

METABOLIX

תכנית הכנס METABOLIX 2026

תיאטרון גבעתיים | 29.05.2026 | 8:30-15:30

08:30 - 09:00 | התכנסות, הרשמה ונטוורקינג.

10:30 - 09:10 | בוקר - מושב ראשון

09:00 - 09:10 | דברי פתיחה

הילה יונה וד"ר סלבה ברגר

09:10 - 09:30 | תנגודת לאינסולין כמנגנון מפתח בבריאות מטבולית

ד"ר סלבה ברגר - יזם הכנס, איש מדע ומטבוליזם
מבט אינטגרטיבי על תנגודת לאינסולין כמנגנון מרכזי המחבר בין פיזיולוגיה,
מחקר ויישום קליני.

09:30 - 09:50 | הסרטן כמחלה מטבולית: תמיכה, טיפול או קשקוש?

אמיר לובקר - דיאטן קליני.
ניתוח הקשר בין תנגודת לאינסולין וחומרת מחלות סרטן, לצד תובנות קליניות
מהשטח.

09:50 - 10:10 | לנצח את הסטיסטיקה של הדיאטות

עידו חממה - דיאטן קליני.
הסיפור מאחורי 400 ק"ג של ירידה במשקל ומה עובד לאורך זמן.

10:10 - 10:25 | מעבר לנשימה

אפרת ארד - מדריכת נשימה.
הנשימה היא כלי טיפולי עוצמתי ופשוט. גישה חדשה לשיפור בריאות, רוגע
ואיזון.

METABOLIX

10:25 - 10:45 | הפסקת קפה

10:45 - 12:00 | בוקר – מושב שני

10:50 - 11:10 | התזמורת הנסתרת: אדריכלי הגוף והנפש
ד"ר אבי גולדברג - רופא משפחה פונקציונלי.
הקשרים בין הורמונים, תסמינים ואיכות חיים – בגברים ובנשים.

11:10 - 11:25 | לא רק תזונה: ככה הצלתי את החיים שלי
תומר פפה - דיאטן קליני.
סיפור אישי ודרכים לפתירת סוכרת ומחלות מורכבות יותר.

11:25 - 11:45 | גבול הגזרה
ענת פרנק - יועצת תזונה מטבולית שיקומית.
הקשר בין מערכת העצבים, תזונה ויצירת יציבות מטבולית אמיתית.

11:45 - 12:00 | מאבק הכוחות שבין התודעה לפיזיולוגיה
הילה יונה - עו"סית, ליווי מנטלי-רגשי.
מהן הסיבות שאנחנו לא מצליחים לשמור על תזונה/דיאטה וכיצד ניתן לעקוף אותן.

12:00 - 13:00 | הפסקת צהריים ונטוורקינג

ארוחה מטבולית | מפגש משתתפים | שיח מקצועי

METABOLIX

13:00 - 15:00 | מושב צהרים

13:00 - 13:20 | בריאות המיטוכונדריה

ד"ר לוסיאנה פרונסקי - רופאת משפחה פונקציונלית.

13:20 - 13:35 | מסע אישי לתזונה שעובדת

סמיון גרפמן – יזם ואיש תקשורת.

מסע האישי לתובנות שהובילו אותו לשינוי יציב – בלי לאבד הנאה מהאוכל ומהחיים.

13:35 - 13:50 | מעולם המסעדות להדרכת הקהל הרחב - פרקטיקה של

תזונה מטבולית

עומר מילר - שף, מומחה לקולינריה קטוגנית.

איך מתרגמים ידע תזונתי מורכב לכלים פשוטים ושימים בחיי היומיום.

13:50 - 14:00 | השקת IMHA - האקדמיה הישראלית לבריאות מטבולית

ד"ר סלבה ברגר וענת פרנק

הצגת חזון האקדמיה, מטרותיה והזדמנויות להצטרפות לקהילה מקצועית מתפתחת.

14:00 - 15:00 | פאנל המרצים - שאלות ותשובות

הזדמנות ייחודית - דיון פתוח עם מרצי הכנס סביב הסוגיות המרכזיות שעלו במהלך היום.

15:00 | דברי סיכום

הילה יונה

* התכנית ניתנת לשינויים