


תכנית הכנס – 2026 METABOLIX

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

* התכנית ניתנת לשינויים

בוקר – מושב ראשון

09:00–08:30 | התכנסות, הרשמה ונטוורקינג

09:10–09:00 | דברי פתיחה

הילה יונה וד"ר סלבה ברגר

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

ד"ר סלבה ברגר

מבט אינטגרטיבי על תנגודת לאינסולין כמנגנון מרכזי המחבר בין פיזיולוגיה, מחקר ויישום קליני.

09:55–09:30 | הסרטן כמחלה מטבולית: תמיכה, טיפול או קשקוש?

אמיר לובקר

ניתוח הקשר בין תנגודת לאינסולין וחומרת מחלות סרטן, לצד תובנות קליניות מהשטח.

10:15–09:55 | התזמורת הנסתרת: אדריכלי הגוף והנפש

ד"ר אבי גולדברג

הקשרים בין הורמונים, תסמינים ואיכות חיים – בגברים ובנשים.

10:40 - 10:15 | הפסקת קפה

בוקר – מושב שני

11:10–10:40 | בריאות המיטוכונדריה

ד"ר לוסיאנה פרונסקי

11:30–11:10 | לנצח את הסטיסטיקה של הדיאטות

עידו חממה

הסיפור מאחורי 400 ק"ג של ירידה במשקל ומה עובד לאורך זמן

11:45–11:30 | מאבק הכוחות שבין התודעה לפיזיולוגיה

הילה יונה

מהן הסיבות שאנחנו לא מצליחים לשמור על תזונה/דיאטה וכיצד ניתן לעקוף אותן

12:00–11:45 | לא רק תזונה: ככה הצלתי את החיים שלי

תומר פפה

סיפור אישי ודרכים לפתירת סוכרת ומחלות מורכבות יותר.

13:00 - 12:00 | הפסקת צהריים ונטוורקינג

ארוחה מטבולית | מפגש משתתפים | שיח מקצועי

מושב צהריים

13:00-13:15 | מעולם המסעדות להדרכת הקהל הרחב - פרקטיקה של תזונה מטבולית

עומר מילר

איך מתרגמים ידע תזונתי מורכב לכלים פשוטים ושימיים בחיי היומיום.

13:15-13:30 | מעבר לנשימה

אפרת ארד

13:30-13:50 | גבול הגזרה

ענת פרנק

הקשר בין מערכת העצבים, תזונה ויצירת יציבות מטבולית אמיתית.

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