

29 KASIM 2024

09.30-10.00 : Kayıt-Karşılama

10.00-10.15 : Açılış Konuşmaları

"Anahtarım Bende: İzmir İli Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu ile Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişki"

Prof. Dr. Funda BÖLÜKBAŞI HATİP; İzmir Tınaztepe Üniversitesi Tıp Fakültesi

MODERATÖR : **Prof. Dr. M. İlgi ŞEMİN**; İzmir Ekonomi Üniversitesi Tıp Fakültesi

10.15-10.45 : **"Duygusal-Zihinsel-Fiziksel Problemlerde Farkındalık"**

Psikolog Gülgün SHARAFAT; Pozitif Psikoloji Danışmanlık ve Beyin Aktivite Merkezi

10.50-11.20 : **"Bilinçli Farkındalık Temelli Stres Azaltma Teknikleri-Nefes Egzersizleri"**

Psikolog Dr. Ozan BAHÇIVAN; Özel OZ Psikoloji Aile Danışma Merkezi

11.25-11.55 : **"Yaşam Boyu Bilinçli Farkındalık"**

Prof. Dr. Hatice AKSU; İzmir Tınaztepe Üniversitesi Tıp Fakültesi

12.00-12.30 : **"Bilinçli Farkındalık ve Duygusal Beslenme, Beden Algısı ve Yeme Bozuklukları"**

Dr. Öğr. Üyesi Serap DEMİR FİLİZ; İzmir Tınaztepe Üni. Sağlık Bilimleri Fakültesi

12.35-12.50 : Değerlendirme ve Kapanış

13.00-13.30 : **Piyano Resitali – Derin ÇALIŞKAN,** Dokuz Eylül Üniversitesi Devlet Konservatuarı
İzmir Tınaztepe Üniversitesi Öğrenci Korosu – B Blok Zemin Kat Piyano Alanı