



Wellbeing
Derneği

II. WELLBEING KONFERANSI

4 MAYIS 2024 CUMARTESİ
İSTANBUL | BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ
SAAT: 12:00 -19:00

Wellbeing Nedir?

Wellbeing; fiziksel, zihinsel ve ruhsal beden sağlığımız ve dengesinin yanısıra, iş hayatımız, sosyal hayatımız, finansal durumumuz ve yaşadığımız sosyal çevre içerisinde tam anlamıyla dengede ve uyumlu bir yaşamı ifade etmektedir. O yüzden Wellbeing kısaca "Bütünsel Sağlık, Mutluluk ve İyi Olma Hali" olarak tanımlanabilir.

Genel yaşam kalitesi wellbeing halinin en açık göstergesidir.

Epigenetik bilimi ve Ayurveda Tıbbına göre günlük yaşam tarzı sağlığın, Beden & Zihin dengesinin ve genel wellbeing halinin en önemli belirleyicisidir. Yani daha iyi hissetme hali basit, önemsiz veya minik gibi duran günlük seçimlerimizle direk bağlantılıdır.

Biliminsanları sağlıklı, zinde, enerjik ve mutlu bir şekilde, yaşlanma emarelerine kapılmadan yaş almanın temelini "Yaşam Tarzımız" olduğunu belirtmektedir. Yani sağlığı kaybetmeden önce "sağlığı" korumanın önemini kavramak ve bu doğrultuda bir yaşam tarzı tesis etmeyi amaçlamak, uzun yıllar boyunca wellaging süreci olan "Sağlıklı ve İyi Yaş Almayı" da beraberinde getirmektedir. Sağlığınızla ilgili halihazırda sorunlar yaşıyor olsanız dahi daha iyi hissetmeye başlamak ve "sağlık ve mutluluk" halinizin kontrolünü elinize almak için hiçbir zaman geç değildir.

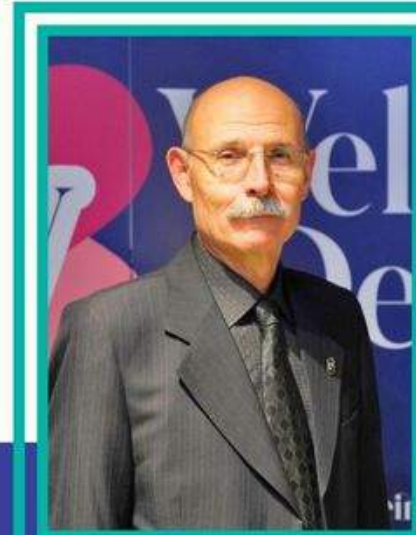
Wellbeing Derneği Yönetim Kurulu



EBRU ŞİNİK
YÖNETİM KURULU BAŞKANI



DR. ÖZDAL ERSOY
YÖNETİM KURULU BŞK YRD



BEDRETTİN CEMAL ANDIÇ
SAYMAN



PROF. DR. NURAY YAZIHAN
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



PROF. DR. PELİN ARIBAL AYRAL
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



