Σύστασης Σώματος-Έλεγχος Βάρους Σώματος-Αξιολόγηση Φυσικής Κατάστασης”
- 6^ο Μακεδονικό Συνέδριο Διατροφής.
- “Harvard Nutrition and Metabolism Seminar- Mediterranean Diet in the 21st Century”.
- Ημερίδα της Ελληνικής Εταιρείας Παιδιατρικής Γαστρεντερολογίας Ηπατολογίας και Διατροφής, 02-12-2006
- 1^ο Πανελλήνιο συμπόσιο “Διατροφή Ασπίδα Υγείας”
- 7^ο Μακεδονικό Συνέδριο Διατροφής
- Ημερίδα της Ελληνικής Εταιρείας Παιδιατρικής Γαστρεντερολογίας, 13-12-2008
- Ημερίδα της Διαβητολογικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδας, 29-01-2011
- Συμμετοχή σε ημερίδα “Pampering day” στο σύλλογο “ Greek-Cyprus Women Organization” στο Λονδίνο, 20-07-2012

Ξένες Γλώσσες:

Αγγλικά σε επίπεδο Lower, speaking proficiency

Γνώσεις Πληροφορικής:

Word, Excel, Internet, Power Point

Ομιλίες

Μάρτιος 2016 (ΟΓΕ)

Στην ΟΓΕ της Λάρισας με θέμα <<Τα οφέλη της Μεσογειακής Διατροφής>>

Φεβρουάριος 2015 Γυμνάσιο Καρδίτσας

Παρουσίαση ομαδικού project με θέμα <<παχυσαρκία>> στα πλαίσια του μαθήματος Δημόσιας Υγείας.

Μάιος 2012

Στο σύλλογο «Greek-Cyprus Women Organization» με θέμα

“Μεσογειακή Διατροφή και Μεταβολικό Σύνδρομο”

Ιανουάριος 2011 (ΔΕΒΕ)

Ο ρόλος των βιταμινών στο Σακχαρώδη Διαβήτη

Οκτώβριος 2002

Σύλλογος “ΡΟΤΑΡΙ” , ενημέρωση με θέμα “ Βασικές αρχές Διατροφής”.

Μάιος 2003

Σχολικός Επαγγελματικός Προσανατολισμός στο 15^ο, 16^ο και στο Λύκειο Πολίχνης, με αντικείμενο τις προοπτικές των αποφοίτων του Τμήματος Διατροφής.

Εποπτεία πτυχιακών εργασιών

- Γνώσεις των φοιτητών του Τμήματος Νοσηλευτικής για τις διάσημες δίαιτες(2008)
- Μέτρηση της όρεξης σε φοιτητές του Τμήματος Διατροφής-Διαιτολογίας (2009)
- Μέτρηση της όρεξης σε παχύσαρκους ασθενείς (2009)
- Μέτρηση της όρεξης σε φοιτητές του Τμήματος Διατροφής (2009)
- Συσχέτιση του BMI με τη λήψη πρωινού σε μαθητές ηλικίας 15-18 ετών (2009)
- Γνώσεις των φοιτητών του Τμήματος Διατροφής – Διαιτολογίας για τις διάσημες δίαιτες (2010)
- Εκτίμηση θρεπτικής κατάστασης ασθενών με άνοια (2011)
- Κατανάλωση ποτών και ροφημάτων σε άτομα νεαρής ηλικίας, συγκεκριμένα σε φοιτητές ηλικίας 19 – 30 ετών, στο Νομό Αττικής.(2011)
- Μελέτη και αξιολόγηση των παραγόντων κινδύνου που σχετίζονται με καρδιαγγειακά νοσήματα σε άντρες μέσης ηλικίας.(2011)
- Συσχέτιση σωματομετρικών δεδομένων και συχνότητα εμφάνισης συνδρόμου πολυκυστικών ωοθηκών. (2011)

Ευρύτερα ενδιαφέροντα

- Γνώση Νοηματικής Γλώσσας
- Συμμετοχή σε σεμινάριο με θέμα “ Βιοτεχνολογία” διάρκειας 210 ωρών
- Στα πλαίσια των προπτυχιακών μου σπουδών εθελοντική συμμετοχή σε πρόγραμμα σύνταξης διαιτολογίων, στο Γενικό Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης
- Βεβαίωση παρακολούθησης μαθημάτων ‘Βασικής Κ.Α.Ρ.ΠΑ και πρώτων βοηθειών’
- Εθελοντική βοήθεια στο Σύλλογο Καρκινοπαθών Βορείου Ελλάδος.