

**FÓRUM
DEBRECEN**

**2026 09.
13.**

SZÍVÜNK



**WORLD
HEART
DAY**



**FORUM
DEBRECEN**



RICHTER GEDEON



ŐRIZD A SZÍVED!

10:30-10:45

MEGNYITÓ (Prof. Dr. Pál Dénes - DE rektorhelyettese, Átányi Ajtóny - Fórum igazgatója,
Dr. Barta Judit - DE Kardiológiai és Szívsebészeti Klinika igazgatója)

10:45-11:00

TÚLSÚLY ÉS ELHÍZÁS - Nem csak rajtunk múlik!

11:00-11:20

ÉTELEK AZ ÉLETÉRT - Együnk jól, éljünk jól!

11:20-11:40

MIÉRT ESZÜNK AKKOR IS, AMIKOR NEM VAGYUNK ÉHESEK?
- Kérdezzük meg a pszichiátert!

11:40-11:55

A KILÓK ÁRA A SZÍVBEN

11:55-12:15

KILÓK, CUKORBETEGSÉG, GYÓGYSZEREK
- Amikor a túlsúly és a cukorbetegség találkozik

12:15-12:30

MOZGÁS: GYÓGYSZER VAGY ÉLETFORMA?

12:30-12:45

LEHET FINOM ÉS EGÉSZSÉGES EGYSZERRE? - Ételkóstoló dietetikus tanácsával

12:45-13:00

MOZDULJ RÁ AZ EGÉSZSÉGEDRE! - Diamond Fitness

13:00-13:30

NEM KELL SPORTOLÓNAK LENNED - Minden lépés számít! - Debreceni Szív Egyesület

13:30-13:45

ÉLETMÓDVÁLTÁS VAGY FOGYÓKÚRA?

13:45-14:00

10 KILÓ MINUSZ: EGY JOBB ÉLET PLUSZBAN

14:05-15:00

„HITEK ÉS TÉVHITEK - KÉRDEZD A PROFESSZORT!” - Országos körkapcsolás

15:00-15:30

NEM A FOGYÁS, HANEM A JOBB ÉLET A CÉL - Panelbeszélgetés

15:30-15:45

AMIKOR A SZÍV(ÉSZ) ZENÉL - Pulzus Generál - kardiológus zenei formáció

15:45-16:00

SZÍVMENTŐ KIHÍVÁS / EGY ÉLET RAJTAD IS MÚLHAT
- Újraélesztés elmélet és gyakorlat

16:00-16:30

SZÍVMENTŐK PÁRBAJA / KIK LESZNEK DEBRECEN ÚJRAÉLESZTŐ BAJNOKAI?
- Újraélesztési verseny

16:30-16:45

ZÁRSZÓ

16:45-17:10

FINÁLÉ RITMUSRA - Egy csipet nashville-i szívdobbanás

10:30-16:00

**FIZIKAI ÁLLAPOTFELMÉRÉS, KARDIOVASZKULÁRIS SZŰRŐVIZSGÁLATOK,
KARDIOLÓGIAI KONZULTÁCIÓ, KARDIOLÓGIAI ÉS SZÍVSEBÉSZETI ESZKÖZBEMUTATÓ**

11:00-13:00 és 15:00-16:30 **KREATÍV KUCKÓ** - gyermek kézműves foglalkozás