PELİN BOZKURT BİLGİÇ
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



DR. BUĞRA ÖKTEM
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



PROF. DR. ÖZGE ÇELİK
YÖNETİM KURULU ÜYESİ



DİDEM ŞİNİK ARIKAN
YÖNETİM KURULU ÜYESİ

Konferans Panel İsimleri



12:15 - 13:00

Kariyer Hayatında Wellbeing Paneli



13:05 - 13:50

Sindirim Sağlığı ve Wellbeing Paneli



14:10 - 14:30

Platin Sponsor Keynote Speaker



14:35 - 15:20

Sosyal Hayatta Wellbeing Paneli



15:25 - 15:40

Altın Sponsor Keynote Speaker



16:00 - 16:45

Epigenetik ve Wellbeing Paneli



16:50 - 17:00

Gümüş Sponsor Keynote Speaker



17:00 - 17:45

Kadın Sağlığı ve Wellbeing Paneli



18:00 - 18:45

**Doktordan Temiz Hikayeler
Stand-Up Show - Dr. Levent Buda**

Panelistler

12:15 - 13:00

Kariyer Hayatında
Wellbeing Paneli



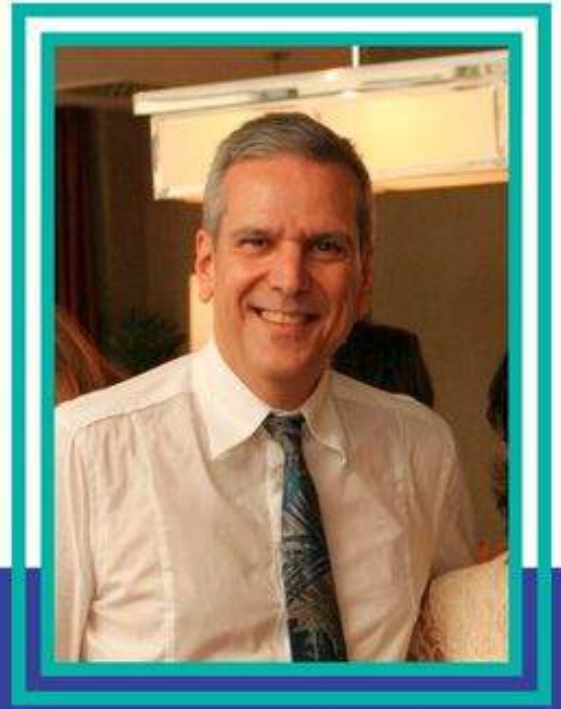
EBRU ŞİNİK
YÜKSELEN ÇAĞ WELLBEİNG AKADEMİ



MELTEM KURTSAN
KAGİDER KURUCU BAŞKANI



MELİSA SABANCI TAPAN
SABANCI HOLDİNG Y.K. ÜYESİ



ATOM DAMALI
İSKİ ESKİ GENEL MÜDÜRÜ

Panelistler

13:05 - 13:50

Sindirim Sağlığı ve
Wellbeing Paneli



PROF. DR. ÖZGE ÇELİK
MOLEKÜLER BİYOLOJİ&GENETİK



DR. ÖZDAL ERSOY
GASTROENTEROLOJİ UZMANI



PROF. DR. NURAY YAZIHAN
FİZYOLOJİ, FİZYOPATOLOJİ



PROF. DR. PELİN A. AYRAL
FİZYOPATOLOJİ, BESLENME

Platin Sponsor Keynote Speaker

14:10 - 14:30



TEKNOSA

Sitare Sezgin
TEKNOSA CEO

Panelistler

14:35 - 15:20

Sosyal Hayatta
Wellbeing Paneli



DİDEM ŞİNİK ARIKAN
GETİR GLOBAL İLETİŞİM DİR.



