


תכנית הכנס – 2026 METABOLIX

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

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

09:00 - 10:10 | בוקר – מושב ראשון

09:10–9:00 | דברי פתיחה

הילה יונה וד"ר סלבה ברגר

09:30–09:10 | 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.

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

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

10:10–09:50 | בריאות המיטוכונדריה

ד"ר לוסיאנה פרונסקי - רופאת משפחה פונקציונלית

10:30 - 10:10 | הפסקת קפה

11:45 - 10:30 | בוקר – מושב שני

10:45–10:30 | 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.

11:05–10:45 | לנצח את הסטייטיקה של הדיאטות

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

11:25–11:05 | התזמורת הנסתרת: אדריכלי הגוף והנפש

ד"ר אבי גולדברג - רופא משפחה פונקציונלי
הקשרים בין הורמונים, תסמינים ואיכות חיים – בגברים ובנשים.

11:45 – 11:25 | גבול הגזרה

ענת פרנק – יועצת תזונה מטבולית שיקומית
הקשר בין מערכת העצבים, תזונה ויצירת יציבות מטבולית אמיתית.

11:45 - 12:45 | הפסקת צהריים ונטוורקינג

ארוחת צהריים | מפגש משתתפים | שיח מקצועי

12:45 – 15:00 | מושב צהרים

13:00–12:45 | מסע אישי לתזונה שעובדת

סמיון גרפמן – יזם ואיש תקשורת
מסע האישי לתובנות שהובילו אותו לשינוי יציב – בלי לאבד הנאה מהאוכל ומהחיים.

13:15–13:00 | לא רק תזונה: ככה הצלתי את החיים שלי

תומר פפה – דיאטן קליני
סיפור אישי ודרכים לפתירת סוכרת ומחלות מורכבות יותר.

13:30 – 13:15 | 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

13:30-14:30 | פאנל המרצים - שאלות ותשובות

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

14:30-14:45 | השקת IMHA - האקדמיה הישראלית לבריאות מטבולית

ד"ר סלבה ברגר וענת פרנק
הצגת חזון האקדמיה, מטרותיה והזדמנויות להצטרפות לקהילה מקצועית מתפתחת.

14:45 | דברי סיכום

הילה יונה

*התכנית ניתנת לשינויים

