



کارگاه غیر حضوری سبک زندگی سالم

چهارشنبه ۹۹/۰۷/۰۶ مدرس: دکتر علی سروش محل: وینار کشوری، وب کم مستقر در واحد

مدرس	عنوان	ساعت
دکتر علی سروش	Lifestyle چیست و مدل های سالم و ناسالم	۱۱:۱۵-۱۱
	فعالیت بدنی (PA)، روش ها، ارزیابی ابزارها و توصیه ها	۱۱:۳۰-۱۱:۱۵
	وزن ایده آل و چاقی و لاغری و شاخص ها	۱۲-۱۱:۳۰
	تغذیه و رژیم غذایی سالم	۱۲:۴۵-۱۲
	پرسش و پاسخ	۱۳-۱۲:۴۵

شماره تماس واحد توسعه تحقیقات بالینی بیمارستان امام رضا(ع): ۳۴۲۷۶۲۹۹