LEYLA ALATON
ALARKO HOLDİNG Y.K. ÜYESİ



PSK. MEHMET ZARARSIZOĞLU
EAP PSİKOTERAPİST



MELEK PULATKONAK
TURKISHWIN KURUCUSU

Altın Sponsor Keynote Speaker

15:25 - 15:40



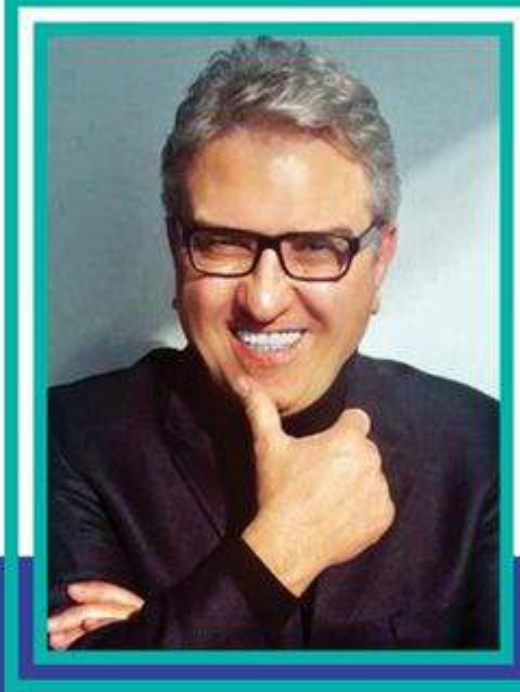
Sibel Yıldız

**PHILIPS Kişisel Sağlık
Orta Doğu, Türkiye ve
Afrika GENEL MÜDÜRÜ**

Panelistler

16:00 - 16:45

Epigenetik ve
Wellbeing Paneli



DR. ÖMER ÖNDER
FİZİK TEDAVİ VE RHB UZMANI



DR. BUĞRA ÖKTEM
AYURVEDA DOKTORU



PROF. DR. ÖZGE ÇELİK
MOLEKÜLER BİYOLOJİ&GENETİK



EBRU ŞİNİK
WELLBEING UZMANI

Gümüş Sponsor Keynote Speaker

16:50 - 17:00

Marka Yetkilisi sahnede tek başına 10 dakikalık konuşma ve sunum yapma hakkına sahiptir.

Markanın bağdaşabileceği
Konu Önerileri;



Finansal Wellbeing



Çevresel Wellbeing



Bedensel Wellbeing



Zihinsel Wellbeing

Panelistler

17:00 - 17:45

Kadın Sağlığı ve
Wellbeing Paneli



PROF. DR. PELİN A. AYRAL
FİZYOPATOLOJİ, BESLENME



DR. İREM ERGÜN
FONKSİYONEL TIP DOKTORU



PELİN BİLGİÇ
WELLBEING CHEF



ŞEYDA BETÜL KILIÇ
PSIKOTERAPİST

KAPANIŞ: STAND UP SHOW

18:00 - 18:45

Doktordan Temiz Hikayeler
Dr. Levent Buda



The poster features a black and white photograph of Dr. Levent Buda, a middle-aged man with glasses, smiling and resting his chin on his hand. He has a tattoo on his left forearm. In the top left corner, there is a logo for 'BUDA burada' featuring a green caduceus and a blue microphone. The text on the poster reads: 'DR. LEVENT BUDA', 'DOKTORDAN TEMİZ HİKAYELER', '04 Mayıs 2024', 'İstanbul'. At the bottom left, there is a logo for 'Wellbeing Derneği' with a colorful 'W' icon. The website 'www.leventbuda.com' is printed at the bottom right.

DR. LEVENT BUDA
DOKTORDAN TEMİZ
HİKAYELER
04 Mayıs 2024
İstanbul

Wellbeing
Derneği

www.leventbuda.com

MASTER of CEREMONY

Hale Canerođlu
Wellbeing Uzmanı



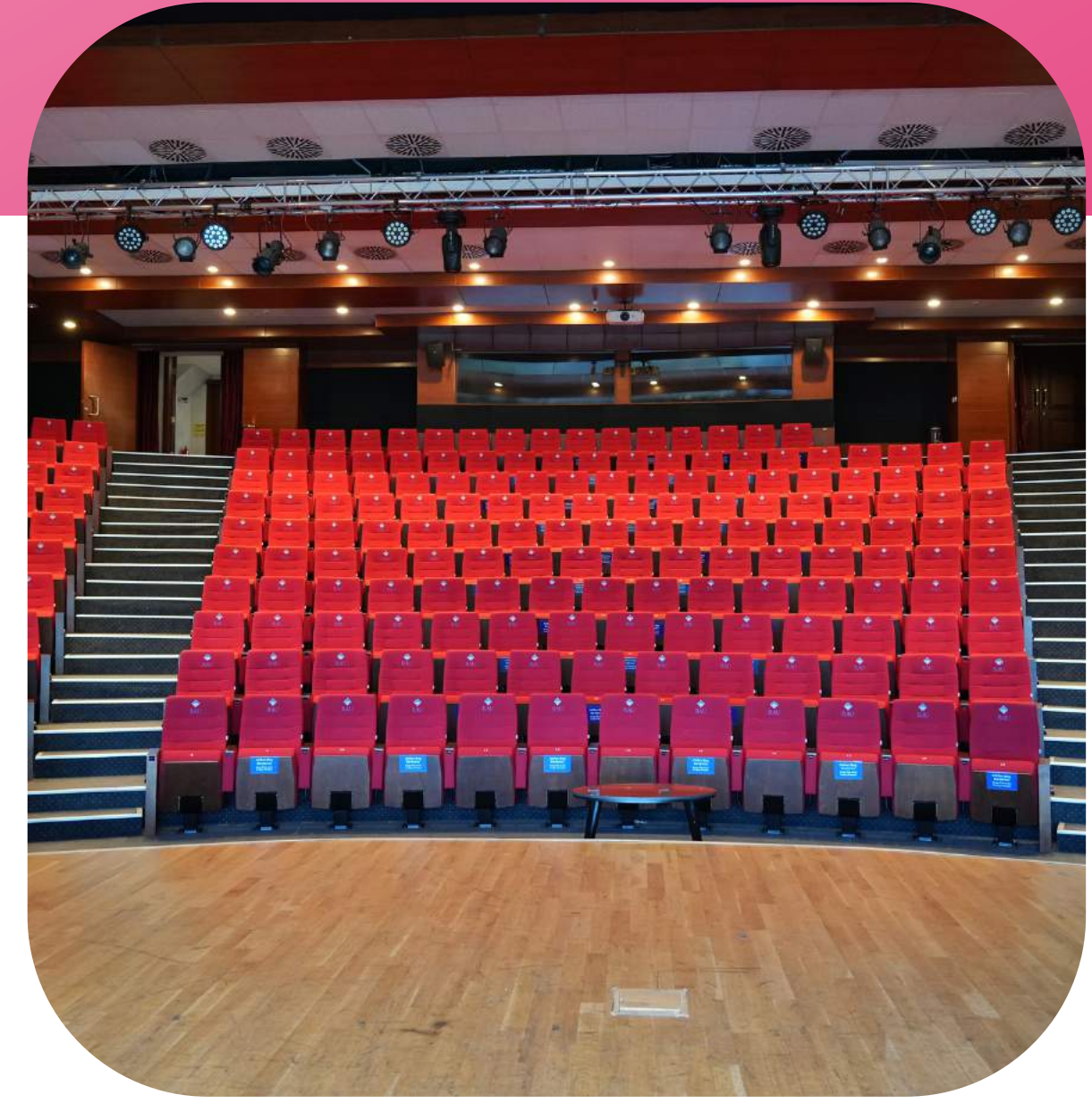
KONFERANS SALONU SPONSORU

BAHÇEŞEHİR ÜNİVERSİTESİ

BEŞİKTAŞ GÜNEY KAMPÜSÜ



BAU
Bahçeşehir University



Medya Sponsoru

voyage^{107.4}
radyovoyage.com



NESLIHAN YAVUZER
BEHMUARAS

PR Sponsoru



MİNE KALPAKÇIOĞLU

T.I.M.E. PR

Kahve Sponsoru



Kuzeyden
DOĞAL MİNERALLİ SU

Su Sponsoru

I. Wellbeing Konferansına Güz Atın



**Akış ve Panel Videolarını İncelemek
için tıklayınız**

Konferans Bilet Satışı :



21 Mart'a Kadar Early Bird Bilet Fiyatları

DERNEK ÜYELERİ için : 1000 ₺

DERNEK ÜYELERİ harici : 2000 ₺

21 Mart Sonrası Bilet Fiyatları

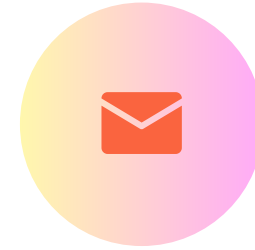
DERNEK ÜYELERİ için : 1500 ₺

DERNEK ÜYELERİ harici : 2500 ₺



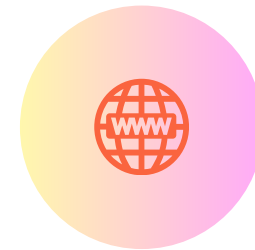
Bilet Satışı Whatsapp

0532 785 59 77



Email

info@wellbeingdernegi.org



www.wellbeingdernegi.org

www.wellbeingdernegi.org



Instagram

 [@wellbeingdernegi](https://www.instagram.com/wellbeingdernegi)

Twitter

 [WellbeingDernek](https://twitter.com/WellbeingDernek)

Facebook

 [Wellbeing Derneği](https://www.facebook.com/WellbeingDerneği)

LinkedIn

 [Wellbeing Association](https://www.linkedin.com/company/WellbeingAssociation)